муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 36»

ПРИНЯТА УТВЕРЖДАЮ:

Педагогическим советом Заведующий МБДОУ д/с №36

МБДОУ д/с № 36 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.Ю. Нерозникова

протокол № 1 от 30.08.2022 г. Приказ № 158-1 - ОД от 30.08.2022 г

**Рабочая программа**

**образовательной деятельности**

**по физическому развитию**

**для групп общеразвивающей направленности**

**от 2 до 7 лет**

**(на основе ООП МБДОУ д/с № 36)**

Срок реализации: 2022-2023 учебный год

Составитель:

инструктор по физической культуре

Соломатина Н.А.

г. Таганрог

**Содержание**

1. **Целевой раздел программы**

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Цели и задачи реализации программы

1.1.2. Принципы реализации программы

1.1. 3.Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

1.2. Планируемые результаты освоения программы

1.2.1. Раннее детство (2-3 года)

1.2.2. Дошкольное детство (3-7 лет)

**II. Содержательный раздел программы**

2.1. Описание образовательной деятельности

***Ранний возраст от двух до трёх лет***

2.1.1. Содержание педагогической работы в образовательной области

«Физическое развитие» для детей 2-3лет.

2.1.2. Содержание педагогической работы в образовательной области

«Физическое развитие» для детей 3-4 лет.

2.1.3. Содержание педагогической работы в образовательной области

«Физическое развитие» для детей 4-5 лет.

2.1.4. Содержание педагогической работы в образовательной области

«Физическое развитие» для детей 5-6 лет.

2.1.5. Содержание педагогической работы в образовательной области

«Физическое развитие» для детей 6-7 лет.

2.2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы.

2.5. Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями, воспитателями, специалистами ДОУ

**III. Организационный раздел Программы.**

3.1.Психолого-педагогические условия, обеспечивающие физическое развитие воспитанников.

3.2 Организация предметно - пространственной среды и материально-техническое обеспечение

3.3. Программно-методическое обеспечение реализации рабочей Программы

* 1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа разработана инструктором по физическому воспитанию МБДОУ д/с № 36 с учетом специфики особенностей развития дошкольников и основных принципов построения психолого-педагогической работы, а также в соответствии с:

-Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29.12.2012;

- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования № 1155 от 17.10.2013;

-Санитарно-эпидемиологическими правилами 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

-Санитарно-эпидемиологическими правилами 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

Рабочая программа является «открытой» и предусматривает вариативность, интеграцию, изменения и дополнения по мере профессиональной необходимости.

Согласно ФГОС ДО рабочая программа отражает образовательные потребности, интересы и мотивы детей, членов их семей и ориентирована на специфику национальных, социокультурных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность, выбор форм организации работы с детьми, которые наиболее соответствуют потребностям и интересам детей и направлена на формирование общей культуры, укрепление физического и психического здоровья ребенка, формирование основ безопасного поведения, двигательной и гигиенической культуры, а также обеспечивает социальную успешность детей.

Рабочая программа по физическому развитию детей МБДОУ «Детский сад № 36» разработана в соответствии примерной основной образовательной программы дошкольного образования "Детский сад - Дом радости" (Н.М. Крылова, - 3-е изд., ТЦ Сфера, 2015. – 352 с.) в дошкольных группах; и на примерной общеобразовательной программе дошкольного образования "От рождения до школы" (под редакцией Н.Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой, М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019. — c. 336) в группе раннего возраста.

Рабочая программа по развитию детей дошкольного возраста обеспечивает развитие детей в возрасте от 2 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению – «Физическое развитие».

«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.)» (п.2.6.ФГОС ДО).

В связи с отсутствием методического обеспечения по направлению «Физическая культура» в вариативной части программы используется методическое пособие Л.Д. Глазыриной «Физическая культура дошкольникам»:

Глазырина Л.Д. Физическая культура в подготовительной группе детского сада. М.: Владос, 2005;

Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. М.: Владос, 2004;

Глазырина Л.Д. Физическая культура в младшей группе детского сада. М.: Владос, 2005;

Глазырина Л.Д. Физическая культура в средней группе детского сада. М.: Владос, 2005.

Глазырина Л.Д. Физическая культура в старшей группе детского сада. М.: Владос, 2005.

Для воспитанников группы раннего возраста образовательная область «Физическое развитие» осуществляется на основе использования примерной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой.

**1.1.1.Цели Программы** — создание благоприятных условий для полноценного всестороннего развития физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Цели Программы достигаются через решение следующих задач:

– формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни; – сохранение, укрепление и охрана здоровья детей;

– повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления;

– 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.

**1.1.2.Принципы и подходы к формированию Программы**

Принципы:

– соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;

– сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;

– соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности(позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);

– обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;

– строится 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 совместной деятельности до- школьников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

– предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом деятельности является игра;

– строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

Подходы:

1. Личностно-ориентированный, направленный на признание ребенка личностью с индивидуальными особенностями, предусматривающий взаимодействие всех субъектов образовательных отношений на основе уважения, сотрудничества, взаимопомощи.

2. Компетентностный, предполагающий развитие компетентностей взрослых и детей в образовательном процессе, создание условий для освоения знаний и самостоятельного овладения ими детьми.

3. Деятельностный, обеспечивающий развитие личности в соответствующих возрасту видах детской деятельности (игровая, художественная, познавательная и др.).

4. Системный, предполагающий организацию образовательной деятельности в соответствии с целостной системой взаимосвязанных и взаимообусловленных целей, задач, содержания, методов, форм организации, способствующих развитию, воспитанию, обучению детей.

5. Культурологический, предусматривающий воспитание, обучение и организацию жизни детей в контексте культуры, приобщения к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.

6. Аксиологический, обеспечивающий развитие ценностных ориентаций и личностных смыслов в пределах возможностей дошкольного возраста.

* + 1. **Характерные возрастные особенности развития воспитанников**

**Возраст от 2 до 3 лет.**

В раннем возрасте происходит интенсивное физическое развитие детей, формирование функциональных систем детского организма. Увеличивается рост и вес ребенка, меняются пропорции его внутренних органов: растет грудная клетка, развиваются легкие, опускается и становится более крепкой диафрагма, увеличивается сердце.

Совершенствуется работа дыхательной системы (увеличивается ее объем), органов пищеварения (они приобретают способность переваривать самую разнообразную пищу). Укрепляется иммунная система, при сохранении высокой ранимости организма ребенка по отношению к различным заболеваниям, постепенно растет сопротивляемость инфекциям, неблагоприятным условиям внешней среды.

На протяжении второго – третьего годов жизни в связи с интенсивным развитием активных движений развиваются скелет и мускулатура малышей. На втором году жизни ребенка заметно меняются пропорции его тела: увеличивается длина рук и ног, объем груди становится больше объема головы.

К 3 годам появляется более или менее характерная конфигурация позвоночника, хотя постоянство шейной и поясничной кривизны устанавливается позже. Позвоночник отличается большой гибкостью, поэтому неблагоприятные воздействия могут привести к формированию неправильной осанки. Параллельно с развитием костной системы развивается мышечная система: увеличивается объем мышц и уменьшается количество в них жировой ткани, улучшаются их иннервация и кровоснабжение. К концу раннего возраста становятся ощутимыми половые различия в развитии мышечной системы – мальчики отличаются большей силой мышц, их большим объемом.

К 2 годам заканчивается прорезывание всех 20 молочных зубов. К этому возрасту дети начинают контролировать акт дефекации, а иногда и мочеиспускания, что делает возможным привитие ребенку навыков опрятности.

Нервные процессы в организме ребенка раннего возраста отличаются слабостью и малоподвижностью. Низкий предел работоспособности нервных клеток коры головного мозга, особенно на втором году жизни малыша, приводят к его быстрому утомлению. Вместе с тем к полутора годам дети становятся достаточно выносливыми, периоды бодрствования достигают 4-4,5 часов, многие переходят на одноразовый сон. К 2 годам работоспособность нервной системы повышается, периоды бодрствования увеличиваются до 5 часов.

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 раннего возраста отличается ярко выраженной эмоциональностью. К концу раннего возраста деятельность центральной нервной системы становится более совершенной, усиливается ее регулирующая функция: ребенок уже способен сдержаться и не заплакать, если ему больно, более сосредоточенно и целенаправленно заниматься интересным для него делом, подчинять свое поведение некоторым правилам.

На третьем году жизни начинает функционировать долгосрочная память, активно идет формирование второй сигнальной системы: расширяется словарный запас ребенка, он все лучше понимает речь взрослого. У детей, которые начинают говорить на втором году жизни, к концу раннего возраста свободное владение речью достигает степени автоматизма. Как показали специальные исследования, развитие речи тесно связано с развитием двигательного анализатора: дети, хорошо владеющие речью, более активны, легче включаются в игры, четко связывают слово с движением. Большое значение для совершенствования речевого центра и артикуляционного аппарата имеет развитие мелкой моторики: движений кистей и пальцев рук, которые оказывают непосредственное стимулирующее действие на двигательный анализатор.

**Возраст от 3 до 4 лет.**

У малыша продолжают развиваться психические функции, возрастают физические возможности, показатели роста. Накапливание массы тела идет одновременно с увеличением роста: в течение года масса его тела увеличивается на 1,5-2 кг, рост – на 5-7 см. К 4 годам масса тела его достигает примерно 16,5 кг, рост 102 см, окружность грудной клетки – 53 см.

Данные возрастной физиологии говорят о быстром и усиленном процессе обмена веществ, который совершается в организме трехлетнего ребенка. Он требует неослабного внимания не только врачей, но и педагогов ко всем проблемам гигиены, профилактики и ухода за ребенком. Ему необходимы длительные прогулки в течение дня (5-6 часов), свежий воздух в спальне, регулярное питание, высококалорийная пища, водные процедуры и легкаягимнастика.

Повышается активность ребенка, действия его приобретают намеренный характер, более разнообразными и координированными становятся движения. В разных видах деятельности – в конструировании, самообслуживании, в игре, рисовании, а также в повседневном поведении ребенок начинает действовать в соответствии с заранее намеченной целью, хотя в силу неустойчивости внимания эта цель может «теряться», малыш быстро отвлекается, оставляет одно дело ради другого.

С трех лет происходят существенные изменения в характере и содержании деятельности ребенка, в развитии отдельных психических процессов, в отношениях с окружающими, потому что наряду с имеющимся предметным сознанием появляется второй его вид – самосознание (самопознания: рефлексия и самооценка результата деятельности и себя как субъекта).

Трехлетний дошкольник медлителен в своих действиях любого содержания (предметных, двигательных, речевых и т.д.) Для него значимо лишь указание ЧТО делать. Задавая инструкцию последовательно: что сейчас сделать, из чего, чем, как, что же получилось – можно с первых дней работы создать образ структуры любой деятельности (умывания, одевания, еды и т.д.). Но успех всецело зависит от терпения взрослого.

Резко возрастает любознательность ребенка. Особенно велик его интерес к причинам явлений: вопросы о причинах становятся преобладающими. Во время выполнения разных видов самообслуживания, конструирования, лепки они активно познают предметный мир опытно-экспериментальным путем. Преобладающей формой мышления младшего дошкольника становится наглядно- образное мышление.

Развиваются все виды игровой деятельности: сюжетно-ролевые, строительно- конструктивные, театральные, дидактические, подвижные и музыкальные. В каждой из этих видов игр ребенок берет на себя определенные роли и подчиняет им свое поведение. В этом проявляется интерес ребенка к миру взрослых, которые выступают для него в качестве образца поведения.

**Возраст от 4 до 5 лет**

Пятый год жизни – период интенсивного роста и развития организма ребенка. В течение года масса его тела увеличивается на 1,5-2 кг, рост – на 6-7 см. К 5 годам масса тела ребенка составляет 19,0 кг, рост 110 см, окружность грудной клетки – 54 см.

Здоровье воспитанника в условиях свободного двигательного режима, оптимально здорового образа жизни становится более крепким. Организм легче, чем в младшем возрасте, справляется с неблагоприятными погодными условиями, так как его функционирование становится более совершенным. В развитии основных движений ребенка происходят заметные качественные изменения, возрастает естественность и легкость их выполнения. Физическое развитие характеризуется большей гармоничностью, благодаря, во-первых, более совершенным функциональным возможностям организма, а во-вторых, воспитанию, которое понимается нами в соответствии с определением А.В. Запорожца, как «правильная организация всей жизни и деятельности ребенка».

Пятый год жизни – сензитивный период у ребенка для развития волевого поведения (В.К. Котырло), становления учебной деятельности (А.П. Усова), обогащения развития практико-познавательной, экспериментально-поисковой деятельности (Н.Н. Поддьяков), связной контекстной речи (А.М. Леушина, О.С. Ушакова). Ему открывается чувство юмора, становится понятной ирония (А.В. Запорожец). Вместе с тем, сохраняет свои огромные возможности непроизвольная память, благодаря которой ребенок легко

запоминает огромный информационный поток так называемых «неясных знаний» (Н.Н. Поддьяков), которые очень важны в последующем развитии.

Ребенок становится более внимательным к своему физическому «Я». Ему интересно не только познать особенности строения человеческого организма (частей тела, внутренних органов), но и узнать об общих принципах их функционирования. Он может более точно определять свои ощущения, место их локализации. Однако влияние подкорковых центров на поведение ребенка остается значительным: если своевременно не переключить внимание, то смех или плач могут завершиться истерикой.

К пяти годам у воспитанника появится определенное представление о своем организме, о половых признаках: (вначале принадлежность к полу тесно связана с внешним видом (одежда, прическа) человека, его именем). Происходит осознание и половых интересов. Вместе с тем понимание постоянства половой принадлежности пока отсутствует. И все же достижения здесь довольно значительны. Ребенок уже не только различает половую принадлежность окружающих его людей, но и хорошо знает, что в зависимости от пола к человеку предъявляются разные требования. У ребенка пятого года жизни происходят значительные сдвиги в мышлении. Он начинает выделять общие признаки предметов, группировать предметы по внешним свойствам, материалу и назначению, понимать простейшие причинные связи между явлениями (Л.А. Венгер, В.И. Логинова).

**Возраст от 5 до 6 лет**

В физическом развитии ребенка происходят существенные изменения. Масса тела его увеличивается примерно на 200 г в месяц, длина тела – на 0,5 см. К 6 годам его рост достигает в среднем 116 см, масса тела – 21,5 кг; окружность грудной клетки – 56-57 см.

В регуляции поведения пятилетнего воспитанника возрастает роль коры головного мозга. Совершенствуются процессы высшей нервной деятельности. Шестой год жизни – это возраст, когда основной функцией высших отделов нервной системы человека является создание системы внутренних ходов, которые обобщают впечатления ребенка и создают возможность абстрагировать его поведение от случайных влияний и подчинить его внутренне сформированным планам и программам, делая мозг пятилетнего дошкольника «органом свободы» (А.Р. Лурия, Е.В. Субботский). Значительно увеличивается подвижность ребенка, он успешно овладевает основными движениями.

Функциональные возможности организма ребенка данного возраста создают базис для формирования и возрастания физической и умственной трудоспособности.

Шестой год жизни ребенка очень важен для развития его воли, выдержки, осознания ответственности за результаты как индивидуальных, так и совместных действий, развитию, благодаря самостоятельности, дружеских, коллективных взаимоотношений в процессе разнообразных видов физической культуры. В этом возрасте ребенок, как правило, организован, его внимание устойчиво и продолжительно. Для него характерны двигательная уравновешенность, дисциплинированность. У него в этом возрасте возникает желание быть красивым, здоровым. Он начинает осознавать факторы, воздействующие на его здоровье.

Важные изменения происходят и в структуре самосознания старшего дошкольника. Развивается осознание своего социального «Я». Ребенок становится более чувствительным к системе межличностных отношений, возникающих как в семье, так и в детском саду, все чаще сравнивает он себя со сверстниками; он уже может дифференцировать личностные качества других и самого себя и дать им оценку.

Ребенок овладевает адекватной самооценкой полученного им результата в разных видах деятельности, особенно в трудовой, конструктивной. Однако в новых видах деятельности (игровая, художественная и др.) и в системе межличностных отношений для него характерна тенденция к завышению самооценки (у отдельных детей сохраняется тенденция к занижению).

Овладев разными видами деятельности, воспитанник старшей группы, открывает в себе одаренность к определенным видам, осознает себя как неповторимая индивидуальность. Осознание собственной одаренности и признание в сверстнике его неординарности – основа для овладения умением признавать и уважать достижения другого человека, и в то же время предупреждения развития в нем зависти к успехам других.

Воспитанник старшей группы способен адекватно представить себе полоролевую структуру своей личности. Он хорошо знает о своей принадлежности к мужскому или женскому полу. У него формируется чувство тождественности с другими представителями пола. Углубляется личностное развитие, ибо он начинает разбираться в системах социальных отношений – родственных (дочка – внучка – сестра), со сверстниками. Он осознает, что окружающие люди – разные, отличаются возрастом, внешним видом, полом, характером, поведением, и начинает ориентироваться в этнических различиях.

**Возраст от 6 до 7 лет.**

Продолжается интенсивное созревание организма, всех жизненно важных систем, повышение уровня его морфологического и функционального развития, идет активная физиологическая перестройка. Ребенок вытянулся: его рост, в среднем, достигает 125 см, масса – 22,5 кг; окружность грудной клетки – 60 см. Наряду с общим ростом происходит анатомическое формирование тканей и органов, дальнейшее окостенение скелета и наращивание массы мышц, что создает условия для успешного выполнения ребенком более интенсивных, чем ранее физических нагрузок. Продолжает нарастать мускулатура как верхних, так и нижних конечностей. Относительно хорошо в этот период развиваются крупные мышцы туловища и конечностей. Наряду с основными видами движений у него развиваются тонкие движения кисти и пальцев рук. Это существенно расширяет возможности осуществления воспитанником продуктивных видов деятельности. Однако, координация глаз и рук, необходимая для овладения письмом, формируется лишь к 7 годам. (В.Ф. Базарный) Есть изменения во внешних очертаниях лица, происходит смена зубов, существенно меняются пропорции тела. Выпускник детского сада представляет собой почти уже пропорционально сложенного человека. К концу седьмого года жизни ребенок должен обладать крепким здоровьем, гармоническим физическим развитием, хорошей двигательной подготовленностью.

К концу дошкольного возраста длительность непрерывной продуктивной деятельности ребенка возрастает до 25-30 мин. При этом общий ее объем (по сравнению с объемом работы детей 4-5 лет) увеличивается в 2-2,5 раза. Значительно повышается его физическая и умственная работоспособность, но у каждого воспитанника уровень ее разный. Он зависит от степени подготовленности его к умственным и физическим нагрузкам, общей выносливости организма, состояния здоровья и индивидуальных особенностей. Движения ребенка становятся более точными и координированными. Возможности формирования таких качеств, как сила, быстрота, выносливость и ловкость возрастают. Появляются собранность, выдержка, умение «проиграть» элементы движения в уме. Самостоятельная двигательная активность ребенка увеличивается, особенно у мальчиков. В связи с ростом двигательных возможностей, он охотно участвует в подвижных играх с правилами, требующими выполнения сложных движений по показу и словесному объяснению, а также в играх с элементами соревнования, развивающими интерес его не только к достижению результата, но и к качеству выполняемого действия.

Воспитанник подготовительной группы начинает их выбирать не только по деловым, но и по личностным качествам. Возрастает стремление к завязыванию дружеских контактов: складываются довольно устойчивые детские объединения. В совместных играх, в трудовой деятельности (дежурства, бригады), которые приобретают более сложное и богатое содержание, дети приучаются сотрудничать друг с другом, учитывать интересы партнеров, подчинять свои усилия общему делу, справедливо разрешать возникающие конфликты. В объединениях детей все выразительнее проявляется такой феномен, как общественное мнение по поводу тех или иных аспектов взаимодействия в игре, полезном труде, учебе. Ребенок учится согласовывать свои желания со сверстниками, соотносить их с групповыми интересами и в то же время отстаивать собственные. Так развиваются умения совместного планирования, формируются отношения взаимной ответственности и помощи.

* 1. **Планируемые результаты освоения программы.**

**Группа раннего возраста**

* 2,5 года — подпрыгивает, одновременно отрывая от земли обе ноги, с поддержкой; перешагивает через несколько препятствий; нагибается за предметом.
* 3 года — поднимается вверх по лестнице в 10 ступеней высотой 12-15 см, поочередно ставя ноги на каждую ступеньку; подпрыгивает на обеих ногах без поддержки; стоит на одной ноге в течение 10с; уверенно бегает; может ездить на трехколесном велосипеде. Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь на других детей. Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед и т. д. Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч. Умеет ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через бревно, лежащее на полу.
* Имеет первичные представления о себе: знает свое имя, свой пол, имена членов своей семьи.
* Имеет первичные представления о себе как о человеке, знает названия основных частей тела, их функции.
* Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (с удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику)

**Младшая группа**

* Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
* Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
* Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.
* Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).
* Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры.
* Самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.
* Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.
* Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.
* Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.
* Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
* Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.
* Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.
* Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.
* Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения)
* С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику.
* Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

**Средняя группа**

* Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
* Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
* Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.
* Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).
* Принимает правильное исходное положение при метании; может ме­тать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.
* Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.
* Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
* Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).
* Ходит па лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняет поворот переступанием, поднимается на горку.
* Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.
* Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.
* Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.
* Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения)
* С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику.
* Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

**Старшая группа**

* Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
* Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
* Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.
* Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.
* Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
* Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
* Может 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 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку
* Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).
* Владеет школой мяча.
* Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.
* Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
* Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
* Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.
* Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.
* Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.
* Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания.
* Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.
* Имеет представление о вредных и полезных продуктах.

**Подготовительная группа**

* Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.
* В свободное время в группе и на прогулке ребенок организует подвижные игры с другими детьми.
* Движения ребенка в подвижных играх, беге и ходьбе  уверенные, и ловкие.
* При выполнении коллективных заданий опережает средний темп.
* Утомляется незначительно на занятиях, требующих концентрации внимания и усидчивости.
* Умело действует двумя руками при выполнении с несколькими предметами (бытовые действия, одевание, конструирование, лепка).
* Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
* Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
* Может 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; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
* Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг).
* Бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и гори­зонтальную цель с расстояния А-5 м.
* Метать предметы правой и левой ру­кой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
* Умеет перестраиваться в 3-4 колонны.
* Умеет перестраиваться в 2-3 круга на ходу.
* Умеет перестраиваться в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.
* Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
* Следит за правильной осанкой.
* Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.
* Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).
* Самостоятельно без напоминаний выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.
* Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.
* Всегда следит за правильной осанкой
* Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциями организма человека).
* Имеет представления и может высказаться о важности соблюдения режима дня, стремится соблюдать его.
* Имеет представления о рациональном и правильном питании, стремиться правильно питаться.
* Может перечислить продукты, которые вредны или полезны для ребенка, какими витаминами богаты.
* Имеет представления  о значении двигательной активности на свежем воздухе в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха, воды и их влиянии на здоровье.

1. **Содержательный раздел.**

Формы, способы, методы и средства реализации программы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Совместная образовательная деятельность педагогов и детей** | | **самостоятельная деятельность детей** | **образовательная деятельность в семье** |
| **непосредственно образовательная деятельность** | **образовательная деятельность в режимных моментах** |
| Физкультурные занятия:  - сюжетно-игровые,  - тематические,  -классические,  -тренирующие,  - на тренажерах,  - на улице,  -походы.  Общеразвивающие упражнения:  -с предметами,  - без предметов,  -сюжетные,  -имитационные.  Игры с элементами спорта.  Спортивные упражнения | Индивидуальная работа с детьми.  Игровые упражнения.  Игровые ситуации.  Утренняя гимнастика:  -классическая,  -игровая,  -полоса препятствий,  -музыкально-ритмическая,  -аэробика,  - имитационные движения.  Физкультминутки.  Динамические паузы.  Подвижные игры.  Игровые упражнения.  Игровые ситуации.  Проблемные ситуации.  Имитационные движения.  Спортивные праздники и развлечения.  Гимнастика после дневного сна:  -оздоровительная,  -коррекционная,  -полоса препятствий.  Упражнения:  - корригирующие  -классические,  - коррекционные. | Подвижные игры.  Игровые упражнения.  Имитационные движения. | Беседа  Совместные игры.  Походы.  Занятия в спортивных секциях.  Посещение бассейна. |

# Учебный план реализации основной образовательной программы дошкольного образования дошкольным учреждением

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Организованная образовательная деятельность** | | | | | |
| **Базовый вид деятельности** | **Периодичность** | | | | |
| **Группа раннего возраста** | **Вторая**  **младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная группа** |
| Физическая культура | 2 раза в неделю | 3 раза в неделю | 3 раза в неделю | 3 раза в неделю | 3 раза в  неделю |

**2.1.1. Содержание педагогической работы в образовательной области**

**«Физическое развитие» для детей 2-3лет.**

Реализация программных задач в области «Физическое развитие» во группе раннего возраста осуществляется, как в процессе самостоятельной деятельности, так и в непосредственно-образовательной деятельности в соответствии с регламентом.

Физическая культура – 2 раза в неделю в группе, продолжительность 8-10 мин. Всего 68 в год.

НОД осуществляется в первую и вторую половину дня.

Мониторинг проводиться два раза в год

- 1- 14 сентября

-27 мая – 1 июня

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Номер НОД** | **Тема НОД** | **Программное содержание** | **Часы** |
| **№1** | « Собачка в гостях у детей» | Вызвать у детей желание играть, заниматься. | 2ч. |
| **№2** | «Зайчики» | Обучение детей прыгать на двух ногах 2-3 прыжка, бросать мяч снизу двумя руками, ходить по доске. | 6ч. |
| **№3** | «Погремушка весёлая игрушка» | Обучение детей ходить и бегать колонной по одному всей группой, подлезать под шнур, закрепить умение катать мячи друг другу, бег между предметами. | 6ч. |
| **№4** | По сказке «Курочка ряба» | Вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в игровом занятии. Обучение детей выполнять основные движения ( ползание на четвереньках, прокатывание мяча друг другу). Приучать детей выполнять подскоки на двух ногах в соответствии со словами текста п/и « Мой весёлый звонкий мяч». | 6ч. |
| **№5** | « Яркие флажки» | Обучение детей бегать в колонне, встать в круг, подлезать под верёвку. | |  | | --- | | 4ч. | |
| **Тематическое планирование физкультурных занятий в на II квартал** | | |
| **№6** | «Серенькая кошечка» | Обучение детей ходить по прямой сохраняя равновесие, развивать умение имитировать движения, звукоподражанию. Обучать ползать в обруч, ходить по прямой на носках, при прыжке сильно отталкиваться | 6ч. |
| **№7** | «Непослушные мячи» | Ознакомить со свойствами мяча и выполнять с ним упражнения, катать мячи вперёд, бросание о пол, разучивание действий с мячом, удерживать двумя руками, переносить, класть в корзину. | 4ч. |
| **№8** | «Занятия с гантелями» | Упражнять в ходьбе колонной по одному, выполняя задания воспитателя, развивать умение подлезать под дугу, ловить мяч, брошенный воспитателем, сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры. | 4ч. |
| **№9** | **«**Красивая игрушка – куколка Катюша» | Обучать выполнять упражнения по показу, ползать; прыгать на двух ногах с продвижением вперёд, кружиться, не теряя равновесие. | 6ч. |
| **№10** | « Яркие флажки» | |  | | --- | | Обучение детей ползать на четвереньках по скамье, влезать на лестницу. Привлекать детей к сбору инвентаря. | | 6ч. |
|  |  |
| **Тематическое планирование физкультурных занятий на III квартал** | | |
| **№11** | Мини игра «Есть у нас огород» | Стимулировать с помощью игры двигательную и познавательную активность детей. Развивать самостоятельность в выборе способов преодоления препятствий. Обучать пользоваться строительным материалом и обыгрывать постройки. | 4ч. |
| **№12** | «Магазин игрушек» | Отрабатывать навык бросания и ловли мяча. Обучать ползать на четвереньках по скамье, сохраняя равновесие , и ходьба по скамье с согласованным движением рук и ног. | 4ч. |
| **№13** | «Зайка серенький сидит» | Упражнять ползать по скамье сохраняя равновесие. Ходить по скамье с согласованным движением рук и ног ( по наклонной ). Обучение детей прыгать с продвижением вперёд. | 6ч. |
| **№14** | «Лукошко с цыплятами» | Обучать детей строится в полукруг по зрительным ориентирам, развивать равновесие, быстроту, ловкость. Воспитывать сочувствие к младшему и слабому. | 6ч. |
|  | 14 тем |  | 68ч. |

**2.1.2. Содержание педагогической работы в образовательной области**

**«Физическое развитие» для детей 3-4 лет.**

**Вторая младшая группа (3- 4 года)**

Реализация программных задач в области «Физическое развитие» во второй младшей группе осуществляется, как в процессе самостоятельной деятельности, так и непосредственно - образовательной деятельности в соответствии с регламентом.

Физическая культура – 3 раза в неделю:

В группе – 2 раза, продолжительность 15 мин. Всего 68 в год.

На улице – 1 раз, продолжительность 15 мин. Всего 34 в год.

НОД осуществляется в первую половину дня.

Мониторинг проводится два раза в год- 1- 14 сентября- 27 мая – 1 июня

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ НОД**  **Кол- во часов** | **Тема и программное содержание НОД** | **Взаимодействие с воспитателями** | **Взаимодействие с родителями** |
| № 1  4ч. | «Колобок»  Формировать навык активного отталкивания двумя ногами при прыжке в длину с места; умение сохранять устойчивое положение тела, перешагивая рейки змейки, закреплять двигательные умения ходить и бегать с изменением направления. Развивать сенсомоторный интеллект детей с помощью культуру. | Лепка по русской народной сказке «Колобок»; повторить знания о форме (круг, квадрат) предмета, цвете ( красный, синий, жёлтый). | Чтение сказки «Колобок»; обыгрывание сказки «Колобок» |
| №2  6ч. | Целевая прогулка на полянку  Вызвать у детей интерес, научить ходить в коллективе, парами. Приобщать детей к здоровому образу жизни ; формировать культурно - гигиенических навыков | Беседа «Как вести себя на полянке» | Погулять в парке, понаблюдать за осенними изменениями в природе (птицы, деревья, трава ветер) |
| №3  4ч | «В гостях Миша с самолётом»  Формировать умение ходить колонной друг за другом, закрепить умение прыгать на двух ногах, бегать между предметами не сбивая их, бросать мяч снизу двумя рука | Рассматривание самолёта; Лепка « весёлый самолёт» | Чтение стихотворение А. Барто «Самолёт» |
| №4  6ч. | «Зайчики»  Отрабатывать навык прыжка на 1 ноге (2-3) прыжка, формировать умения бросать мяч снизу двумя руками снизу, совершенствовать умения ходить по доске, сохраняя равновесие. | Повторить подвижные игры | Беседа на тему «Осенние деньки»  Загадывание загадок |
| №5  4ч. | «Дружные ребята»  Продолжать учить бегать по кругу друг за другом ( вокруг «лужи» ); разучивая комплекс общеразвивающих упражнений, научить делать движения вместе, согласовывая м движениями других детей, закрепить умение прыгать на двух ногах на месте; закаливать детей при помощи босохождения; воспитывать чувство партнёрства. | Динамическая пауза  «Листочки» | Хождение босиком по пробкам, катание палочек, сбор мелких предметов ногами |
| №6  6ч | « Яркие флажки»  Отрабатывать навык хождения в колонне по одному, выполнять упражнения с предметами, правильно и одновременно принимать исходное положение. Совершенствовать умения в подлезании под верёвку на четвереньках, прыгать в высоту, приземляясь на носки ног. Развивать ловкость. Воспитывать дружелюбие. | Чтение и разучивание стихотворения «Флажок» На прогулке п/и «Найди свой цвет» | Саммомассаж «Рельсы, рельсы..» |
| №7  4ч | «Воробьиный переполох»  Учить детей спрыгивать с невысоких предметов, мягко приземляясь на полусогнутые ноги, бегать в рассыпную , по кругу; подлезать под дугу боком ,не касаясь пола, выполнять упражнения на гимнастической скамье. | Слушание фонограммы воробьиного чириканья и музыкально- ритмические имитационные движения. | Обыгрывание стихов, чтение и заучивание; рассматривание открыток с изображением воробья |
| №8  4ч | Погремушка весёлая игрушка»  Формировать умение детей ходить и бегать колонной по одному. Подлезать под шнур. Закреплять умение катать мячи друг другу, бегать между предметами. | Разучивание подвижной игры «Самолёты» | Выполнение упражнений с погремушками |
| №9  6ч | С мячом среднего размера (на улице )  Разучить комплекс упражнений с мячом; совершенствовать навыки прыжков на двух ногах; развивать мелкую моторику, воспитывать желание заниматься физической культурой. | Чтение стихотворения «Мой весёлый звонкий мяч» | Игровое общение в игровых ситуациях; |
| №10  4ч. | «Курица и цыплята»  Создать положительный эмоциональный настрой. Упражнять детей в ходьбе и беге в разных направлениях. Закрепить навыки ползания и подлезания под дугу. Развивать умение катать мяч друг другу. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела при ходьбе по гимнастической скамейке. Формировать выразительность движений, умение передавать простейшие действия ( поклевать зернышки, помахать крыльями). Воспитывать самостоятельность, дружеские отношения. | Разучивание физминуток: «Птичка- невеличка», «Птичка»;  Пальчиковая гимнастика: «Сорока- Белобока», « Мальчик пальчик»; | Дидактическая игра: «Подбери по цвету»; упражнение на дыхание «Перышко»; |
| №11  6ч. | «Игрушки»  Формировать навык активного отталкивания двумя ногами при прыжке в длину с места; умение сохранять устойчивое положение тела при ползанье на четвереньках по гимнастической скамье и ходьбе, перешагивая рейки лестницы, поднятой на 15 см. над уровнем пола. Развивать умение играть в игры, способствующие совершенствованию метания снежков одной рукой. | Музыкально-дидактическая игра «Узнай, кто спрятался» | Чтение и заучивание стихов А. Барто из серии»Игрушки»  Наблюдение за котом, составление макета зоопарка из игрушечных животных  дидактическая игра «Кто, что делает?» |
| №12  6ч | Улица Сюжетное занятие «Автомобили»  Приучать детей бегать легко в обычной обуви. Упражнять в подлезании на ступнях без опоры на руки. В подвижной игре « Автомобили» закреплять умение выполнять бег врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, действовать по сигналу. | Подвижные игры: «Ловкий шофер», «Трамвай», «Машины пешеходы», «Поезд» физкультурные минутки: «Самокат», «Поезд».учить имитировать транспортные средства, двигаться в определённом направлении | Прогулки по городу, в ходе которых родители показывают пример детям по соблюдению правил дорожного движения, рассказывать о правилах поведения в транспорте, на улице, учить ребёнка правильно переходить дорогу (родители должны проговаривать свои действия), рассказывать об опасностях, которые могут возникнуть на дороге. |
| №13  4ч | «Красивая игрушка – Куколка Катюшка»  Приучать детей принимать и. п., выполнять упражнения по показу. Совершенствовать умения ползать на четвереньках, прыгать на двух ногах с продвижением вперёд, кружиться вокруг себя не теряя равновесие. Продолжать учить детей влезать на лестницу. Закреплять умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга, воспитывать дружелюбие. Поощрять речевую активность ( Коммуникация) Побуждать детей к поиску выразительных движений, передающие внешние признаки, действия куклы, умение двигать всем телом, а так же расслаблять его. Способствовать формированию осознания потребности в здоровье. | Рассматривание куклы, игровые действия с ней; заучивание стихотворения | Игровое общение в игровых ситуациях; |
| №14  4ч. | «Курочка Ряба»  Цель: Вызвать у детей эмоциональный отклик и желание участвовать в игровой деятельности. Формировать умение выполнять основные движения ( ползание на четвереньках, прокатывание мяча друг другу). Приучать детей выполнять подскоки на двух ногах в соответствии с ритмом текста подвижной игры «Мой весёлый звонкий мяч». | Рассматривание с детьми игрушки «Курочки»; Игра «Наседка и цыплята»  Песня «Вышла курочка гулять» | Чтение и драматизация сказки «Курочка Ряба» |
| №15  6ч. | С Обручем  Познакомить детей с новым спортивным снарядом- обруч; разучить комплекс общеразвивающих упражнений с обручем; совершенствовать технику прямого галопа в упражнении « лошадки»; учить сохранять равновесие при ходьбе из обруча в обруч; повысить эмоциональный настрой детей. Развивать интерес к занятиям физической культурой. Сформировать организованность, самостоятельность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. | Знакомство с обручем, Беседа, рисование «Весёлые колечки» | Прогуляться с детьми по территории детского сада и обратить внимание на оформление участков к |
| №16  4ч  №17  4ч. | «Весёлые платочки»  Продолжать учить строиться в колонну по одному, ходить на носках, выполнять перестроение в круг, выполнять лёгкий бег. Учить детей подбрасывать и ловить мяч, не прижимая к себе ловить мяч вытянутыми вперёд руками. Совершенствовать умения ползать на четвереньках, принимая исходное положение. Отрабатывать навык кружения вокруг себя с переступанием. Закреплять умение быстро реагировать на сигнал, воспитывать дружелюбие | Один, много, ни одного; цвета: синий, зелёный, красный, жёлтый; ориентировка в пространстве; | Отвечать на вопросы полным предложением. |
| №18  4ч. | Улица «В гости к зайцу»  Задачи: Упражнять детей в умении перемещаться по скользкой поверхности приставным шагом боком, сохраняя равновесие. Формировать у детей здоровьесберегающее поведение при выполнении движений в естественных условиях ( прыгать, мягко приземляться; бегать легко). В подвижной игре «Зайцы и волк» развивать выразительность движений и чёткость действий по сигналу. | Подвижные игры «Найди своё место» развивать умение ориентироваться в пространстве. «По ровненькой дорожке», развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами. «Снежинки», поощрять участие детей в совместных играх. «Из кружка в кружок», «Беги ко мне», «Мыши и кот». | Ситуативный разговор «Почему дети болеют?» |
| №19  6ч. | «Весенние лужицы»( улица)  Упражнять в выполнении упражнений, развивающих осторожность; Проводить упражнения для оздоровления детей в естественных условиях; обучать приёму мяча двумя руками. | Обратить внимание детей на одежду взрослых и детей в соответствии с погодными условиями; | Организовать прогулку в весенний парк, сквер, обращая внимание ребёнка на яркое весеннее солнце, лужи, ручейки; |
| №20  4ч. | «Самый весёлый день в году»  Познакомить детей с понятием «шутка»; познакомить с упражнениями под девизом «Немножко подурачимся»; развивать координационные способности в игровых ситуациях. | Прочитать художественную литературу по теме (К.Чуковский «Закаляка», «Солнышко-ведрышко»); | Организовать посещение цирка, кукольного театра с вовлечением детей в разговор после просмотра спектаклей и представлений; |
| №21  6ч. | «Ленточка – птичка» ( на улице)  Обучать детей бегу с предметами в руках; учить бросать ленточки вдаль правой и левой рукой; развивать координационные способности. | Рассмотреть картинки, отражающие трудовые действия детей и взрослых; | Привлечь детей к элементарной трудовой деятельности (уборка игрушек, мытьё игрушек и т.д.); |
| №22  4ч. | «Прогулка в лес»  Приобщать детей к здоровому образу жизни через: формирование культурно- гигиенических навыков; занятия физическими упражнениями; поддерживание духовной установки по отношению к окружающему миру. | Активизация словаря: рана, бинт, бочонок, зубная щётка, зубная паста, мыло | Побеседовать о здоровом образе жизни в семье; |
| №23  4ч. | «В стране здоровья»  Формировать сознательное отношение к своему здоровью и воспитывать желание заботится о нём; | Проведение пальчиковых игр "Пальчик-пальчик, где ты был", "Шли четыре братца". Развитие мелкой моторики. Закрепление названий пальцев. | Побеседовать о здоровом образе жизни в семье; |
|  | Тем: 23 |  | Итого: 112 |

**2.1.3. Содержание педагогической работы в образовательной области**

**«Физическое развитие» для детей 4-5 лет.**

**Средняя группа (4- 5 лет)**

Реализация программных задач в области «Физическое развитие» в средней группе осуществляется, как в процессе самостоятельной деятельности, так и непосредственно - образовательной деятельности в соответствии с регламентом.

Физическая культура – 3 раза в неделю

В группе – 2 раза, продолжительность 20 мин. Всего 68 в год

На улице – 1 раз, продолжительность 20 мин. Всего 34 в год

Мониторинг проводиться два раза в год- 1- 14 сентября- 27 мая – 1 июня

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ НОД**  **Кол – во**  **часов** | **Тема и программное содержание НОД** | **Взаимодействие с воспитателями** | **Взаимодействие с родителями** |
| №1  4ч. | «Матрёшка»  Закреплять умение строиться в колонну, шеренгу, ходить в колонне, перестраиваться звеньями. Закреплять умение ходить по скамье через набивные мячи. Совершенствовать умение ходить с высоким подниманием колена, лазать по гимнастической стенке переменным шагом. Закрепить ползанье на четвереньках между предметами. Обучать отбивать мяч от пола и ловить после отскока. | Игровые упражнения на прогулке: «Не упади»; «Кто выше?»; «Не урони». | Консультация на тему: «Особенности физического развития детей четвёртого года жизни» |
| №2  6ч. | «Яркие флажки»  Упражнять в построении в колонну по одному, перестроение звеньями. Упражнять в подлезании правым и левым боком, в прыжках вверх с места с касанием предмета подвешенного выше поднятых рук ребёнка, в катании обручей друг другу. | Д/И «Найди свой цвет» | Игровое общение в игровых ситуациях |  |
| №3  2ч. | Экскурсия на ипподром | Беседа на тему «Поведения в общественных местах» | Беседа «Где были? |
| №6 | «Возьмём в руки молоток и построим теремок»  Закреплять умение ходить по скамье, сохраняя равновесие. Отрабатывать навык работы в парах с мячом. Закреплять умение подлезать правым и левым боком под дугой. | П/И «Найди себе пару»; Игры в парах | Чтение сказки «Теремок» |
| №5  4ч. | «Здоровые зверята»  Формировать у детей правильную осанку, укреплять мышцы спины и брюшного пресса, способствовать профилактике и коррекции плоскостопия, развивать выносливость и терпение. Учить детей простым упражнениям самомассажа. Развивать творческое воображение, активизировать положительные эмоции ребёнка. | Беседа на тему «Правильная осанка» | Самомассаж, упражнения для формирования и коррекции осанки, для укрепления мышц спины и брюшного пресса, упражнения против плоскостопия. |
| №6  4ч. | «Белая берёзонька» (на улице)  Закреплять умение ходить змейкой, по кругу, приставным шагом, с высоким подниманием колен, широким шагом. Отрабатывать навык бега с ловлей. Учить спрыгивать. Способствовать развитию положительных эмоций. Воспитывать экологическую культуру. | Рассматривание иллюстраций «Берёзы» | Рассматривание берёзки по дороге из детского сада |
| №7  6ч. | «Школа космонавтов»  Закреплять умение подбрасывать мяч и ловить его после подбрасывания. Продолжать развивать у детей координацию, ловкость, выносливость. Поддерживать у воспитанников интерес к двигательной деятельности, Тренировать вестибулярный аппарат, укреплять мышцы позвоночника. Укреплять здоровье детей, улучшение физического развития и физического состояния ребёнка ( здоровье). Развивать речевую активность( Коммуникация) | Конструирование из бумаги на тему «Космос» | Просмотр мультфильмов, иллюстраций о космонавтах |
| №8  6ч. | «Спортивный магазин»  Совершенствовать двигательные навыки, выполнять разные варианты упражнений с предметами и на них, обогащать двигательный опыт детей. Развивать ловкость, быстроту, чувство ритма, ориентироваться в пространстве, активизировать творческие способности детей. Создавать эмоциональный настрой и желание заниматься физкультурой. | Просмотр фрагмента кинофильма «Пеппи – длинный чулок» | Отгадывание загадок о цветах |
| №9  4ч. | «Весёлая косичка»  Учить детей выполнять перестроение двойками, сохранять равновесие на набивных мячах. Продолжать учить перебрасывать мяч друг другу из – за головы двумя руками. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке переменным шагом | Консультация «Организация подвижных игр на прогулке» | Папка- передвижка «Чем занять ребёнка во время прогулки» |
| №10  6ч. | «Автомобили» (на улице)  Приучать детей бегать легко в обычной обуви. Отрабатывать умение выполнять упражнения с предметами одновременно (руль). Упражнять в подлезании на ступнях без опоры на руки | Д/и»Найди по цвету»- закрепление цвета, ориентировка в пространстве | Изготовление из картона «Руль» |
| №11  6ч. | «В гостях у лесных зверят»  Закрепить умение ходить и бегать в колонне по одному, с высоким подниманием колен, на пятках на носочках; формировать умение ходить ограниченной поверхности, сохраняя равновесие; упражнять в ползании на четвереньках и подлезании под дугу; Приучать детей согласовывать движения с движениями других детей.  Закреплять умение отвечать на вопросы (познание). Активизировать мышление через отгадывание загадок. Развивать речь детей во время проведения игр с стихотворным текстом( коммуникация), Формировать навыки безопасного поведения во время проведения подвижных игр (безопасность) | Основные движения «Путешествие в зоопарк»;  П/и «Лиса в курятнике», « У медведя во бору» и др. | Понаблюдать за животными, птицами на прогулке, по дороге в детский сад;  Посетить городской зоопарк, формировать элементарные представления о правильных способах взаимодействия с животными: наблюдать за животными не беспокоя их и не причиняя им вреда; кормить животных только с разрешения взрослых |
| №12  6ч. | На свежем воздухе  Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками, упражнять в метании снежков на дальность. Формирование безопасного поведения при использовании спортивного инвентаря ( безопасность). Укрепление здоровья детей (здоровье) | Подвижные игры : с бегом; «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Лошадки», «Бездомный заяц», «ловишки» | Посетить музей декоративно- прикладного искусства; |  |
|
| №13  6ч. | С большим мячом  Совершенствовать умение выполнять упражнения с предметами, проводить подготовительную работу к кувырку. Отрабатывать навык прыжка через скакалку. Закреплять умение перебрасывать мяч друг другу разными способами, закреплять умение перестраиваться двойками. Воспитывать умение играть дружно, развивать ловкость, развивать быстроту в беге. ОРУ с верёвками. | Индивидуальная работа по развитию движений: прыжки через скакалку, перебрасывание мяча в парах | Использование трудовых поручений в семье |
| №14  4ч. | На свежем воздухе «Зимовушка»  Развивать способность сохранять устойчивое положение тела в неблагоприятных условиях ( скользкие дорожки, мокрые покрытия). Совершенствовать умения детей приспосабливаться к различным погодным условиям, решая двигательные задачи. Воспитывать волю с помощью упражнений на преодоление препятствий. | - игры- соревнования, приучающие выполнять действия по сигналу;  - игровые приемы для развития способности менять темп движения в ходьбе и беге в соответствии с музыкальным ритмом;  - подвижные игры: «Найди свой цвет», «Ёлочки, пенёчки», «Найти себе пару», «Цапли и лягушки» и др. | Рассказы из личного опыта родителей на тему: «Представление о здоровье и здоровом образе жизни» |
| №15  6ч. | «Морское царство»  Постепенная адаптация ребёнка к физическим нагрузкам, воспитание устойчивого интереса к процессу выполнения физических упражнений, формирование мышечно - двигательной силовой выносливости мышц; закрепление навыков основных движений в подлезании, лазании по гимнастической стенке, с пролезанием с пролёта на пролёт, в равновесии, беге змейкой. Развитие быстроты, ловкости в подвижных играх. | Работа по развитию основных движений на прогулке: влезание на лестницу.  Подвижные игры на прогулке: «Удочка» и др. | Беседы «Почему мы закаляемся», «Как правильно одеваться на прогулку зимой». |
| №16  6ч. | «На санках»  Научить детей катать друг друга; ознакомить детей с играми и игровыми заданиями на санках. Формирование безопасного поведения при использовании спортивного инвентаря ( безопасность). Укрепление здоровья детей (здоровье). | Беседы «Зимние виды спорта», «Особенности закаливания зимой». | Прогулки с детьми в выходные дни. |
| №17  6ч. | С мячами  Продолжать учить подтягиваться по скамье на животе, выполнять прыжки на батуте. Закреплять умения прокатывать мяч под дугой, прокатывать обруч друг другу. Совершенствовать умения выполнять бег змейкой и упражнять детей в действиях с мячом. Развивать ловкость, быстроту. Воспитывать интерес к русским народным подвижным играм. | Работа по развитию основных движений в утренние часы: прокатывать мяч под дугой, прокатывать обруч друг другу. | Беседы « Почему мы закаляемся», « Как правильно одеваться на прогулку зимой» |
| №18  4ч. | «Цирк»  Упражнять в беге, прыжках вверх; учит прыгать через скакалку; совершенствовать навыки в бросании и ловле мяча. | Рассмотреть иллюстрации, картинки о цирке; | Организовать посещение цирка, контактного зоопарка; |
| №19  6ч. | Ленточка – птичка» ( на улице)  Обучать детей бегу с предметами в руках; учить бросать ленточки вдаль правой и левой рукой; развивать координационные способности | Рассмотреть картинки, отражающие трудовые действия детей и взрослых; | Побеседовать о здоровом образе жизни в семье; |
| №20  6ч | «Наш дом и то что в нём»  Упражнять в прыжках в длину с места; повторить ползанье по гимнастической скамье, учить быстро реагировать на сигнал; воспитывать внимание и умение сдерживать себя. | * Рассматривание картинок, иллюстраций «Предметы вокруг нас», E И Радиной, В. А. Езикеевой «Игра с куклой»; | * Совместные подвижные игры с детьми: с бегом. «Ловишки», с ползанием и лазаньем. «Пастух и стaдo», «Перелет птиц», с бросанием и ловлей. «Сбей булаву»; |
| №21  4ч. | Сюжетно – игровое – «Мы идём в поход»  Совершенствовать умение ходить разными способами, в беге с преодолением препятствий, в прыжках в высоту. | Организовать игры на спортивных площадках, подвижные игры по желанию детей. | Понаблюдать за весенними изменениями в природе; |
| №22  4ч. | «На чём ездят?»  Упражнять в ползанье по скамейке, способствовать развитию координации, умению быстро реагировать на сигнал; совершенствовать прыжок в длину с места функцию дыхания. | * Загадывание загадок на тему транспорта | * Прогулка «Наша улица».показать движения транспорта на перекрестке. Объяснить назначение специальных видов транспорта и значение сигналов светофора. |
|  | Тем: 22 |  | Итого:112 |

**2.1.4. Содержание педагогической работы в образовательной области**

**«Физическое развитие» для детей 5-6 лет.**

**Старшая группа (5-6 лет)**

Реализация программных задач в области «Физическое развитие» в старшей группе осуществляется, как в процессе самостоятельной деятельности, так и непосредственно - образовательной деятельности в соответствии с регламентом.

Физическая культура – 3 раза в неделю

В группе – 2 раза, продолжительность 25 мин. Всего 68 в год

На улице – 1 раз, продолжительность 25 мин. Всего 34 в год

НОД осуществляется в первую и вторую половину дня.

Мониторинг проводиться два раза в год- 1- 14 сентября- 27 мая – 1 июня

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ НОД**  **Кол-во**  **часов** | **Тема и программное содержание НОД** | **Взаимодействие с воспитателями** | **Взаимодействие с родителями** |
| №1  4ч. | «Репортаж из Африки»- тематическое занятие  Совершенствовать двигательные умения и навыки (прыжки, подлезание, кувырок); развить гибкость и координацию движений; закрепить и обобщить представление детей о приспособление диких животных к жизни в природных условиях; сформировать умение передавать в движениях образы различных животных; воспитывать любовь и доброжелательное отношение к природе. | Активизация словаря: репортаж, редактор, корреспондент, ноутбук, флешка, интернет | Рассматривание иллюстраций: «Животные Африки» |
| №2  6ч. | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге в рассыпную. Формировать правильную осанку при ходьбе по скамье, прыжках с продвижением вперёд на одной ноге, лазанье по лестнице одноимённым способом. Упражнять в перебрасывании мяча. Закрепляем умения детей в расстановке и уборке оборудования ( труд). Поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности (коммуникация) | Индивидуальная работа на прогулке: влезание на лестницу одноимё1нным способом |  |
| №3  4ч. | «Первое путешествие» улица  Закреплять умение ходить в парах, выполнять упражнения в ходьбе, беге, в разном темпе. Формирование основ экологического сознания, безопасности окружающего мира (Познание). Формирование трудовых умений ( труд). Расширение кругозора детей (Коммуникация). Развитие активной речи детей (Коммуникация). | Беседа «Поведение во время путешествия» | Рассматривание, обращение внимания на проходящие мимо деревья, проговаривание погодных условий. |
| №4  4ч. | С палками  Закрепить навыки ходьбы со сменой темпа движения, бега между линиями. Упражнять в переползании на четвереньках. Развивать координацию движений в упражнении на равновесии. При выполнении ОРУ с палками воспитывать согласованность движений, дружелюбие. Формировать основы безопасности жизнедеятельности (безопасность). Сохранять и укреплять здоровье (Здоровье). В играх эстафетах воспитывать соперничество, дружелюбие ( социализация) | На улице играть в игру «Многоборцы» - игра- соревнование | Выполнять упражнение «Сумей сесть» |
| №5  6ч. | «Прогулка в лес»  Закреплять знания детей о диких животных (Познание), обогащать словарный запас (Коммуникация), закреплять умения и навыки детей в ползании, переползании, равновесии, развивать ловкость и координацию движений, развивать мыслительные способности, зрительную и слуховую память, развивать мелкую моторику пальцев рук (Здоровье), вызвать интерес занятиям физическими упражнениями. | Разучить пальчиковую гимнастику: «Ушки белочке покажем…» | Игра «Закончи предложение» У волчицы родились… |
| №6  4ч. | Интегрированное занятие- «Стройная ёлочка- зелёная иголочка»  Содействовать укреплению здоровья; совершенствовать навыки передвижения ( ходьбы и бега )в строю ( парами, в колонне друг за другом), в заданном направлении сохраняя дистанцию; способствовать формированию навыка правильной осанки. | В группе под руководством воспитателя дети заполняют дневник наблюдения. Во второй половине дня рисуют лесную красавицу- ель. Рисунки вывешиваются на стенд. | Отгадывание загадок про диких животных. |
| №7  6ч | «Игры с мячом»  Обучать прыжкам в высоту, упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками бег до 1,5 мин.- выносливость. Активизация мышления детей через самостоятельный выбор подвижной игры (Познание). Проговаривание названий упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности (Коммуникация). Проговаривание текста слов подвижной игры (Чтение художественной литературы). Укрепление здоровья детей (здоровье). | Индивидуальная работа в утренние часы: «подбрось- поймай»- игровое упражнение | Выучить загадку о мяче |
| №8  4ч. | В парах с обручем  Учить детей действовать в паре с обручем. Упражнять в пролезании в обруч правым и левым боком, закрепить умение держать статическое равновесие. Учить детей делать кувырок. Формирование навыка безопасного поведения при использовании спортивного инвентаря (безопасность). Развивать умение излагать мысли, обсуждая пользу закаливания и занятий физической культурой (коммуникация). Принимать участие в расстановке и уборке физкультурного инвентаря. | Провести беседу и выяснить каких рыб, птиц и зверей знают дети. Игра «Рыбы, птицы, звери». | Вспомнить и рассказать детям о народных играх, которые играли в детстве |
| №9  4ч. | «Игры- эстафеты» улица  Упражнять в равновесии и в прыжках, развивать ловкость в бег, разучивать игровые упражнения с мячом. Активизация мышления через самостоятельный подбор ОРУ (Познание). Развивать эмоции при проведении игр- эстафет | На прогулке народные игры ( русские) | Папка передвижка «Как заинтересовать детей игрой». |
| №10  4ч. | С использованием лечебной гимнастики  Укрепление мышечного корсета; укрепление мышц верхних и нижних конечностей воспитание и закрепление навыка правильной осанки. Развивать умение излагать мысли , обсуждая пользу закаливания и занятий физической культурой (коммуникация). Принимать участие в расстановке и уборке физкультурного инвентаря (Труд). | Индивидуальная работа с детьми в утренние часы: Ползание по гимнастической скамье. Прыжки с опорой на скамью.( 1 неделя)  Прыжки без опоры на скамью ( со 2 недели)  Влезание на лестницу одноименным способом.  Выполнение позы «верблюдика» на одеяле | В беседах уточнять представления ребёнка о том, что нужно делать для предупреждения простудных заболеваний в холодный период. |
| №11  4ч. | «Морское царство»  Постепенная адаптация детей к физическим нагрузкам, воспитание устойчивого интереса к процессу выполнения физических упражнений, формирование мышечно – двигательной силовой выносливости мышц; закрепление навыков основных движений в подлезании, лазанье по гимнастической стенке, с пролезанием с пролёта на пролёт, в равновесии, беге змейкой | Работа по развитию основных движений | Просмотр мультфильмов на морскую тематику, просмотру иллюстраций. |
| №12  6ч. | На свежем воздухе  Совершенствовать умение скользить по ледяной дорожке, метать, прыгать, сильно отталкиваясь; бегать с ускорением, играть в народные игры. Воспитывать честность смелость. | Беседы «Зимние виды спорта», «Особенности закаливания зимой» | - построить из снега горку на участке;  - посетить снежный городок, полюбоваться снежными постройками. |
| №13  4ч. | С обручем  Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную. Сохранять устойчивое положение при ходьбе по наклонной доске, упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину. |  |  |
| №14  4ч. | На свежем воздухе  Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить боковые шаги. Продолжать обучать спуску с гор и подъёму; повторить игровые упражнения в перебрасывании шайбы друг другу и скользящим по ледяной дорожке. | Продолжение знакомства с зимними видами спорта (биатлон, горнолыжный спорт, конькобежный спорт, лыжные гонки, фигурное катание, бобслей, сноуборд, шорт – трек, фристайл, хоккей). | Рассматривание иллюстраций, просмотры видео о зимних видах спорта. |
| №15  6ч | «Сказка о волшебном цветке»  Учить детей выполнять упражнения на статическое равновесие. Закреплять умения выполнять кувырок, отбивание мяча;, ходить по скамье по- медвежьи; прыгать через скакалку. Повторить метание в вертикальную цель. | Беседа о конькобежном виде спорта. Как называются спортсмены, бегающие на коньках? Что необходимо для занятий конькобежным спортом? | Сделать новогоднюю игрушку животное наступающего года из различных материалов на выставку в группу. |
| №16  4ч. | С флажками  Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону, разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперёд; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловли мяча. ОРУ с флажками | Работа по развитию основных движений: метание мешочка в горизонтальную цель. Прыжки через скакалку. | Моделирование ситуации «Если что-то вдруг горит, а я один дома», «Если случилась с кем то беда». Напомнить детям, что в случае неосторожного обращения с огнём или электроприборами может произойти пожар. Закреплять знания о том, что в случае необходимости взрослые звонят по телефону «01» |
| №17  6ч. | «Знакомство с Гантелькиным»  Закрепить и расширить знания детей о родном городе, районе, крае, о спортивно – оздоровительных учреждениях города. Углубить представления детей о видах спорта, познакомить с известными спортсменами нашего города, района округа. Формировать у детей двигательные умения и физические качества через физические упражнения и игры. Способствовать укреплению здоровья через навыки самомассажа. | Активизировать словарь детей , дать новые понятия: спортивное сооружение, алея славы, олимпийские резервы. | Беседы о видах спорта, спортсменах, рассматривание иллюстраций. |
| №18  4ч. | Путешествие в Страну Геометрию»  Совершенствование навыков метания мешочков с песком в цель; тренировка чёткого выполнения упражнений под музыку; развитие умения управлять своим телом (координация движений); создание эмоционального настроя, развитие интереса, желания заниматься; Закрепление математических понятий: «точка», «отрезок», «прямая линия», «волнистая линия», « пунктирная линия», «ломаная линия». | Разучивание загадок  Релаксационное упражнение для снятия напряжения «Солнечный лучик» | Закрепление математических понятий: «точка», «отрезок», «прямая линия», «волнистая линия», « пунктирная линия», «ломаная линия». |
| №19  4ч. | «Любимый цирк»  Совершенствовать технику бега; совершенствовать технику метания; упражнять в равновесии. | Побеседовать о пользе юмора, смеха для здоровья ребенка; | Организовать посещение цирка; |
| №20  4ч. | «Мы моряки» (на свежем воздухе)  Упражнять в лазанье; упражнять в бросании ловле; воспитывать у детей уверенность в себе (в сложных ситуациях). | Прослушивание аудиозаписей («Шум дождя, шум моря»), просмотр видеофильмов о воде; | Организовать прогулку к водоему, обращая внимание ребёнка на обитателей водоёма; |
| №21  4ч. | «Интегративное занятие «Цветочный город»  Продолжать всестороннее воспитание и развитие детей, укреплять их здоровье, совершенствовать физические качества; формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности; повышать речевую активность; учить драматизировать не большие литературные произведения. | Разучивание подвижных игр, стихов | Чтение произведения Н. Носова «Приключение Незнайки и его друзей» |
| №22  4ч. | «Путешествие в космос»  Развивать умение отбивать мяч от пола ладонью; Обучать находить место для отталкивания при подпрыгивании с доставанием до предмета; развивать пластичность у девочек, силовые качества у мальчиков; улучшать координацию движений, быстроту реакций, ловкость. | Беседа о профессиональном празднике «День космонавтики» (расширение представлений о социально значимой профессии – космонавт); | Просмотреть и обсудить информацию из фильмов и телевизионных программ: о космонавтах, луноходах, космических путешествиях, звёздных войнах; |
| №23  4ч. | «С физкультурой мы дружны, нам болезни не страшны»  Формировать интерес к занятиям физкультурой и спортом; закреплять знания о профилактике и лечении простудных заболеваний; навыки выполнения ОРУ с гимнастическими палками. | Рассматривание книги полезных продуктов, закрепление знаний о продуктах, полезных для здоровья; | Почитать с ребенком дома: М Пришвин. «Лисичкин хлеб»: раскрыть значение полезной пищи для человека, помочь ребенку в понимании текста |
| №24  4ч | «Мир человека»  Учить выполнению прыжков из необычных положений, пружинистому отталкиванию и мягкому приземлению; умению лазать различными способами; развивать выносливость, мышечную силу, равновесие, вестибулярный аппарат; расширять активный и пассивный словарь. | Беседа по лексической теме, рассматривание иллюстраций, слайдов. |  |
| №25  4ч. | Интегрированное занятие: Посвящение в «Спортики»  Упражнять в лазанье по гимнастической лестнице, выполняя правильный хват реек руками; совершенствовать двигательные умения и навыки(прыжками, подлезание, прокатывание мяча); закреплять умение ходить по гимнастической скамье, сохраняя  устойчивое равновесие и правильную осанку. | Разучить упражнения дыхательной гимнастики. | Посмотреть с ребенком мультфильм «Ох и Ах», провести беседу по просмотренным мультфильмам. |
|  | Тем: 25 |  | Итого: 112 |

**2.1.5. Содержание педагогической работы в образовательной области**

**«Физическое развитие» для детей 6-7 лет.**

**Подготовительная к школе группа (6-7 лет )**

Реализация программных задач в области «Физическая культура» в подготовительной группе осуществляется, как в процессе самостоятельной деятельности, так и непосредственно - образовательной деятельности в соответствии с регламентом.

Физическая культура- 3 раза в неделю

В группе – 2 раза, продолжительность 30 мин. Всего 68 в год

На улице – 1 раз, продолжительность 30 мин. Всего 34 в год

НОД осуществляется в первую половину дня.

Мониторинг проводиться два раза в год- 1- 14 сентября- 27 мая – 1 июня

**Тематическое планирование физкультурных занятий в подготовительной группе**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ НОД**  **Кол- во**  **часов** | **Тема и программное содержание НОД** | | **Взаимодействие с воспитателями** | **Взаимодействие с родителями** |
| №1  4ч. | С мячами  Совершенствовать двигательные умения и навыки ( в прыжках с продвижение вперёд, в ползании, отбивании мяча змейкой); развить гибкость и координацию движений при выполнении ОРУ с резиновым мячом (20); формировать навыки безопасного поведения при выполнении основных движений (безопасность). Побуждать детей к оценке и самооценке действий и поведения сверстников (социализация). | | Индивидуальная работа с детьми:  -отбивание мяча с продвижением вперёд;  - отбивание мяча с продвижением вперёд змейкой | Папка передвижка «Физическое развитие детей 6 – 7 лет» |
| №2  4ч. | «Путешествие в Африку»  Обобщять и уточнять знания детей о животных по внешним признакам; упражнять в согласовании существительных с прилагательными (коммуникация); упражнять детей в ползании на животе по гимнастической скамейке; в метании в горизонтальную цель; совершенствовать навыки лазания по гимнастической стенке с переходом с одного пролёта на другой; развивать общую и мелкую моторику ( здоровье); содействовать развитию координации движений, вниманию, коммуникативности. Стимулировать проявление любознательности. Активизация мышления детей через отгадывания загадок ( познание). | | Индивидуальности работа на прогулке: влезание на лестницу одноимённым способом  Беседа «Животные Африки» | Просмотр мультфильмов про животных Африки |
| №3  6ч. | «Первое путешествие» улица  Закреплять умение ходить в парах, выполнять упражнения в ходьбе, беге, в разном темпе. Формирование основ экологического сознания, безопасности окружающего мира (познание). Формирование трудовых умений ( труд). Расширение кругозора детей (коммуникация). Развитие активной речи детей (коммуникация). | | Беседа «Поведение во время путешествия» | Рассматривание, обращение внимания на проходящие мимо деревья, проговаривание погодных условий. |
| №4  4ч. | С гимнастической палкой  Учить выполнять метание набивного мешочка (масса 200г.) в вертикальную цель правой и левой рукой. Продолжать учить выполнять с небольшого разбега ударять , по мячу ногой и сбивать предметы с расстояния 2- 2,5 м. Совершенствовать умения выполнять прыжок в длину с места, расстояние 90 см. Закреплять умения в перебрасывании мячей стоя в шеренгах, расстояние 2.5 м. При выполнении ОРУ с палками воспитывать согласованность движений, дружелюбие. Формировать основы безопасности жизнедеятельности ( безопасность). Сохранять и укреплять здоровье(здоровье). В играх эстафетах воспитывать соперничество, дружелюбие ( социализация). | | На улице играть в игру «Многоборцы» - игра- соревнование | Выполнять упражнение «Сумей сесть» |
| №5  4ч. | «Прогулка в лес»  Закреплять знания детей о диких животных ( Познание),; обогащать словарный запас (Коммуникация), закреплять умения и навыки детей в ползании, переползании, равновесии, развивать ловкость и координацию движений, развивать мыслительные способности, зрительную и слуховую память, развивать мелкую моторику пальцев рук (здоровье), вызвать интерес к занятиям физическими упражнениями. | | Разучить пальчиковую гимнастику: «Ушки белочки покажем…..» | Игра «Закончи предложение»  У волчицы родилась….. |
| №6  4ч. | Интегрированное занятие  «Стройная ёлочка- зелёная иголочка»  Содействовать укреплению здоровья; совершенствовать навыки передвижения ( ходьбы и бега ) в строю ( парами, в колонне друг за другом), в заданном направлении сохраняя дистанцию; способствовать формированию навыка правильной осанки. | | В группе под руководством воспитателя дети заполняют дневник наблюдения.  Во второй половине дня рисуют лесную красавицу- ель. Рисунки вывешиваются на стенд. | Отгадывание загадок про диких животных. |
| №7  4ч. | Совершенствовать ходьбу по гимнастической скамье на носках, на середине перешагнуть через предмет 20 см. Упражнять в ползании по канату по – медвежьи: ступни на канате, руки на полу. Учить выполнять лазание по гимнастической стенке разноименным способом. Закреплять ползание по скамье на животе, подтягивая себя руками. Активизация мышления детей через самостоятельный выбор подвижной игры (Познание). Проговаривание названий упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности ( Коммуникация). | | Индивидуальная работа в утренние часы:  - Ходьба по медвежьи;  -Лазанье по гимнастической стенке разноименным способом  - Прыжки в длину. | Беседа с родителями «Безопасность на улице» |
| № 8  4ч. | «В гостях у Пеппи длинный чулок»  Активизировать фантазию, развивать творческие способности в процессе двигательной деятельности. Тренировка упражнений с движениями под стихотворный текст. Развивать умение действовать в коллективе (социализация). Создавать эмоциональный настрой на развитие интереса и желание заниматься спортом. Формировать правильное дыхание (здоровье). Развивать фонематический слух ( коммуникация). | | Провести беседу и выяснить какие цветы они знают;  Разучить логоритмическую гимнастику. | Вспомнить и рассказать детям о народных играх, которые играли в детстве |
| №9  6ч. | Закреплять умение метать в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча с расстояния 4-5 м. из и. п. сидя, стоя на коленях. Отрабатывать навык легкого прыжка на двух ногах, разложенных в шахматном порядке на расстоянии 30-40 см. Совершенствовать умение сохранять равновесие при ходьбе по скамье спиной вперёд, во время ползания по гимнастической скамье на животе, подтягиваться двумя руками. В подвижной игре развивать товарищество, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу. Формировать положительные эмоции и мотивацию к речевой и физкультурной деятельности. | | Индивидуальная работа с детьми:  Метание в вертикальную цель правой и левой рукой от плеча с расстояния 4- 5 м. из и. п. стоя, сидя. | Беседа «Почему мы закаляемся», «Как правильно одеваться на прогулку зимой» |
| №10  4ч. | «Дикие животные»  Закреплять знания детей о животных: знать названия, их внешнии признаки, как передвигаются, где живут, упражнять в подборе эпитетов, упражнять в выкладывании небольших слов со стечением согласных, развивать словарь по данной лексической теме. Развивать умение координировать движения рук с речью и музыкой. Формирование правильной осанки. Формировать положительные эмоции и мотивацию к речевой и физкультурной деятельности. | | Разучивание пальчиковой гимнастики | Отгадывание загадок о диких животных |
| №11  6ч. | На свежем воздухе  Учить попеременному двухшажному ходу с палками. Продолжать обучение скользящему шагу, добиваясь правильной посадки лыжника одновременным перенесением веса тела с одной ноги на другую , удлиняя шаг, согласовывать работу рук и ног при ходьбе на лыжах без палок | | Провести беседу о конькобежном виде спорта.  Что необходимо для занятий конькобежным спортом? | На выходных катание с детьми на коньках в ФОКЕ |
| №12  4ч. | Мяч - ёжик  Закреплять умение сохранять равновесие при ходьбе по скамье с высоким поднимание колена и выполнением хлопка под коленом; ведении мяча правой и левой рукой в прямом направлении; прокатывание мяча под дуги поставленные в коридор. Отрабатывать навык напрыгивания на гимнастическую скамья; лазанье по гимнастической скамье одноимённым способом. Активизация мышления через выполнение ОРУ с мячом – ёжиком. Формировать навык безопасного поведения в подвижных играх. | | Рассматривание иллюстраций, просмотры видео о зимних видах спорта. | Ситуативный разговор «Какие упражнения тренируют силу мышц ног ( рук, спины)». |
| №13  6ч. | На свежем воздухе  Закрепление навыка ходьбы на лыжах скользящим шагом. Восстановление навыка спуска со склона и подъёма «лесенкой» | | Беседа: Как оценить собственное здоровье и самочувствие». | Погулять с детьми в парке:  - поиграть с детьми в подвижные игры.  - придумать вместе рассказ «Новый вид спорта для олимпийских игр»; (создание и презентация эскизов спортивного костюма для сборной России, медали для чемпионов); |
| №14  6ч. | «Спорт – здоровье, спорт – игра, ловкость, сила, красота!»  Закреплять умение участвовать в играх с элементами соревнования, способствующих развитию психофизических качеств, умению ориентироваться в пространстве. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, точки, выразительности их выполнения. Закреплять умение комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю при выполнении движений. | | - повторение с детьми правил поведения в спортивном зале, воспитание стремления к безопасному поведению;  -педагогическая ситуация : «Осторожно лекарство!»  - формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях способах поведения в них. | Папка- передвижка «Игры вместо лекарств» |
| №15  6ч | Игры – эстафеты  Закреплять навыки ходьбы «змейкой», «противоходом», «по диагонали». Упражнять в беге с остановкой на звуковой сигнал с выполнением задания. Совершенствовать навыки быстрого бега, пролезания в обруч, прыжков. Развивать физические качества: быстроту, ловкость, выносливость, мышечную силу. Развивать концентрацию и распределение внимания через игры – эстафеты. Развивать представления о том, что спортивный результат зависит не только от физической подготовленности человека , но и от его эмоционального настроя и нравственных качеств ( трудолюбия, упорства, воли, желания победить). | | Беседа «В здоровом теле- здоровый дух».  Формировать знания детей о рациональном питании, закаливании, двигательной активности. | Организовать с ребенком серию бесед о правилах безопасной жизни (дома, на улице – общение с незнакомыми людьми, животными). |
| №16  6ч. | На свежем воздухе  Закреплять навыки ходьбы на лыжах, спусков и подъёмов, поворотов, Продолжать учить спуску и подъёму на склон. | | Беседа- рассуждение «Я – спортсмен»; | Поиграть с детьми в подвижные игры |
| №17  6ч | «Мы космонавты»  Закрепление основных видов движения, лексической темы «Космос»; создание праздничного настроения; развитие координации движений, внимания. Упражнения в решении математических задач. Активизировать фантазию, развивать творческие способности в процессе двигательной деятельности. Развитие умений действовать в коллективе. Создавать эмоциональный настрой на развитие интереса и желания заниматься спортом. Формировать правильное дыхание. | | Беседа о профессиональном празднике «День космонавтики» (расширение представлений о социально значимой профессии – космонавт); | Просмотреть и обсудить информацию из фильмов и телевизионных программ: о космонавтах, луноходах, космических путешествиях, звёздных войнах; |
| №18  6ч | «Хлеб»  Упражнять детей в беге с высоким подниманием колен, ходьбе спиной вперёд. Продолжать учить выполнять упражнение «Тачки». Совершенствовать навык прыжка через предметы на двух ногах. Развивать равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры с выполнением заданий. Развивать силу мышц ног, рук, ловкость, внимание, координацию, общую и мелкую моторику рук. Упражнять в ловле мяча, в ходьбе с продвижением вперёд. Продолжать учить образовывать уменьшительно – ласкательные формы существительных. Развивать мыслительные процессы. | | Разучить пословицы и поговорки о труде; | Понаблюдать за весенними изменениями в природе; |
| №19  6ч. | Сюжетно –игровое «Самый сильный и ловкий»  Учить разнообразно и уверенно выполнять различные действия с мячом; упражнять в беге с преодолением различных препятствий. | | Проведение физкультминутки «Чтобы сильным стать и ловким»; | Побеседовать о здоровом образе жизни в семье; |
| №20  4ч. | **«**Азбука здоровья»  Знакомить с разными видами микробов; полезной и вредной пищей, витаминами. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью дома и в детском саду. | | Побеседовать с ребенком о поведенческих правилах, от которых зависит его личное самочувствие и общение со сверстниками и взрослыми; | Совместно с ребенком приготовить витаминный ужин (закреплять представление о полезных продуктах, побеседовать о здоровом образе жизни); |
| №21  6ч. | **«**Волшебный цветок»  Закреплять навыки лазанья различными способами; развивать функцию равновесия при выполнении упражнений; ловкость и общую выносливость; чувство единства, сплоченности; тренировать дыхательную мускулатуру; создавать эмоционально положительный настрой на занятии используя элементы цветотерапии. | | В группе нарисовать «Волшебный цветок» | Обсуждение вместе с детьми смысла и содержания пословиц, поговорок, загадок о природных явлениях, народных примет, сведений из народного календаря; |
| №22  6ч. | | «Любимый цирк»  Совершенствовать технику бега; совершенствовать технику метания; упражнять в равновесии. | Побеседовать о пользе юмора, смеха для здоровья ребенка; | Организовать посещение цирка; |
|  | | Тем: 22 |  | Итого: 112 |

**2.2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы**

Реализация программы обеспечивается на основе форм, способов, методов и средств, соответствующих принципам и целям федерального государственного образовательного стандарта и выбираемых педагогическим работником с учетом возраста воспитанников, особенностей и интересов детей, запросов родителей (законных представителей). Все формы вместе и каждая в отдельности реализуются через сочетание организованных взрослыми и самостоятельно инициируемых свободно выбираемых детьми видов деятельности. Виды и формы детской деятельности:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Деятельность | Виды | Формы |
| Двигательная деятельность – это форма активности ребенка, позволяющая ему решать двигательные задачи путем реализации двигательных функций | Виды двигательной деятельности:  гимнастика: основные движения (ходьба, бег, метание, прыжки, лазанье, равновесие);  строевые упражнения (построения, перестроения); общеразвивающие упражнения; танцевальные упражнения подвижные игры | гимнастика;  подвижные игры;  подвижные игры с правилами; игры малой подвижности; сюжетные игры;  игровые упражнения; соревнования;  реализация проекта; физминутки;  пальчиковые игры;  спортивные развлечения, праздники |

В рамках реализации Программы применяют формы организации образовательной деятельности – индивидуальную, групповую, фронтальную. При реализации Программы инструктор по физической культуре использует разнообразные методы и приемы работы с детьми. Выбор и сочетание методов и приемов зависит от содержания образовательных задач, видов деятельности и возрастных особенностей детей. В раннем возрасте ведущая роль принадлежит наглядным и игровым методам; в среднем дошкольном возрасте возрастает роль практических и словесных методов; в старшем дошкольном возрасте повышается роль словесных методов обучения.

**Методы и приемы реализации Программы**

наглядно- зрительные приемы:

(показ физических упражнений, использование наглядных пособий, зрительные ориентиры);

наглядно – слуховые приемы (музыка, песни);

тактильно- мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)

объяснения, пояснения, указания;

подача команд, распоряжений, сигналов;

вопросы к детям;

образный сюжетный рассказ, беседа;

словесная инструкция

повторение упражнений без изменения и с изменениями;

проведение упражнений в игровой форме;

проведение упражнений в соревновательной форме

подвижная игра;

создание игровой ситуации.

**2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик..** Образовательная деятельность основана на организации педагогом видов деятельности,

заданных ФГОС дошкольного образования.

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. В младшей и средней группах детского сада игровая деятельность является основой решения всех образовательных задач. Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах - это подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации, спортивные игры, игры-эстафеты. При этом обогащение двигательного опыта в играх детей тесно связано с содержанием непосредственно организованной образовательной деятельности. Познавательно-исследовательская деятельность включает в себя широкое познание детьми объектов предметного и социального мира (собственное тело, спортивная жизнь мира, страны, региона и т.д.), безопасного поведения, освоение средств и способов познания (моделирования,

экспериментирования).

Использование художественной литературы и фольклора организуется педагогом как

логоритмики, помогающий лучше освоить предлагаемый материал.

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой, требования к проведению которых согласуются дошкольным учреждением с положениями действующего СанПин.

Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов требует

особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребенка: двигательную деятельность детей, активность которой зависит от содержания организованной образовательной деятельности в первой половине дня; работу по воспитанию у детей культурно-гигиенических навыков и культуры здоровья.

Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки, включает: подвижные игры и упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей;

На протяжении образовательной деятельности организуются разнообразные культурные

практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в двигательной деятельности. В культурных практиках педагогом создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей.

Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер:

совместная деятельность детей (подвижные игры и игровые упражнения) направлена на обогащение еѐ новыми движениями, элементами, освоение детьми двигательных умений, необходимых для выполнения заданий. Рефлексивная деятельность: анализ своих чувств, мыслей, взглядов (что узнали? что порадовало? и пр.).

Результатом работы в творческой мастерской является создание обыгрывания песен.

Организация спортивных игр - подгрупповая форма проведения образовательной деятельности по ознакомлению со спортивными играми с мячом, правилами игр и историей их возникновения и развития. Дети (старшие дошкольники) имеют возможность получить больше знаний, умений и навыков в двигательной деятельности с разными видами мячей. Детский досуг - вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха.

**2.4.СПОСОБЫ И НАПРАВЛЕНИЯ ПОДДЕРЖКИ ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ.**

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность действовать в соответствии с собственными интересами является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в детском саду.

Двигательная деятельность ребенка в детском саду может осуществляться в форме

самостоятельной инициативной деятельности: самостоятельное подвижные игры и упражнения; свободное творчество в придумывание новых игр и усложнении или изменении правил знакомых игр.

В развитии детской инициативы и самостоятельности педагог соблюдает ряд общих требований: развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений;

создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному

применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;

постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно.

Постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;

тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;

ориентировать дошкольников на получение хорошего результата. необходимо своевременно обратить особое внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;

«дозировать» помощь детям.

Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае.

Поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

**2.5. Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями, воспитателями, специалистами ДОУ**

**Инструктор по физической культуре**

Воспитатели

групп

Родители

Педагоги-специалисты:

* Музыкальный руководитель
* Педагог-психолог
* Другие сотрудники ДОУ

**РАБОТА С ПЕДАГОГАМИ**

1.Организовать занятия по физической культуре с непосредственным участием педагогов

2.Консультации:

* Задачи физического воспитания на текущий год
* Здоровьесберегающие технологии
* Развитие физических качеств в подвижных играх
* Двигательный режим детей

3.Организовать взаимосвязь педагога и инструктора в повторение изученного материала на занятиях по физической культуре

4.Повторять основные движения на прогулке в течении планового месяца

5.Оформить уголок здоровья

6.Помочь оформить наглядную информацию для родителей: «Играем вместе на прогулке»

7.Показать мастер - класс с использованием различного оборудования для повышения интереса на занятиях по физической культуре.

**2.4. Взаимодействие с родителями**

Целью взаимодействия инструктора по физической культуре и семьи является: содействие повышению двигательной активности и общего физического развития детей через организацию целенаправленной совместной деятельности педагога и родителей.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников.

Познакомить родителей с особенностями физического и психического развития ребенка, развития самостоятельности, навыков безопасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях

Способствовать формированию потребности здорового образа жизни семьи, необходимости в занятиях физической культурой.

Ориентировать родителей на развитие познавательной деятельности ребенка, обогащение его кругозора, развитие произвольных психических процессов, элементов логического мышления в ходе игр, общения со взрослыми и самостоятельной детской деятельности.

Помочь родителям создать условия для развития физических качеств ребенка, организованности, ответственности дошкольника, умений взаимодействия со взрослыми и детьми двигательной деятельности.

Способствовать развитию партнерской позиции родителей в общении с ребенком, развитие

положительной самооценки, уверенности в себе, познакомить родителей со способами развития самоконтроля и воспитания ответственности за свои действия и поступки.

Содержание работы с семьями воспитанников по реализации Программы отражается в перспективном плане взаимодействия с родителями (законными представителями)

воспитанников.

1.Подготовить наглядную информацию для родителей по вопросам физического воспитания и оздоровление детей:

* Информационный материал в родительский уголок «Значение режима дня для здоровья ребенка».

Буклет «Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе» (сентябрь)

* Задачи физического воспитания детей дошкольного возраста (октябрь)
* Содержание дошкольного воспитания в семье. Проект «В здоровой семье – здоровые дети» (ноябрь)
* Воспитание правильной осанки у ребенка (декабрь)
* Здоровье всему голова (январь)
* Спорт и дети (февраль)
* Игровой самомассаж (март)
* Физминутки для здоровья глаз (апрель)
* Совместные занятия: спорт детей и родителей (май )

2.Памятки для родителей «Требования к форме одежды на занятиях по физической культуре»

3.Дни открытых дверей на занятиях по физической культуре

4.Приобщить родителей в воспитательно – образовательную среду МБДОУ (участие в подготовке и проведении спортивных досугов, праздников, Дней Здоровья) - в течение года.

1. **Организационный раздел**

**3.1.Психолого-педагогические условия, обеспечивающие физическое развитие воспитанников.**

Важнейшим условием реализации Программы является создание развивающей эмоционально комфортной для ребенка образовательной среды.

Психолого-педагогическое сопровождение физического развития и оздоровления детей дошкольного возраста выстраивается по трем направл ниям в соответствии с задачами, определенными системой физического воспитания:

1. Оздоровительное: в первую очередь решается проблема качественного улучшения физического развития и физического состояния ребенка;

2. Воспитательное: органическая взаимосвязь физического и духовного развития дошкольников; развитие нравственности, формирование эстетических взглядов и убеждений, воспитание в детях чувства ответственности за свое здоровье;

3. Образовательное: обучение естественным видам движений и развитие двигательных качеств.

Для реализации этих целей инструктор по ФК:

проявляет уважение к личности ребенка и развивает демократический стиль взаимодействия с ним и с другими педагогами;

создает условия для принятия ребенком ответственности и проявления эмпатии и другим людям;

обсуждает совместно с детьми возникающие конфликты, помогает решать их, вырабатывает общие правила, учит проявлять уважение друг к другу;

обсуждает с детьми важные жизненные вопросы; стимулирует проявление позиции ребенка; обращает внимание детей на тот факт, что люди различаются по своим убеждениям и ценностям, обсуждает, как это влияет на их поведение;

обсуждает с родителями (законными представителями) целевые ориентиры, на достижение которых направлена инструктора по физическому воспитанию и включает членов семьи в совместное взаимодействие по достижению этих целей.

Для достижения высокого уровня качества образования по физическому развитию

дошкольников образовательные задачи направления «Физическое развитие» образовательной области «Физическое развитие» решаются инструктором по ФК во взаимосвязи с педагогами (воспитателями групп и специалистами МБДОУ - педагогом-психологом, музыкальным руководителем, медицинской сестрой).

**3.2.Организация предметно-развивающей среды.**

Предметно-развивающая среда группы детского сада необходима детям потому, что выполняет по отношению к ним информационную, стимулирующую и развивающую функции. Она не может существовать сама по себе, без детей и взрослых, которые меняют ее в соответствии со своими потребностями, интересами, целями и задачами взаимодействия. Эта среда должна строиться на основе ведущих принципов:

содержательно-насыщенной, развивающей;

• трансформируемой;

• полифункциональной;

• вариативной;

• доступной;

• безопасной;

• здоровье сберегающей;

• эстетически-привлекательной.

Предметно-развивающая среда с учетом взросления дошкольников, то есть в соответствии с возрастными особенностями их физического развития и этапами становления различных видов физкультурно-оздоровительной деятельности, может быть наполнена следующим оборудованием.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование оборудования** | **Количество** |
| **Для  физкультурного зала** | | |
| 1. | Мешочки для метания с гранулами (набор из 10 шт., 4 цвета) 100–120 г | 2 |
| 2. | Комплект для детских спортивных игр (с тележкой) | 1 |
| 3. | Тележка для спортинвентаря | 1 |
| 4. | Флажки разноцветные | 20 |
| 5. | Мячи резиновые (комплект из 5 мячей различного диаметра) | 20 |
| 6. | Комплект мячей-массажеров (4 мяча различного диаметра) | 20 |
| 7. | Прыгающий мяч с ручкой (диаметр не менее 45 см) | 2 |
| 8. | Лабиринт игровой (тоннель из 6 поролоновых арок 60 х 78 х 62 см, обтянутых винилискожей, и 2 угловых секций, соединяющихся липучками) | 1 |
| 9. | Спорткомплекс из мягких модулей (5 элементов: 2 опоры высотой 80 см, дуга с внешним диаметром 60 см, цилиндр длиной 120 см, мат 180 х 60 х 10 см – поролоновые фигуры геометрической формы, обтянутые винилискожей) | 1 |
| 10. | Набор мягких модулей для спортивных игр и соревнований (28 элементов: поролоновые фигуры различных геометрических форм, обтянутые винилискожей, высотой 10 см с размером большей стороны не менее 30 см или диаметром не менее 20 см) | 1 |
| 11. | Коврик массажный 25 х 25 см резиновый | 20 |
| 12. | Комплект следочков ладоней и ступней (по 6 пар) из мягкого пластика с шипами | 2 |
| 13. | Баскетбольная стойка с регулируемой высотой | 2 |
| 14. | Спортивно-игровой набор (одинарные, тройные, четверные подставки, перекладины с комплектом тактильных накладок, мягкие дуги, горка-лесенка для спортивных игр, пластик) | 1 |
| 15. | Гимнастический набор № 1 для построения полосы препятствий и развития основных движений (в сумке 10 подставок 23 х 23 х 30 см, 10 круглых палок длиной 70 см диаметром 2,5 см, 25 плоских соединяющихся между собой планок 100 х 4 см) | 1 |
| 16. | Набор крепежных клипс к гимнастическому набору | 2 |
| 17. | Гимнастический набор № 2 для построения полосы препятствий и развития основных движений (в сумке 4 планки 100 х 15 х 2,5 см, 5 кирпичей-подставок 30 х 15 х 10 см, 16 соединительных трубок) | 1 |
| 18. | Обруч пластмассовый плоский диаметром 65 см (5 шт.) | 2 |
| 19. | Обруч пластмассовый плоский диаметром 50 см (5 шт.) | 2 |
| 20. | Обруч пластмассовый плоский диаметром 35 см (10 шт.) | 2 |

# 3.3.Программно-методическое обеспечение реализации рабочей программы

1. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «Детский сад – Дом радости» Н.М.Крыловой.

Образовательная область «Физическое развитие», стр. 71-76

1. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Веракса, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.

Образовательная область «Физическое развитие»,

1. «Физическая культура дошкольникам» Л.Д.Глазырина
2. Глазырина Л.Д. Физическая культура в подготовительной группе детского сада. М.: Владос, 2005.
3. 3. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. М.: Владос, 2004.
4. 4. Глазырина Л.Д. Физическая культура в младшей группе детского сада. М.: Владос, 2005.
5. 5. Глазырина Л.Д. Физическая культура в средней группе детского сада. М.: Владос, 2005.
6. 6. Глазырина Л.Д. Физическая культура в старшей группе детского сада. М.: Владос, 2005.