Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
№ 219 «Детский сад комбинированного вида»

Принята на
Педагогическом совете
(протокол № 1 от 27.08.2022г.)

Утверждаю:
Заведующая МАДОУ № 219
«Детский сад
комбинированного вида»
_____ Т.Н.Заводенко
Приказ № 194 от 27.08.2021 г.

Рабочая программа по физической культуре
на 2021 – 2022 учебный год
Возраст воспитанников: 5-7 (8) лет

Составитель:
инструктор по физической культуре
Балабина Л.Г.

Кемерово 2021 год

Содержание

I	**Целевой раздел**	**3**
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.2.	Цели и задачи реализации рабочей программы	4
1.1.3.	Принципы и подходы формирования Программы	5
1.1.4	Значимые характеристики для разработки и реализации Программы	6
1.2.	Планируемые результаты освоения рабочей Программы	11
II	**Содержательный раздел**	
2.1.	Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательных областей.	14 14
2.2.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы.	20
2.3	Образовательная деятельность по профессиональной коррекции нарушений развития детей	23
2.4.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	26
2.5.	Способы и направления поддержки детской инициативы	27
2.6.	Организация взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	29
2.7.	Иные характеристики содержания программы	31
III	**Организационный раздел**	38
3.1.	Материально-техническое обеспечение программы	38
3.2.	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	39
3.3.	Организация образовательной деятельности. Режим дня.	42
3.4.	Организация традиционных событий, праздников, мероприятий	45
3.5.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	47

Приложение

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения №219 «Детский сад комбинированного вида» (далее - Программа) разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

✓ • Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

✓ Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);

✓ Приказ Министерства просвещения РФ от 31.07.2020г. №373 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программа дошкольного образования»;

✓ «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Утверждены Постановлением главного санитарного врача РФ №28 от 28.09.2020г. СП 2.4.3648-20), СанПиН 1.2.3685-21 от 28.01.21 г.;

✓ Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования МАДОУ № 219 «Детский сад комбинированного вида»;

✓ Основная образовательная программа дошкольного образования МАДОУ № 219 «Детский сад комбинированного вида»;

✓ Положение о рабочей программе МАДОУ № 219 «Детский сад комбинированного вида».

1.1.2 Цели и задачи программы.

Цель: Формирование основ здорового образа жизни, его направленность на укрепление здоровья, физическое и
психическое развитие, эмоциональное благополучие каждого ребенка.

Задачи:

Оздоровительные задачи:

- Охрана жизни и укрепление здоровья (обеспечение нормального функционирования всех органов и систем
организма);
- Всестороннее физическое совершенствование функций организма;
- Повышение работоспособности и закаливание.

Образовательные задачи:

- Формирование двигательных умений и навыков;
- Развитие физических качеств;
- Овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни,
способов укрепления собственного здоровья.

Воспитательные задачи:

- Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями и спортом;
- Разностороннее, гармоничное развитие ребенка (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).

Содержание образовательной области «Физическое развитие» в рабочей программе направлено на достижение целей охраны и укрепления здоровья ребенка, формирования у детей привычки к ЗОЖ, интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решения следующих специфических задач:

- развитие основных физических качеств (скорости, гибкости, силы, выносливости, ловкости) и умения рационально их использовать в повседневной жизни;
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями и подвижными играми с правилами);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта
- развитие инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка;
- воспитание воли, смелости, настойчивости и дисциплинированности.

1.1.3 Принципы и подходы к формированию рабочей программы

Рабочая программа образовательной области «Физическое развитие» МАДОУ № 219:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание рабочей программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
- обеспечивает единство оздоровительных, образовательных и воспитательных целей и задач системы физического воспитания детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к физическому развитию дошкольников;
- построена с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- предусматривает решение программных образовательных задач в непосредственно образовательной деятельности, совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников;
- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми;
- принцип концентрического наращивания информации в каждой из последующих возрастных групп во всех образовательных областях;
- строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой;
- принцип поддержки детской инициативы и формирования познавательных интересов;
- принцип интеграции усилий педагогов и семей воспитанников;
- принцип системности и взаимосвязи учебного материала.

Реализация принципа интеграции способствует более высоким темпам развития детей, более полному раскрытию творческого потенциала каждого ребенка, возможностей и способностей, заложенных в детях природой.

1.1.4 Значимые характеристики для разработки и реализации Программы.

Комплектование групп:

В МАДОУ «Детский сад комбинированного вида» функционирует 13 групп из них 9 общеразвивающей направленности, 4 группы компенсирующей направленности для детей с ТНР.

2020-2021 учебный год

группы	старшие группы общеразвивающей направленности	старшая группа компенсирующей направленности	подготовительные группы общеразвивающей направленности	подготовительные группы компенсирующей направленности
Кол-во групп	2	1	2	2
№ гр.	3, 10	5	12, 13	4

Характеристика физического развития детей 5-6 лет (старшая группа).

На шестом году жизни совершенствуется физическое развитие детей: стабилизируются физиологические функции и процессы, укрепляется нервная система. По данным ВОЗ, средние антропометрические показатели к шести годам следующие: мальчики весят 20,9 кг при росте 115,5 см, вес девочек составляет 20,2 кг при росте 114,7 см. При этом главный показатель нормы — комфорт и хорошее самочувствие ребенка.

Детям 5–6 лет свойственна высокая потребность в *движениях*. Двигательная активность становится все более целенаправленной, зависимой от эмоционального состояния и мотивов деятельности. Дети овладевают сложными видами движений и различными способами их выполнения, а также некоторыми элементами техники.

Во время *ходьбы* у большинства детей наблюдаются согласованные движения рук и ног, уверенный широкий шаг и хорошая ориентировка в пространстве. *Бег* пятилетнего ребенка отличается хорошей координацией движений, прямолинейностью, возрастающей равномерностью и стремительностью. К шести годам бег становится правильным: поза

непринужденная, голова приподнята, плечи не разворачиваются, движения рук и ног хорошо согласованы. Дети уже владеют разными способами бега.

Дошкольники 5–6 лет упражняются в разных видах *прыжков* (в длину с места, в высоту и в длину с разбега, вверх). Значительно улучшается согласованность и энергичность движений рук и ног при отталкивании, увеличивается фаза полета и дальность прыжка.

Старшие дошкольники владеют всеми способами *катания, бросания и ловли, метания в цель и вдаль*. Значительно улучшаются навыки владения мячом: свободно его бросают и ловят, передают и перебрасывают друг другу двумя руками, снизу, от груди, сверху, а также двумя руками с отскоком от земли. У детей совершенствуются навыки ведения мяча правой и левой рукой.

На шестом году жизни значительно улучшаются показатели *ловкости*. Дети овладевают более сложными координационными движениями (прыжки на батуте, ходьба и бег по наклонным бумам), быстро приспосабливаются к изменяющимся ситуациям, сохраняют устойчивое положение тела в различных вариантах игр и упражнений.

Объем *двигательной активности* детей 5–6 лет за время пребывания в детском саду (с 8.00 до 18.00 часов) колеблется от 13000 до 14500 движений (по шагомеру). Продолжительность двигательной активности детей составляет в среднем 4 часа, интенсивность достигает 50 движений в минуту.

Характеристика физического развития детей 6-7 лет (подготовительная к школе группа).

На седьмом году жизни происходит дальнейшее развитие детского организма: стабилизируются все физиологические функции и процессы, совершенствуется нервная система, повышается двигательная культура. По данным ВОЗ, средние антропометрические показатели к семи годам следующие: мальчики весят 23,0 кг при росте 121,7 см, а девочки весят 22,7 кг при росте 121,6 см. При этом главный показатель нормы — комфорт и хорошее самочувствие ребенка.

Движения детей 6–7 лет становятся все более осмысленными, мотивированными и целенаправленными. Старшие дошкольники осознанно упражняются в различных действиях, пытаются ставить двигательную задачу, выбирая разные способы ее решения. В процессе выполнения двигательных заданий проявляют скоростные, скоростно-силовые качества, гибкость, ловкость и выносливость.

К семи годам улучшается гибкость, возрастает амплитуда движений, отмечается высокая подвижность суставов за счет эластичности мышц и связок. Отмечаются *высокие темпы прироста показателей*,

характеризующих быстроту движений и времени двигательной реакции, скорости однократных движений, частоты повторяющихся движений. Значителен прирост физической работоспособности и выносливости.

Дети способны к продолжительной *двигательной деятельности* низкой и средней интенсивности, готовы к незначительным статичным нагрузкам. На основе совершенствования разных видов движений и физических качеств у детей происходит преобразование моторной сферы. Им доступно произвольное регулирование двигательной активности, стремление достичь положительного результата, а также осознанное отношение к качеству выполнения упражнений. В результате успешного достижения цели и преодоления трудностей дети способны получать
«мышечную радость» и удовлетворение. Им свойствен широкий круг специальных знаний, умений анализировать свои действия, изменять и перестраивать их в зависимости от ситуации и получаемого результата. Все это содействует увеличению двигательной активности детей, проявлению их инициативы, выдержки, настойчивости, решительности и смелости. В то же время у старших дошкольников появляется умение самостоятельно пользоваться приобретенным двигательным опытом в различных условиях (в лесу, в парке, на спортивной площадке) и ситуациях (на прогулке, экскурсии, в путешествии).

Объем двигательной активности детей 6–7 лет за время пребывания в детском саду (с 8.00 до 18.00 часов) колеблется от 13000 до 15500 движений (по шагомеру). Продолжительность двигательной активности составляет в среднем 4,5 и более часов, интенсивность достигает 65 движений в минуту.

Значимые характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста с нарушением речи.

Дети с нарушением речи по-разному овладевают физическими движениями, направленными на исполнение простых движений: одним достаточно общего показа, чтобы они смогли повторить движение и исполнить его другие дети не могут исполнить зрительно воспринятое движение, им недостаточно одного зрительного показа. Таким детям после общего группового занятия, следует показать движения индивидуально ,так как ребенок должен знать, что он должен показать. Некоторым детям необходима длительная помощь, пока движение окончательно не закрепится.

В процессе работы над танцевальным номером ребенок испытывает разнообразные чувства: радуется , огорчается ,если что-то не получается. Но самое главное: исполняя танцевальный номер, он приобретает уверенность и раскованность в себе;

У детей с **ТНР** наблюдается низкий (по сравнению с нормально развивающимися сверстниками) уровень развития восприятия. Это проявляется в необходимости более длительного времени для приёма и переработки сенсорной информации; в недостаточности, фрагментарности знаний этих детей об окружающем мире; в затруднениях при узнавании предметов, находящихся в непривычном положении, контурных и схематических изображений. Сходные качества этих предметов воспринимаются ими обычно как одинаковые.

Для детей этой группы характерна значительная неоднородность нарушенных и сохранных звеньев психической деятельности, а так же ярко выраженная неравномерность формирования разных сторон психической деятельности.

В качестве наиболее характерных для детей с ТНР особенностей внимания исследователями отмечаются его неустойчивость, рассеянность, низкая концентрация, трудности переключения. Ещё одним характерным признаком задержки психического развития являются отклонения в развитии памяти, особенностью мышления детей с задержкой психического развития является снижение познавательной активности.

У детей с ТНР выявляется бедный, недифференцированный словарный запас. При использовании даже имеющихся в словаре слов дети часто допускают ошибки, связанные с неточным, а иногда и неправильным пониманием их смысла. Психофизические особенности данных детей неизбежно оказывают влияние на формирование всех видов деятельности, в том числе и физической.

В целом, у детей с такими нарушениями из-за несовершенства моторики наблюдается не сформированность техники исполнения движений в музыке. Это приводит к сниженным ощущениям, замедленному темпу восприятия. Все сочетается со сниженной способностью к запоминанию и воспроизведению информации, неустойчивому вниманию. Дети физически слабы, проблемы с нарушением координации движений, мелкая моторика недостаточно развита, плюс ко всему повышенной утомляемостью. Их также отличает низкая эмоциональная и мотивационная активность, не сформированность личностных характеристик. Такие дети трудно приспосабливаются, привыкают, что требует специальной помощи педагога для успешной адаптации в новых социальных условиях.

Отмечается сниженный интерес или вообще его отсутствие к процессу и результату деятельности; дошкольники не всегда понимают, что от них требует педагог.

У детей с **ТНР** страдают не только все разделы речевой

функциональной системы, но и многие психические неречевые функции: зрительное восприятие, внимание, память, воображение, – все то, что необходимо для овладения навыками физической подготовке. У них еще не сформированы основные движения, малый двигательный опыт, не умеют ориентироваться в пространстве помещения, и не могут понять правила и условия выполнения физических упражнений.

Физические упражнения успешнее всего реализует развитие зрительных, слуховых и двигательных форм чувственного и эмоционального восприятия мира, снимает умственное утомление и даёт дополнительный импульс для мыслительной деятельности. Через занятия хореографией дети учатся передавать свои чувства, свои эмоции и свою индивидуальность посредством танцевальных движений. Занятия по физической культуре помогают восстановить жизненные силы.

1.2 Планируемые результаты освоения программы

Целевые ориентиры физического развития дошкольников на этапе завершения дошкольного образования:

Ребенок имеет представление о ценности здоровья; сформировано желание вести ЗОЖ.

Ребенок имеет представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Ребенок знаком с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма; имеет представление о необходимости закаливания.

У ребенка наблюдается повышение выносливости к осуществлению динамической работы за счет упорядочения характера мышечной активности.

У ребенка повышаются способности к предварительному программированию как пространственных, так и временных параметров движения.

Ребенок при соответствующих условиях может быстро достигать высокого результата в точности выполнения сложных движений.

Ребенок может создавать условия для двигательной деятельности непосредственно в образовательной деятельности и в повседневной жизни, организовывать не только собственную двигательную активность, но и подвижные игры, физические упражнения со своими сверстниками, с более младшими дошкольниками.

На основе приобретенного опыта и знаний детям становится доступным проведение утренней гимнастики со всей группой детей, творческое включение двигательных действий в сюжетно-ролевые игры.

Ребенок умеет выполнять движения в соответствии со средствами музыкальной выразительности; дети могут создавать разнообразные вариации движений в зависимости от выбранного образа.

.*Старшая группа (от 5 до 6 лет)*

К концу года дети могут:

–Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

–Лазать по гимнастической стенке 2,5 м с изменением темпа

.–Прыгать на мягкое покрытие 20 см, прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгатьв длину с места не менее 80 см, с разбега не менее 100 см; в высоту не менее 40 см; прыгать черезкороткую и длинную скакалку.

–Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную игоризонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетая замах с броском, бросать мячч вверх, о землю иловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе расстояние 6м, владетьшколой мяча.

–Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.

–Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге;выполнять повороты направо, налево, кругом.–Знать и.п., последовательность выполнения общеразвивающих упражнений, понимать ихоздоровительное значение

.–Скользить по ледяным дорожкам, выполняя задание.

–Кататься на самокате.

–Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол,хоккей.9

–Продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умениеварьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и неимитационныеупражнения, демонстрируя осознанность, красоту, грациозность, выразительность, пластичностьдвижений. Подготовительная группа (от 6 до 7 лет) К концу года дети могут:

–Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание,лазанье).

–Прыгать на мягкое покрытие с высоты 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с местана расстояние не менее 100 см, с разбега 180 см, в высоту с разбега не менее 50 см; прыгать черезкороткую и длинную скакалку разными способами

–Перебрасывать набивные мячи 1 кг, бросать предметы в цель из разных и.п., попадать ввертикальную и горизонтальную цель 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой 5-12 м, метатьпредметы в движущую цель; владеть школой мяча.

–Перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренге после расчета на 1, 2,соблюдая интервалы во время передвижения.

–Выполнять физические упражнения из разных и.п. четко и ритмично, в заданном темпе, подмузыку, по словесной инструкции.

–Сохранять правильную осанку.

–Активно участвовать в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, футбол, хоккей).

–Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество вдвигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность

Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе (Система мониторинга достижения детей планируемых результатов освоения программы)

В роли оценки качества образовательной деятельности по программе в области «Физическое развитие» выступает ежегодный мониторинг, который проводится два раза в год - в сентябре и мае. Для тестирования физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой форме. Физическими (двигательными) качествами называются отдельные качественные стороны двигательных возможностей человека: быстрота, сила, гибкость, выносливость и ловкость. Уровень развития основных двигательных качеств и навыков считается важным показателем физического развития дошкольников.

Цель: Определить уровень развития основных двигательных качеств и навыков детей.

Задачи:

1.определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места

2.оценить скоростные качества ребенка и его реакцию в беге на 10 метров

3.определить выносливость в беге на 150 м.

4.оценить скоростные качества в беге на 30 м

5.определить скоростно-силовые качества в метании

6.определить гибкость Нормативы для определения физического развития детей:

–бег 10 м.

–бег 30 м.

–прыжки в длину с места.

–метание набивного мяча стоя из-за головы двумя руками.

–подъем в сед из положения лежа за 30 сек. бег 150 м.

–наклон туловища вперёд из положения стоя ноги вместе.

Все результаты заносятся в диагностическую карту по физическому воспитанию, и оценивается уровень физического развития каждого ребенка. (приложение 1)

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка (в пяти образовательных областях).

Работа по программе предоставляет возможность осуществления межпредметных связей с образовательными областями:

«Физическое развитие»

- ознакомление и соблюдение правил безопасного поведения в спортивном зале;

- техники выполнения физических упражнений с использованием и без использования спортивных снарядов, тренажеров;

- правил охраны органов и систем организма способы предупреждения переутомления, восстановления после интенсивной физической нагрузки;

-правил безопасного взаимодействия со сверстниками в процессе фронтальных и парных форм организации.

«Речевое развитие»

- развитие у детей способности выражать словом ощущения своего организма, свое отношение к тому или иному виду движений, свои чувства и настроения.

«Познавательное развитие»

- приобретение сопутствующих знаний по теме сюжетно-игровых занятий;

- развитие пространственных ориентировок, внимания, двигательной и музыкальной памяти, приобщение детей к ценностям современного общества: стремление к сохранению и укреплению собственного здоровья путем занятий современными видами физкультуры и спорта.

«Художественно - эстетическое развитие»

- развитие музыкальных способностей: чувства ритма, умения слушать и слышать музыку, исполнять движения в соответствии с ее характером, передавать музыкальный образ.

«Социально – коммуникативное развитие» - приобщение детей к посильной трудовой деятельности: подготовке и уборке спортивного оборудования, атрибутов, сценических костюмов.

Содержание образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников.

«Физическое развитие включает 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.)» (ФГОС ДО п. 2.6)

Основные цели и задачи:

- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Задачи:

- организовывать разнообразную двигательную активность детей в разных формах (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры и др.);
- продолжать работу по осуществлению мероприятий, способствующих сохранению здоровья детей, закаливанию, повышению защитных сил организма;
- осуществлять контроль над формированием у детей правильной осанки;

- продолжать поддерживать родителей в самообразовании в вопросах охраны и укрепления здоровья детей, в стремлении участвовать в педагогическом процессе и жизни детского сада в целом.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Задачи:

- организовывать разнообразную двигательную активность детей в разных формах (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры и др.);
- продолжать работу по осуществлению мероприятий, способствующих сохранению здоровья детей, закаливанию, повышению защитных сил организма;
- формировать у детей правильную осанку

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Задачи:

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины - у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»). Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека. Формировать потребность в здоровом образе жизни.

Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Задачи:

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе. Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Приобщение детей к физической культуре.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Задачи:

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы.

Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Задачи:

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Образовательная деятельность

группы компенсирующей направленности с детьми 5 -6 лет и 6-7 лет

На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и

оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;

В работу включаются физические упражнения: построение в шеренгу (вдоль линии), в колонну друг за другом, в круг; ходьба; бег, прыжки; лазанье; ползание; метание; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Проводятся подвижные игры, направленные на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

2.2 Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы по физической культуре с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

Таблица 1

Организованная образовательная деятельность	
Направления	Развитие физических качеств. Правильное формирование опорно-двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики. Правильное выполнение основных движений.
	Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта. Овладение подвижными играми с правилами. Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере. Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.
Формы организации	Групповые, подгрупповые, спортивные праздники, развлечения, занятия.
Методы обучения и воспитания	*Наглядный.* Наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни). Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя). *Словесный.* Объяснения, пояснения, указания. Подача команд, распоряжений, сигналов. Вопросы к детям. Образный сюжетный рассказ, беседа. Словесная инструкция. *Практический.* Повторение упражнений без изменения и с изменениями. Проведение упражнений в игровой форме. Проведение упражнений в соревновательной форме.
Средства физического развития.	Физические упражнения, упражнения на формирование осанки, закаливание, имитационные упражнения, упражнения на развитие основных движений, упражнения спортивной направленности, подвижные игры, сюжетные подвижные игры, игры и упражнения со стихотворным сопровождением, строевые упражнения, игры – аттракционы, игры и упражнения на развитие мелкой моторики. Двигательная активность, занятия физкультурой. Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода). Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)

Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	
Формы организации	Утренняя гимнастика, гимнастика после сна, спортивные, подвижные игры. Проведение упражнений в игровой форме. Проведение упражнений в соревновательной форме. Физминутки. Закаливающие мероприятия. Корригирующие упражнения.
Методы и приемы обучения и воспитания	*Наглядный.* Наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни) Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).
	Словесный. Объяснения, пояснения, указания. Подача команд, распоряжений, сигналов. Вопросы к детям. Образный сюжетный рассказ, беседа. Словесная инструкция. *Практический.* Повторение упражнений без изменения и с изменениями
Самостоятельная деятельность	
Формы организации	Двигательно-игровая деятельность. Спортивные, подвижные игры. Проведение упражнений в игровой форме. Проведение упражнений в соревновательной форме. Игры со сверстниками.
Методы обучения и воспитания	*Словесные Наглядные Продуктивные*

Виды организованной образовательной деятельности

1. Традиционные *учебно-тренировочные занятия* – направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др. В его содержании присутствуют дыхательные упражнения и упражнения, совершенствующие координационные механизмы нервной системы.

2. *Игровые занятия – построенные* на основе подвижных игр: народных, оздоровительных, игр-эстафет, игр-аттракционов. В содержание этих занятий включается разминка, оздоровительный бег, подвижные игры по нарастающей и убывающей степени нагрузки, дыхательные упражнения, расслабляющие паузы, воздушные процедуры. Большая часть игр содержит бег, как универсальное циклическое движение.

3. *Сюжетные занятия* – проводятся в форме двигательного рассказа или сказки.

4. *Двигательно-творческие занятия* (для старшего дошкольного возраста) – на них дети получают возможность относиться к движению как к предмету творческого экспериментирования. Они не только передают знакомый образ в движении, но и учатся создавать новое движение, изменять и преобразовывать его структуру. Этому способствуют творческие композиции: посредством движений и поз дети отгадывают двигательные загадки, показывают действия, изображенные на картинке, «оживляют» их и т.п. в процессе двигательно-творческих занятий ребенок получает возможность личностного самовыражения.

5. *Занятия, построенные на танцевальном материале.* (для детей старшего дошкольного возраста) – построены на музыкально-ритмических композициях, позволяют повышать двигательную активность, вызывают положительное эмоциональное состояние, развивают чувство ритма, пластичность и грациозность.

6. *Тематические занятия* – с одним видом физических упражнений (лыжи, футбол, баскетбол, бег и т.п.). Такие занятия направлены на обучение дошкольников элементам спортивных игр и упражнений (бадминтон, городки, хоккей, настольный теннис, футбол, ходьба на лыжах, езда на велосипеде). Данный тип занятия в основном проводится на воздухе в зависимости от сезона.

7. *Познавательные занятия* – из серии «Забочусь о своем здоровье». Их цель – формирование элементарных знаний и представлений детей о значении физической культуры, ознакомление их со строением тела человека, функциями различных органов. Такие занятия способствуют формированию потребности в здоровом образе жизни.

8.*Занятия на спортивных комплексах и тренажерах.*

Такие занятия дают оздоровительный эффект за относительно небольшой период времени. Оздоровительное спортивное оборудование помогает решить проблему дефицита пространства, а, кроме того, позволяет выполнять детям их любимые движения: вис, лазание и т.п.

9.*Занятия - тренировки* – проводятся на прогулке, с большим содержанием

интенсивных движений, в основном циклического характера, которые способствуют функциональному совершенствованию организма, повышению его работоспособности, развитию защитных сил по отношению к неблагоприятным факторам внешней среды.

10.Самостоятельные физкультурные занятия.

Смысл занятий заключается втом, чтобы научить детей осознанномувыполнению движений в правильной последовательности и в нужном темпе. На таких занятиях дети учатся страховке и подстраховке, умению замечать свои ошибки и ошибки своих товарищей.

Ценность этих занятий в оздоровительном плане – воспитание потребности в здоровом образе жизни. Схема занятия: после разминки, оздоровительного бега и паузы, приводящей пульс в исходное состояние, дети разбирают карточки, на которых в определенной последовательности укаказаны (нарисованы) задания, которые они должны выполнить. Выполнение заданий рассчитано на 15 минут. Затем дети выбирают игры и сами организуют их. Заканчивается занятие кинезиологическими упражнениями.

11.Контрольные занятия – проводятся в начале и конце учебного года для получения информации об уровне развития физических качеств дошкольников. Для детей среднего и старшего дошкольного возраста такие занятия проводятся в форме «малых олимпийских игр», где дети получают эмоциональный заряд от своих достижений.

Форма занятия выбирается в зависимости от возраста детей, поставленных задач, места и условий проведения.

Особое внимание уделяется профилактике отклонений в физическом развитии. Она предусматривает систему мер, направленных на предупреждение плоскостопия, сколиоза. Комплексы утренних гимнастик, физкультурных занятий, гимнастики после дневного сна содержат упражнения, направленные на укрепление мышц спины, свода стопы, шеи.

Способы организации детей в непосредственно образовательной деятельности по физической культуре:

- *Фронтальный способ*. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.
- *Поточный способ*. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае

необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

- *Групповой способ*. Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).
- *Индивидуальный способ*. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Чтобы физкультурные занятия стали радостным событием для дошкольников, кроме традиционных, используются ***средства,*** помогающие создавать и корректировать настроение ребенка, его отношение к движениям:

- музыкальное сопровождение, аэробика, элементы танца, речитативы, стихи

Наряду с традиционными методами и приемами используются инновационные формы:

- - *релаксация* – учит детей приемам расслабления, что является первым условием необходимым для восстановления здоровья. Овладеть техникой расслабления детям нетрудно. У них развито воображение. Паузы отдыха восстанавливают силы и работоспособность, как и полноценный сон. Это связано с тем, что отдыхают не только мышцы, но и нервная система;
- *элементы психогимнастики (этюды, игры, упражнения)* – направлены на развитие познавательной и эмоционально- личностной сфер психики ребенка;
- *вводная медитация* – помогает создать на занятиях положительный эмоциональный настрой, устранить замкнутость, снять усталость. С ее помощью у детей развивается навык концентрации;
- *кинезиологические упражнения* – способствуют развитию головного мозга.
- *фольклорный материал*. Народный фольклор позволяет поддерживать интерес дошкольников к занятиям физической культурой и приобщать их к традициям русского народа, что вызывает у детей особый эмоциональный настрой.

2.3. Образовательная деятельность по профессиональной коррекции нарушений развития детей

Дошкольную образовательную организацию посещают воспитанники с ОНР. Группы компенсирующей направленности: старшая группа №5, подготовительная группа №4.

Коррекционная работа направлена на:

- обеспечение коррекции нарушений развития детей с общим недоразвитием речи, оказание им квалифицированной помощи в освоении Рабочей программы;
- освоение детьми с ОНР рабочей программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей, социальной адаптации.

Образовательная область «Физическое развитие»

В соответствии с возможностями детей с ОНР определяются методы обучения – наглядные, практические, словесные. Вопрос о рациональном выборе системы методов и отдельных методических приемов решается педагогическими работниками в каждом конкретном случае.

Образовательная деятельность организована в соответствии с возрастом воспитанников, основными направлениями их развития и включает время, отведенное на образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, изобразительной, музыкальной и др.) с квалифицированной коррекцией недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей; образовательную деятельность с квалифицированной коррекцией недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей, осуществляемую в ходе режимных моментов; самостоятельную деятельность детей; взаимодействие с семьями воспитанников. Проведение групповых и индивидуальных коррекционно-развивающих занятий осуществляется в соответствии с индивидуальным учебным планом воспитанника.

2.4 Особенности образовательной деятельности различных видов и культурных практик в физическом воспитании

Организованная образовательная деятельность основана на организации педагогом видов деятельности, заданных ФГОС ДО.

Игровая деятельность является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста.

Игровая деятельность представлена в образовательном процессе по физическому развитию в разнообразных формах: это дидактические, развивающие, подвижные игры, игры-путешествия, игровые двигательные проблемные ситуации, игры-инсценировки, игры-этюды.

Коммуникативная деятельность направлена на решение задач, связанных с развитием свободного общения детей и освоением всех компонентов устной речи, освоение культуры общения и этикета, воспитание толерантности, на развитие интереса детей к участию в совместных играх; формирование умения связывать сюжетные действия с ролью в подвижных играх; развитие умения соблюдать в ходе игры элементарные правила; создание условий для проявления доброжелательности, дружелюбия и уважительного отношения к сверстникам и взрослым; формирование первичных гендерных представлений.

Познавательно-исследовательская деятельность - так же неотъемлемая часть физического воспитания, включает в себя широкое познание детьми объектов живой и неживой природы, предметного и социального мира, безопасного поведения на занятиях физической культурой, в подвижных играх и при использовании физкультурного оборудования и инвентаря. **Р**азвитие сенсорных способностей - закрепление умений выделять цвет, форму, величину, осязаемые свойства предметов (физкультурного инвентаря), группировать предметы по нескольким сенсорным признакам. Формирование элементарных математических представлений: закрепление умения выделять количество (много - один), величину (большой - маленький), геометрическую форму предметов; развитие умений детей ориентироваться в пространстве и различать части своего тела.

Музыкальная деятельность так же присутствует в физическом развитии дошкольников. Она направлена на формирование эмоционального опыта детей, развитие интереса к движениям в сочетании с музыкальным сопровождением; формирование выразительности движений, умений передавать простейшие действия персонажей в играх под музыкальное сопровождение.

2.5 Способы и направления поддержки детской инициативы

В образовательном процессе ребёнок и взрослые выступают как субъекты педагогической деятельности, в которой взрослые определяют содержание, задачи, способы их реализации, а ребёнок творит себя и свою природу, свой мир.

Детям предоставляется широкий спектр специфических для дошкольников видов деятельности, выбор которых осуществляется при участии взрослых с ориентацией на интересы, способности ребёнка.

Ситуация выбора важна для дальнейшей социализации ребёнка, которому предстоит во взрослой жизни часто сталкиваться с необходимостью выбора. Задача педагога в этом случае — помочь ребёнку определиться с выбором, направить и увлечь его той деятельностью, в которой, с одной стороны, ребёнок в большей степени может удовлетворить свои образовательные интересы и овладеть определёнными способами деятельности, с другой — педагог может решить собственно педагогические задачи.

Уникальная природа ребёнка дошкольного возраста может быть охарактеризована как деятельностная. Включаясь в разные виды деятельности, ребёнок стремится познать, преобразовать мир самостоятельно за счёт возникающих инициатив.

Все виды деятельности, предусмотренные Программой МАДОУ, используются в равной степени и моделируются в соответствии с теми задачами, которые реализует педагог в совместной деятельности, в режимных моментах и прочее. Воспитателю важно владеть *способами поддержки детской инициативы.*

Взрослым необходимо научиться тактично, сотрудничать с детьми: не стараться всё сразу показывать и объяснять, не преподносить сразу какие-либо неожиданные сюрпризные, шумовые эффекты и т.п. Необходимо создавать условия, чтобы дети о многом догадывались самостоятельно, получали от этого удовольствие.

Обязательным условием взаимодействия педагога с ребёнком является создание развивающей предметно-пространственной среды, насыщенной социально значимыми образцами деятельности и общения, способствующей формированию таких качеств личности, как: активность, инициативность, доброжелательность и др. Важную роль здесь играет сезонность и событийность образования дошкольников. Чем ярче будут события, происходящие в детской жизни, тем больше вероятность того, что они найдут отражение в деятельности ребёнка, в его эмоциональном развитии.

5-6 лет

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в старшем дошкольном возрасте является внеситуативно – личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационно познавательная инициатива.

Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече,
- использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку;
- уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;
- при необходимости помогать детям в решении проблем организации игры;
- создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой деятельности.

6-7 лет

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является научение, расширение сфер собственной компетентности в различных областях практической предметности, в том числе орудийной деятельности, а также информационная познавательная деятельность. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта деятельности;
- спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей. Рассказывать детям о своих трудностях, которые испытывали при обучении новым видам деятельности;
- создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;
- обращаться к детям, с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников;
- поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами;
- при необходимости помогать детям решать проблемы при организации игры.

2.6 Взаимодействие инструктора по физической культуре с семьями воспитанников

ЦЕЛЬ: сделать родителей активными участниками педагогического процесса, в том числе и в физическом воспитании дошкольников.

Задачи взаимодействия с семьёй:

- вести у детей желание вести здоровый образ жизни;
- повышать роль семьи в физическом воспитании и оздоровлении детей;
- способствовать развитию творческой инициативы родителей в формировании у детей устойчивого интереса к физической культуре;
- формировать общественное мнение о значимости физической культуры в ДОУ и семье.

Таким образом, можно прийти к выводу, что необходимо использовать такие формы работы с родителями, в которых они выступают заинтересованными участниками педагогического процесса.

Основные формы взаимодействия с семьей.

- *Знакомство с семьей:* встречи-знакомства, анкетирование семей.
- *Информирование родителей о ходе образовательного процесса:* дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, приглашение родителей на физкультурные праздники, создание памяток.
- *Совместная деятельность:* привлечение родителей к организации семейных спортивных праздников, прогулок.

Содержание направлений работы с семьей по направлению «Физическое развитие»

Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка. Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение

литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.

Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.

Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой.

Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).

2.7.Иные характеристики содержания программы

Мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения программы по физической культуре

Неотъемлемой и обязательной частью рабочей программы образовательной области «Физическая культура» является диагностика физической подготовленности. Для этого проводится тестирование, которое направлено на изучение степени сформированности двигательных навыков и двигательных качеств. Полученные результаты позволяют:

- сформировать представление об уровне физических качеств каждого ребенка в группе;
- организовать индивидуальную работу по коррекции «западающих» физических качеств и двигательных умений;
- сформировать представление об уровне физической подготовленности детей в группе;
- увидеть развитие двигательных качеств в процессе физического воспитания в динамике года.

Физическая подготовленность : определяется уровнем сформированности физических качеств и степенью сформированности двигательных навыков.

Физическими качествами называются отдельные качественные стороны двигательных возможностей ребенка, его двигательные способности. Они проявляются в конкретных действиях – основных движениях (ходьбе, беге, прыжках, лазании, метании, равновесии), игровых, спортивных занятиях. Между физическими качествами и двигательными умениями существует тесная связь. Так, успешность овладения двигательными навыками обусловлена достаточным уровнем развития физических качеств. В свою очередь, слабое развитие физических качеств оказывает отрицательное воздействие на физическую подготовленность детей.

Уровень физической подготовленности во многом отражает возможности функциональных систем организма.

К числу основных физических качеств относятся *гибкость, выносливость, сила, быстрота, их сочетание (скоростно-силовые качества), ловкость, а также координационные способности.*

Методы оценки физической подготовленности детей дошкольного возраста

Быстрота — это способность выполнять двигательные действия в минимальный срок, которая определяется скоростью реакции на сигнал и частотой многократно повторяющихся действий.

Об уровне развития скоростных способностей можно судить по результатам тестирования бега по прямой с высокого старта на 30 м (для детей среднего и старшего дошкольного возраста).

Ловкость — это способность быстро овладевать новыми движениями (способность быстро обучаться), быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки. Развитие ловкости происходит при условии пластичности нервных процессов, способности к ощущению и восприятию собственных движений и окружающей обстановке.

Уровень развития ловкости выявляется по времени прохождения полосы препятствий. Ребенок выполняет упражнения в лазании, прыжках, равновесии. Это многоструктурные двигательные действия, и их результат опосредован в большей степени ловкостью.

Скоростно-силовые способности являются соединением силовых и скоростных способностей. В основе их лежит функциональные свойства мышечной и других систем, позволяющие совершать действия, в которых наряду со значительной механической силой требуется и значительная быстрота движений**.**

Сила – это способность преодолевать внешнее сопротивление, способность к мышечному напряжению. Проявление силы обеспечивается в первую очередь силой и концентрацией нервных процессов, регулирующих деятельность мышечного аппарата.

Для определения уровня развития скоростно-силовых способностей у дошкольников проводят три теста: прыжок в длину с места, метание вдаль мешочка с песком весом 150г правой и левой руками и бросок набивного мяча массой 1 кг двумя руками сверху (старший дошкольный возраст). Прыжок, метание мешочка и бросание набивного мяча требуют не только значительной мышечной массы, но и быстроты движений. Поэтому данные упражнения называются скоростно-силовые.

Гибкость определяет степень подвижности опорно-двигательного аппарата и имеет особое значение для здоровья. Показателем гибкости служит наибольшая амплитуда движения.

Для оценки гибкости используется тест на наклон туловища вперед из положения сидя.

Координационные способности.

Для определения развития координационных способностей детей при сохранении статического равновесия предлагается задание на удержание позы, стоя на одной ноге. Функция равновесия оценивается по времени (в сек), которое было затрачено на выполнение статического равновесия на

одной ноге. Дети младшего возраста выполняют упражнение, стоя на полу. Дети среднего возраста - на ограниченной опоре. Дети старшего возраста – на повышенной опоре.

Рекомендации по организации тестирования

Тестирование физической подготовленности детей проводит инструктор по физической культуре. Методист или старший воспитатель должен контролировать его проведение. Воспитатели групп оказывают необходимую помощь в организации этой работы. Как правило, медицинская сестра осуществляет наблюдение за состоянием детей, их реакцией на выполнение двигательного задания.

Для проведения в одной возрастной группе необходимо присутствие не менее двух человек (один педагог регистрирует результаты, другой – объясняет двигательные задания). Очень важно четко и правильно заполнить протокол тестирования.

Организация и проведение программы тестирования невозможны без ряда согласований, в частности, с руководителем образовательного учреждения. Целью данного взаимодействия является составление расписания обследования дошкольников по группам, уточнение списков, распределение обязанностей педагогического коллектива и медицинского персонала (сопровождение детей, регистрация результатов и пр.).

Необходимо учитывать, что инструктор по физической культуре должен в совершенстве овладеть методикой тестирования до начала основного обследования.

Для определения исходного уровня физической подготовленности детей оптимальным считается период с 15 сентября по 15 октября. Для обследования динамики развития двигательных навыков тестирование следует проводить два раза в год: в начале учебного года – в сентябре, когда группа уже укомплектована полностью, и в конце года – в апреле–мае.

Тестирование можно осуществлять как в рамках занятий по физической культуре, так и в процессе физкультурно-оздоровительных мероприятий с подгруппой детей. Всем выполняемым упражнениям должна предшествовать разминка, которая включает ходьбу, бег, дыхательные подготавливающие упражнения. Ребенку следует давать одну-две пробные попытки с настройкой на максимальный результат во время последней. Время между попытками одного и того же теста должно быть достаточным для ликвидации возникшего после первой попытки утомления. В протоколы вносится лучший результат.

Целесообразно использовать тестовые упражнения в игровой и соревновательной формах, чтобы процедура диагностики была для детей

интересной и увлекательной.

Для получения объективных данных первичное и повторное обследования должны осуществляться в одинаковых условиях. Если скорость бега в первый раз измерялась на участке, то вторичное обследование бега проходит там же.

Обязательно следует четко соблюдать методику тестирования.

Результат теста засчитывается, если ребенок справился с заданием в соответствии с методикой.

Во время выполнения тестовых заданий недопустимы комментарии и разбор ошибок детей со стороны педагогов. Они должны рассматриваться в процессе обучения.

К обследованию допускаются дети, не имеющие противопоказаний к выполнению контрольных тестов по состоянию здоровья (в соответствии с заключением врача дошкольного образовательного учреждения).

Тестирование не проводится в течение месяца с детьми, перенесшими острое заболевание, обострение хронического заболевания.

Всю необходимую информацию о состоянии здоровья детей медицинская сестра предоставляет воспитателю по физической культуре в начале учебного года. Обследование следует выполнять не ранее 30 мин после принятия пищи.

Целесообразно проводить тестирование в часы наибольшей биологической активности – с 9 до 13 ч, перед тестированием необходимо организовать небольшую разминку для подготовки организма дошкольников к предстоящей мышечной нагрузке.

В спортивном зале проводятся такие тесты как:

- прыжок в длину с места;
- наклон туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке;
- удержание статического равновесия на одной ноге;
- бросок набивного мяча весом 1кг двумя руками из-за головы. На физкультурной площадке проводятся тесты:
  - бег на 30м;
  - метание мешочка вдаль одной рукой.
  - Обязательна страховка детей при выполнении двигательных заданий, особенно это важно для беговых упражнений, прыжков, упражнений на выносливость. К выполнению двигательных тестов дети допускаются в соответствующей спортивной форме, подобранной по сезону и удобной для занятий.

Все разметки на площадке и в зале делаются до начала обследования.

Врач заранее выявляет тех детей, которые не будут выполнять те или

иные задания по состоянию здоровья. Инструктор готовит протокол обследования, в котором фиксируются количественные показатели уровня сформированности физических качеств.

Спортивное оборудование, необходимое для проведения диагностики физической подготовленности:

1. Беговая дорожка 40 м и секундомер для выявления скорости;
2. Дорожка шириной 3м, длиной 15-20 метров с сантиметровой разметкой, мешочки с песком весом 150г для определения скоростно-силовых способностей в метании одной рукой вдаль. (Для удобства определения дальности метания лучше использовать шкалу с десятисантиметровыми делениями).
3. Две рейки (для детей младшего дошкольного возраста высотой 10 см, для детей, среднего, старшего дошкольного возраста высотой 15 см); рейка высотой 25 см для подлезания, шведская стенка из трех пролетов; два вертикальных обруча; малая гимнастическая скамья – для выявления ловкости;
4. Ковровая дорожка с сантиметровой разметкой для выявления скоростно- силовых качеств в прыжке в длину;
5. Набивной мяч для определения силовых качеств плечевого пояса;
6. Линейка для выявления гибкости;
7. Секундомер, гимнастическая доска, гимнастическая скамья для оценивания функции равновесия.

Примерная программа тестирования.

Программа тестирования реализуется в течение двух недель на контрольных занятиях по физической культуре.

Старшая, подготовительная группы

№ контрольного занятия	Место проведения теста	Тесты
1	Спортивная площадка	Скоростной бег, 30м
2	Физкультурный зал	Прохождение полосы препятствий
3	Физкультурный зал	Прыжок в длину с места
4	Спортивная площадка	Метание мешочка
5	Физкультурный зал	Бросок набивного мяча

6	Физкультурный зал	Статическое равновесие. Наклон вперед сидя

Анализ и обработка полученных данных тестирования.

Наиболее распространенный способ оценки физической подготовленности ребенка – это сопоставление его показателей с данными оценочных таблиц по возрастно половым показателям физической подготовленности детей.

В результате анализа принято выделять детей со средним, высоким и низким уровнем физической подготовленности. Уровень определяется по большинству показателей, которые подпадают под соответствующую градацию. Например, высокая физическая подготовленность предполагает большинство показателей выше средних и отсутствие низкого результата; наличие большинства показателей ниже среднего свидетельствует о низкой подготовленности. Далее выделяются подгруппы детей для дифференцированной работы.

В течение года показатели психофизических качеств изменяются. Это происходит за счет естественного роста детей, роста их двигательной активности, целенаправленной работы по физическому воспитанию. Поэтому важно проследить динамику индивидуальных показателей развития каждого ребенка. В этой связи наиболее эффективным методом оценки служит прирост показателей двигательных навыков и физических качеств, определяющийся по результатам тестирования в начале и конце учебного года. Например, двигательное развитие ребенка оценивается по таблицам как высокое, однако существенных изменений в результатах выполнения заданий в течение года не произошло. И наоборот, у ребенка могут быть низкие показатели тестирования в сравнении со средними значениями при высоких темах личного роста результатов.

Далее анализируется деятельность педагогов и инструктора по физической культуре в каждой возрастной группе. Может быть такое, что в отдельных группах процент темпов прироста значительно ниже, чем в других. Это позволяет внести коррективы в дальнейшую работу.

В итоге следует дать общую оценку деятельности дошкольного учреждения по развитию у детей физических качеств.

Анализ и оценка динамики норм индивидуального и группового продвижения очень важны для своевременного внесения коррекций в образовательный процесс.

Используемая литература в разделе «Мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы»

1. Алямовская В.Г. Психолого-педагогический мониторинг здоровья и физического воспитания детей в дошкольном учреждении. //Дошкольное образование. – 2004. - № 5. С.11-15.
2. Прищепа С., как продиагностировать физическую подготовленность дошкольника. / Прищепа С., Попкова Н., Коняхина Т // Дошкольное воспитание. – 2004.- № 1. С. 37-45.
3. Сагайдачная Е.А., Оценка физическойподготовленности детей в условиях дошкольного образовательного учреждения. /Сагайдачная Е.А., Богина Т.Л., Яковлева Т.С.// Справочник старшего воспитателя дошкольного учреждения. - 2007. - № 3. С.16-28.
4. Тарасова, Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ / Т.А. Тарасова. – М.: ТЦ Сфера, 2006. – 176 с

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально-техническое обеспечение программы по физическому развитию

1. Уголок для двигательной активности ребенка (в группах)
2. Информационная папка.
3. Физкультурный зал.
4. Физкультурное оборудование.
5. Нестандартное физкультурное оборудование
6. Спортивная площадка, оснащенная спортивным инвентарем, оборудованием, участки детского сада, оснащенные спортивным оборудованием.

Технические средства обучения:

1. Музыкальный центр.
2. Аудио материал.
3. Проектор, экран

Наглядно – образный материал

1. Иллюстрации и репродукции (спортсменов, виды спорта).
2. Наглядно - дидактический материал по предупреждению травматизма на занятиях физической культуры.
3. Картотека для организации самостоятельной двигательной активности.
4. Игровые атрибуты для подвижных игр.

3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

В соответствии с ФГОС, материально-техническое обеспечение программы включает в себя учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы).

- Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. Программно-методическое пособие. Физкультурные занятия в детском саду. М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2000.
- Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016
- Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016
- Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016
- Картушина М. Ю. Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2008
- Спортивные праздники в детском саду / авт. сост. Сапего С.Н. – М: АСТ, 2007
- Физическое воспитание детей 2-7 лет: развернутое перспективное планирование по программе под ред. Васильевой, гербовой, Комаровой / авт.-сост. Т.Г. Анисимова. – Волгоград :Учитель, 2010
- Силюк Н. А. зимние физкультурные праздники для детей дошкольного возраста. – М.: Аирис-пресс, 2006
- Чадова Л.Е.Луконина Н.Н. физкультурные праздники в детском саду- М.: Айрис-пресс, 2006

Научно-методическое обеспечение Программы определяется в соответствии с направлениями развития детей. Для осуществления образовательной деятельности с детьми используются различные средства обучения и воспитания, в том числе технические,визуальные и аудиовизуальные. В учреждении имеются следующие технические средства обучения и воспитания: музыкальный центр, телевизор, интерактивная доска, к использованию которых предъявляется ряд требований, а именно, необходимо избегать длительного применения ТСО в целях предотвращения утомления детей и рационально сочетать их с другими средствами обучения.

Материальные средства обучения

№ п/п	Наименование оборудования и инвентаря	Количество
1	Детский спортивный комплекс	1шт.
2	Гимнастическая лестница	5 пролетов
3	Навесная доска	1шт.
4	Дуги для подлезания	4шт.
5	Стойки для прыжков в высоту с разбега	1шт.
6	Верёвка для ОРУ	25 шт.
7	Скакалки резиновые	27 шт.
8	Гантели	20 шт.
9	Кегли	2 набора
10	Кубики	50 шт.
11	Гимнастические палки	25 шт.
12	Мячи маленького размера	25
13	Мячи среднего размера	25 шт.
14	Мячи большого размера	25 шт.
15	Мяч футбольный	1
16	Мяч волейбольный	1
17	Мячи баскетбольные	10 шт.
18	Мячи набивные весом 0,8 кг.	14 шт
19	Обруч диаметром 54 см.	20 шт.
20	Обруч диаметром 75 см.	20 шт.
22	Обруч диаметром 89 см.	10 шт.
23	Тоннели	3 шт.
24	Маты	5 шт.
25	Гимнастические скамейки	5 шт.
26	Мешочки для метания весом 150 гр.	25 шт.
27	Мешочки для метания весом 200 гр.	10 шт.
28	Конусы	20 шт.
29	Скакалки веревочные	20 шт
30	Игра «Бадминтон»	5 шт.
31	Лыжи взрослые	2 пары
32	Лыжи детские	25 пар
33	Клюшки	5 шт.
34	Шайбы	10 шт.
35	Толстая верёвка	1 шт.
36	Корзины для инвентаря	8 шт.
37	Мячики для метания	6 шт.
Наименование нестандартных физкультурных пособий		
1	Флажки.	50 шт.
2	Ленты	50 шт.
3	Лёгкие навесные мишени для метания в вертикальную цель.	5 шт.

4	Косички	25 шт
5	Ребристая доска	1 шт.
6	Гимнастическая доска	1 шт.
7	Изображения животных, насекомых	
8	Комплект цифр	2 набора
9	Кольцо веревочное	12 шт
10	Султанчики	50 шт.
11	Погремушки	40 шт.
12	Массажные коврики	3 шт.
13	Кирпичики	9 шт.
	Наглядные пособия	
22	Алгоритмы прохождения полосы препятствий	10 шт.
23	Комплекс О Р У	1 – 2 набора

3.3. Организация образовательной деятельности .Режим дня.

Режим работы МАДОУ:

-пятидневная рабочая неделя,

-12-часовое пребывание детей (время работы: с 7.00 до 19.00),

-выходные дни - суббота, воскресенье и праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

Режим дня в дошкольном образовательном

учреждении - это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.

Организация режима дня и воспитательно-образовательного процесса в дошкольном образовательном учреждении производится в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами для ДОО 2.4.1.3049-13

Возрастая группа	**Продолжительность образовательной нагрузки**
Старшие группы 5-6 лет	не более 25 минут
Подготовительные группы 6 – 7 лет	не более 30 минут

Занятия с детьми проводятся по группам в соответствии с расписанием и циклограммой. Групповые занятия с детьми старшего дошкольного возраста проводится в первой половине дня, до прогулки, не нарушая режим дня в соответствии требованиям СанПиН. 2.4.1 3049-13.

Одно из трех физкультурных занятий для детей остальных возрастных групп круглогодично проводится на открытом воздухе. Его проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

Структура физкультурных занятий общепринятая: занятие состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Выделение частей занятия обусловлено физиологическими, психологическими и педагогическими закономерностями. Вводная часть обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. Основная часть (самая большая по объему и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами занятия. Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей.

Вводная часть. В эту часть включают упражнения в построениях, перестроениях; различные варианты ходьбы, бега, прыжков с относительно умеренной нагрузкой; несложные игровые задания.

Основная часть. В эту часть включают упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально – волевых качеств личности. Эти общеразвивающие упражнения, проводящиеся с разным темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные группы, способствуют формированию правильной осанки, умения ориентироваться В пространстве. Одно из ведущих мест в основной части занятия занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности. В содержание основной части занятия входят также подвижные игры большой и средней интенсивности, несложные игровые задания, эстафеты.

Заключительная часть. В содержание этой части входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

Циклограмма деятельности
инструктора по физической культуре Балабиной Л.Г.
на 2020-2021 учебный год

Дни недели	Подготовка к занятиям	Утренняя гимнастика	Занятия	Закаливание	Методическая работа
Понедельник	**8.00-8.10-** подготовка к занятиям	**8.10** – старш. гр.3,10,5 **8.20** – подг. гр. 4,12 **8.30** – подг. гр. 13	**9.00-9.25** – гр. 3 ст. **9.40-10.05**– гр.4 стар. **10.20-10.50** – гр.12 подг.	**11.00-12.15** – подготовка к закаливанию. Закаливание детей. **12.30-13.00** – мытье оборудования после закаливания	**13.00-14.00** – разработка комплекса упражнений
Вторник	**8.00-8.10-** подготовка к занятиям	**8.10** – старш. гр.3,10,5 **8.20** – подг. гр. 4,12 **8.30** – подг. гр. 13	**9.00-9.25** – гр. 10ст. **9.40-10.10** – гр.13под.	**11.00-12.15** – подготовка к закаливанию. Закаливание детей. **12.30-13.00** – мытье оборудования после закаливания	**13.00-14.00** – работа в пед. кабинете. Знакомство с новинками периодической литературы
Среда	**8.00-8.10-** подготовка к занятиям	**8.10** – старш. гр.3,10,5 **8.20** – подг. гр. 4,12 **8.30** – подг.	**9.00-9.25** – гр. 5 ст. лог **9.40-10.05** – гр.3ст. **10.20-10.50** – гр.4 подг.	**11.00-12.15** – подготовка к закаливанию. Закаливание детей. **12.30-13.00** – мытье	**13.00-14.00** – разработка комплекса упражнений

		гр. 13		оборудования после закаливания	
Четверг	**8.00-8.10-** подготовка к занятиям	**8.10** – старш. гр.3,10,5 **8.20** – подг. гр. 4,12 **8.30** – подг. гр. 13	**9.00-9.30** – гр. 12 ст.	**10.10-12.15** – подготовка к закаливанию. Закаливание детей. **12.30-13.00** – мытье оборудования после закаливания	**13.00-14.00** – подбор материала для сценариев
Пятница	**8.00-8.10-** подготовка к занятиям	**8.10** – старш. гр.3,10,5 **8.20** – подг. гр. 4,12 **8.30** – подг. гр. 13	**9.00-9.25** – гр.5 ст. **9.40-10.05** – гр. 10ст **10.20-10.50** – гр.13 под .	**11.00-12.15** – подготовка к закаливанию. Закаливание детей. **12.30-13.00** – мытье оборудования после закаливания	**13.00-14.00 –** изготовление спортивно-дидактических пособий

3.4 Организация традиционных событий , праздников, мероприятий.

Наличие традиционных событий, праздников, мероприятий в детском саду является неотъемлемой частью в деятельности дошкольного учреждения, поскольку способствует повышению эффективности воспитательно образовательного процесса, создает комфортные условия для формирования личности каждого ребенка.

Традиции направлены, прежде всего, на сплочение коллектива детей, родителей и педагогов ДОУ, они играют большую роль в формировании и укреплении дружеских отношений между всеми участниками образовательных отношений.

Традиции помогают ребенку освоить ценности коллектива, способствуют чувству сопричастности сообществу людей, учат прогнозировать развитие событий и выбирать способы действия. Поэтому создание традиций в детском саду и их передача следующему поколению воспитанников - необходимая и нужная работа.

Традиции, в которых дети принимают непосредственное участие вместе с родителями и с воспитателем, прочно откладываются в детской памяти и уже неразрывно связаны с детством, с воспоминанием о детском садике, как о родном общем доме, где каждый ребенок любим и уважаем. На этапе, когда детский сад только начинает функционировать, важной задачей является создание таких традиций, которые нашли бы отклик среди педагогов и родителей, и были бы интересны детям.

Сентябрь		
	Спортивно-музыкальное развлечение «Прощай лето»	Все группы
Октябрь		
	Осеняя спартакиада.	Старший, подготовительный возраст
Ноябрь		
	«Мама папа и я – спортивная семья», Турнир с мячом»	Старшая, подготовит. Родителями Подготовительные группы
Декабрь		
	Зимние старты	Старший возраст
	«Зимние забавы» физкультурное развлечение	Подготовительные группы.
Январь		
	Малые Олимпийские игры	Старшая, подготовит.

Февраль		
	Спортивный праздник «Защитники отечества»	Подготовительные группы с отцами.
Март		
	День здоровья (Всемирный День здоровья)	Все группы
Апрель		
	«Крошка ГТОшка» - сдача норм ГТО	Подготовит. группа
Май		
	Спортивный праздник, посвященный Дню Победы	Старший, подготовительный возраст с отцами.
	Спортивно – музыкальный праздник «Здравствуй,лето!»	Все группы
Июнь		
	Семейные «Весёлые старты»	Все группы
Июль		
	Летние олимпийские игры	Все группы

Мероприятия, проводимые в рамках образовательной деятельности

1. Мониторинг достижения детьми планируемых результатов программы дошкольного образования

Наименование	Сроки	Количество дней
Первичный мониторинг	01.09 по 16.09	15 дней
Вторичный мониторинг	22.05. по 31.05.	10 дней

Каникулярное время, праздничные (нерабочие) дни
Каникулы

Каникулы	Сроки, даты	Количество каникулярных недель, праздничных дней
Зимние каникулы	01.01.2020 - 11.01.2021	9 дней
Летние каникулы	01.06.2021 -31.08.2021	12 недель

Выходные и праздничные дни:

- 04 ноября 2020г.,
- с 01 января по 10 января 2021г.,
- 21-23 февраля 2021г.,
- 08 марта 2021г.,
- 01-03 и 08-10 мая 2021г.

3.5. Организация развивающей предметно-пространственной среды

В ДОУ имеются один спортивный зал, он предназначены для проведения занятий и индивидуальной работы, развлечений, для проведения утренней гимнастики, физкультурных досугов, соревнований.

Цвет стен, пола, подобран по принципу использования спокойных и нейтральных тонов, не вызывающих дополнительного возбуждения и раздражения. Оборудование установлена в контексте общей композиции. Освещение в зале соответствует нормам СанПИНа.

С учетом задач работы инструктора помещение территориально включает несколько зон, которые имеют специфическое назначение и соответствующее оснащение.

Рабочая зона

Пианино, спортивный инвентарь для занятий физкультуры.

Зона занятий по физической культуре

шведские стенки, кубы, гимнастические скамейки, обручи, мягкие модули.

Виды деятельности:

утренняя гимнастика;

занятия по физической культуре;

физкультурные досуги, праздники, развлечения;

консультативная работа;

коррекционно-профилактическая работа с детьми;

индивидуальная работа с детьми.

Технические характеристики

Общая площадь (кв. м) 90кв. м.

Освещение естественное 2 окна

Освещение искусственное лампы дневного света с защитой

Уровень освещенности норма

Наличие системы пожарной безопасности имеется

Наличие системы отопления имеется

Возможность проветривания помещения имеется

Поверхность пола (удобная для обработки) имеется

Приложение 1

Годовой план инструктора по физической культуре является нормативным документом, регламентирующим организацию образовательного процесса в образовательном учреждении с учетом специфики Учреждения, учебно-методического, кадрового и материально-технического оснащения.

Нормативной базой для составления годового плана являются:

- Закон Российской Федерации от 26.12.2012г. «Об образовании» № 273 (п.6. ст.2, п.2.6. ст.32);
- Приказ Минобразования и науки РФ от 30.08.2013г. № 1014 « Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»
- СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26);
- Приказ Минобразования и науки РФ от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении Федерального Государственного Образовательного Стандарта Дошкольного Образования» (ФГОС ДО).
- Устав МАДОУ.
- Концепция дошкольного воспитания;
- Образовательная программа МАДОУ;
- Программа дошкольного образования «От рождения до школы», под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой

Цель ДОУ на 2020- 2021 уч. г.

ЦЕЛЬ: Всестороннее развитие личности дошкольника, его психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, через эффективное взаимодействие всех участников образовательного процесса – педагогов, родителей, детей.

Задачи

1. Сохранять и укреплять здоровье детей, формировать привычку к здоровому образу жизни через совместную деятельность с родителями.
2. Способствовать развитию творческих способностей детей посредством изобразительной деятельности.

3. Продолжать совершенствовать работу педагогов по созданию предметно - пространственной среды в соответствии с ФГОС ДО

Годовой план работы инструктора по физической культуре содержит: *цель, задачи воспитательно-оздоровительной работы на год, прогнозируемый результат.*

Годовой план включает:

• Взаимодействие с педагогами.
•Взаимодействие с медицинским персоналом.
• Взаимодействие с детьми.
• Взаимодействие с семьей.
• Оснащение физкультурно-оздоровительной среды.

Цель: Охрана здоровья детей и формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культуры.

<u>Задача для работы с педагогами:</u>

1. Развитие профессиональных способностей педагогов в образовательном процессе по обеспечению физического и психического здоровья дошкольников путем внедрения современных здоровьесберегающих технологий.

<u>Задачи для работы с детьми:</u>

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.
2. Совершенствование работы по развитию физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации) через спортивные игры и упражнения; накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).
3. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании средствами упражнений, подвижных, спортивных и народных (Ставропольских) игр.

<u>Задача для работы с семьей:</u>

1. Взаимодействие ДОУ и семьи по формированию активной позиции в физическом развитии и воспитании ребенка.

Прогнозируемый результат работы с педагогами:

1. Применение в практической деятельности здоровьесберегающих технологий.
2. Интеграция образовательных областей по задачам физкультурно-оздоровительной работы.
3. Профессиональный рост педагогов, развитие их творческих способностей.

Прогнозируемый результат работы с детьми:

1. Соответствие двигательной активности возрастным нормативам; отсутствие признаков сильного и выраженного утомления.
2. Свободное и вариативное использование основных движений в самостоятельной деятельности; проявление активности в выполнении физических упражнений и в соревнованиях со сверстниками.
3. Проявление элементов творчества при выполнении физических упражнений и игр.
4. Стремление проявить физические качества при выполнении движений.

Прогнозируемый результат работы с семьей:

1. Сформированность активной позиции в физическом развитии и воспитании ребенка.

№ п\п	Форма и содержание работы	Сроки выполнения	Примечания: возрастные группы, взаимодействия с персоналом ДОУ и родителями
Физкультурно – оздоровительная работа с детьми			
1.	Утренние гимнастики	ежедневно, по плану работы физкультурного зала	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
2.	Образовательная деятельность	2 занятия еженедельно, в течение всего года	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
3.	Физкультурные развлечения (по плану)	ежемесячно	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
4.	Индивидуальная работа с детьми во время прогулок	ежедневно	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
5.	Педагогическая диагностика физического развития и физической подготовленности воспитанников	Сентябрь, октябрь	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями и медицинской сестрой
6.	Неделя здоровья Зимние спортивные игры-соревнования совместно с педагогами, родителями	январь	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями и родителями
7.	Выставка детских работ «Любим спортом заниматься»	Март - апрель	воспитанники групп старшего дошкольного возраста
8.	Диагностика физического развития и физической подготовленности воспитанников	май	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями и

			медицинской сестрой
Взаимодействие с семьей			
1.	Наглядная информация: по группам «Физкульт – новости».	в течение года	группы дошкольного возраста
2.	День открытых дверей. «Интенсивное закаливание	Сентябрь, декабрь апрель, май	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
3.	Участие в родительских собраниях по вопросу информирования родителей о физическом развитии и физической подготовленности детей, интенсивное закаливание в доу.	Октябрь, май	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
4.	Распространение опыта семейного воспитания «В здоровой семье - здоровые дети!»	в течение года	воспитатели всех возрастных групп
5.	Анкетирование	октябрь февраль	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
6.	Групповое и индивидуальное консультирование по запросу родителей	в течение года	группы раннего и дошкольного возраста
7.	Неделя здоровья. Привлечение родителей к участию в запланированных мероприятиях.	январь	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
8.	Фотовыставка «Олимпийские надежды нынче ходят в детский сад»	февраль - апрель	родители воспитанников групп дошкольного возраста, совместно с воспитателями
Оснащение физкультурно-оздоровительной среды			
1.	Подбор консультативного материала в уголки для родителей.	в течение года	все возрастные группы; подбор тематики

			осуществлять совместно с воспитателями групп
2.	• Разработка годового плана работы; • Корректировка перспективных и календарных планов	август	тематическое планирование осуществлять совместно с воспитателями групп
3.	Оформление фотовитрины по изучению опыта семейного воспитания	март – апрель	группы дошкольного возраста; совместно с воспитателями
4.	Подготовка к летнему оздоровительному сезону: • корректировка календарных планов; • подготовка спортивной площадки и зон двигательной активности детей (обновить разметку на асфальте); • подготовка выносного оборудования.	май	совместно с воспитателями
5.	Подготовка и изготовление пособий к физкультурным развлечениям	июнь - июль	совместно с воспитателями
Взаимодействие с педагогами			
Работа в составе ППк Взаимосвязь с медицинским персоналом		в течение года	совместно с, логопедом, музыкальным руководителем, мед.сестрой
В помощь педагогу «Организация и проведение диагностики физического развития и физической подготовленности»		сентябрь, май	воспитатели групп дошкольного возраста
Консультации Круглый стол		в течение года	воспитатели всех возрастных групп
Семинар Педагогический час		декабрь февраль	воспитатели групп дошкольного возраста
Открытые просмотры • ОД		ноябрь март	воспитатели групп дошкольного возраста

• Физкультурных досугов	в течение года	
Подготовка к физкультурному празднику, досугу	в течение года	совместно с воспитателями и музыкальным руководителем
Педагогический совет «Результативность работы ДОУ в учебном году»: •Результаты диагностики физического развития и физической подготовленности воспитанников; •Динамика развития физических качеств Анализ работы за год.	май	воспитатели групп
Планирование работы на 2016-2017 учебный год	июль - август	воспитатели групп