

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г. ЛИПЕЦКА

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 32 г. Липецка

Приложение к Основной образовательной программе

дошкольного образования

**Рабочая программа**

**инструктора по физической культуре**

**«Здоровое поколение»**

**образовательная область «Физическое развитие»**

**для детей от 3 до 7 (8) лет**

**Содержание**

I. Целевой раздел

1.Обязательная часть

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Нормативно-правовая база

1.1.2. Цели и задачи реализации Программы

1.1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

1.1.4. Характеристики особенностей развития детей

1.2. Планируемые результаты освоения воспитанниками Программы

1.3. Мониторинг развития

1.4. Индивидуальные траектории развития дошкольников

2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

II. Содержательный раздел

2.Обязательная часть

2.1. Содержание образовательной деятельности инструктора по физической культуре

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

2.2.1. Организация двигательного режима

2.2.2. Формы работы образовательной области «Физическое развитие»

2.2.3. Структура и организация непосредственно-образовательной деятельности

2.2.4. Формы организации непосредственно-образовательной деятельности

2.2.5. Принципы организации образовательной деятельности

2.2.6. Методы и приемы обучения

2.2.7. Перспективно-тематическое планирование организованной образовательной деятельности

2.2.8. Комплексы утренней гимнастики (приложение №1)

2.2.9. Способы и направления поддержки детской инициативы

2.2.10. Особенности взаимодействия инструктора по физическому развитию с другими специалистами детского сада

2.2.11. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

2.3. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

2.4. Специальные условия для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья

2.5. Средства реализации программы

III. Организационный раздел

3.Обязательная часть

3.1. Материально-техническое обеспечение программы

3.2. Методическое обеспечение

IV. Дополнительный раздел

4.1. Краткая презентация Программы для ознакомления родителей

**I. Целевой раздел**

**1.Обязательная часть**

**1.1. Пояснительная записка**

Данная программа разработана в соответствии с Основной образовательной программой дошкольного образования ДОУ№32 города Липецка.

Дошкольный возраст – важный период формирования человеческой личности. Именно в детском возрасте формируются основы физического и психического здоровья детей. В общей системе образования и воспитания физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Формирование физических качеств, двигательных умений и навыков тесно связано с психическим здоровьем ребенка, с воспитанием эстетических чувств и нравственно – волевых черт личности. В настоящее время система дошкольного образования в России претерпевает существенные изменения. Инновационные процессы, происходящие в сфере дошкольного образования в целом, касаются и физического воспитания детей дошкольного возраста.

Приоритетным направлением в работе с детьми дошкольного возраста является физическое воспитание дошкольников, направленное на повышение сопротивляемости детского организма к неблагоприятным факторам внешней и внутренней среды, усвоение теоретических знаний из области физической культуры, формирование двигательных умений и навыков, развитие физических и психических качеств и способностей, интереса и потребности в физическом совершенствовании, всестороннем формировании личности ребенка.

Физическое воспитание дошкольников должно предусматривать систему физических упражнений, приносящих ребенку положительные эмоции, исключение стрессовых ситуаций и страха перед выполнением движений; достаточную интенсивность и большое разнообразие двигательных действий; многовариативность форм физкультурно – оздоровительной работы и активного отдыха детей, возможность индивидуального и дифференцированного подхода к подбору упражнений; частую смену нагрузок и отдыха в режиме дня ребенка; преемственность в деятельности детей разных возрастных групп дошкольной образовательной организации; гибкий график проведения оздоровительных мероприятий в зависимости от состояния здоровья, утомления, климатических и погодных условий; сезонность применения физических упражнений; ежедневное проведение занятий по физической культурой; взаимосвязь задач физического воспитания с другими сторонами воспитания.

Организационными формами работы по физической культуре в дошкольной образовательной организации являются: физкультурные занятия; физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры, физкультминутки, закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями); активный отдых (физкультурные досуги, спортивные праздники, Дни здоровья, туристические походы); самостоятельная двигательная деятельность детей; работа с семьей. Самостоятельная двигательная деятельность детей дошкольного возраста протекает под наблюдением педагога. Содержание и продолжительность занятий физическими упражнениями определяются самими детьми. Характер этих занятий зависит от индивидуальных данных, подготовленности, возможностей и интересов дошкольников. Успешное решение задач физического воспитания возможно лишь при осуществлении индивидуального подхода к детям во взаимосвязанной работе дошкольной образовательной организации и семьи.

Все формы и виды работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим, обеспечивающий ежедневные занятия ребенка физической культурой.

Основой физического здоровья ребенка следует считать уровень развития и особенности функционирования его органов и систем. Уровень развития обусловлен программой, которая природой заложена в каждом ребенке и опосредована его базовыми потребностями. Именно удовлетворение доминирующих базовых потребностей является условием индивидуально – гармоничного развития ребенка.

* + 1. **Нормативно-правовая база**

При разработке Программы учитывались следующие нормативные документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».

4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

**1.1.2. Цели и задачи реализации Программы**

Цели программы: Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка и его полноценное физическое развитие.

Задачи:

- создание общего двигательного режима МДОУ, способствующего дости­жению высокого уровня двигательной активности детей;

- удовлетворение потребности детей в движении;

- развитие умственных, духовных и физических способностей детей через игру;

- формирование потребности в регулярных занятиях физкультурой;

- овладение детьми определенным объемом знаний, умений и навыков, физических качеств, для их всестороннего развития;

- развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей;

- вызвать эмоциональный отклик и желание участвовать в речевых играх и игровых упражнениях на развитие мелкой моторики; способствовать развитию выразительности речи и движений.

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

В современном обществе предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе и к ребенку, к его знаниям и способностям. Постоянно усиливающееся влияние на организм человека разнообразных отрицательных факторов окружающей среды приводит к ухудшению состояния здоровья, как взрослых, так и детей, к снижению физического и умственного потенциала. Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. И это понятно, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные, здоровые.

За последние пять лет, резко ухудшилось состояние здоровья детей первых семи лет жизни. Ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в период дошкольного детства. У ребенка закладываются основы здоровья, долголетия, всесторонней двигательной подготовленности и гармонического развития.

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – одна из наиболее актуальных проблем нашего времени. Наиболее доступным средством увеличения потенциала здоровья является физическая культура, двигательная активность. Природа сама регулирует темп движений и их количество, поэтому бояться перегрузки надо в меньшей степени, чем недогрузки. Среди разнообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и рабо­тоспособность растущего организма, двигательная активность - это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребенка.

Оптимальный двигательный режим – основа для нормального роста и гармоничного развития ребенка. Главной целью физического воспитания в дошкольном учреждении является удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, достижение оптимального уровня здоровья и всестороннего двигательного развития. Двигательный режим дошкольника складывается из утренней физзарядки, подвижных игр во время прогулок, занятий по физической культуре в рамках организации образовательного процесса в ДОУ, занятия в кружках и спортивных секциях, прогулок перед сном, активного отдых в выходные дни. Малоподвижное положение отражается на функционировании многих систем организма дошкольника, особенно сердечно-сосудистой и дыхательной. При длительном сидении дыхание становится менее глубоким, обмен веществ понижается, происходит застой крови в нижних конечностях, что ведёт к снижению работоспособности всего организма и особенно мозга: снижается внимание, ослабляется память, нарушается координация движений, увеличивается время мыслительных операций. Единственная возможность нейтрализовать отрицательное явление, возникающего у дошкольников при продолжительном и напряжённом умственном труде, - это активный отдых и организованная физическая деятельность.

Важная роль в успешном применении коррекционно - оздоровительных средств и методов принадлежит созданию таких условий организации воспитательно - образовательного процесса, при которых развивающий эффект достигается без какого-либо ущерба для растущего организма.

При систематических занятиях физической культурой и спортом происходит непрерывное совершенствование органов и систем организме человека. В этом главным образом и заключается положительное влияние физической культуры на укрепление здоровья. Занятия физическими упражнениями также вызывают положительные эмоции, бодрость, создают хорошее настроение. В данной программе применяются как общепедагогические методы, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности:

- метод регламентированного упражнения

- игровой метод

- соревновательный метод

- словесные и сенсорные методы

Упражнения, выполняемые в игровой и соревновательной форме – подвижные игры, игровые задания отличаются глубиной и разносторонностью воздействия на физические качества детей. Такие занятия повышают интерес к спорту и физической культуре, стимулируют процесс усвоения техники отдельных элементов физических упражнений, способствуют стремлению к преодолению трудностей для решения поставленных задач.

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора принципов, подходов, методов в воспитании и развитии детей.

Данная программа построена на основе качественного подхода к проблеме развития психики ребенка. Качественный подход постулирует, что психика ребенка обладает качественно другими характеристиками, чем психика взрослого человека, и лишь в процессе онтогенетического развития она начинает обладать характеристиками взрослой особи. Это положение развивается в трудах двух крупнейших психологов ХХ столетия - Льва Семеновича Выготского и Жана Пиаже.

Наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

• Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

• Принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.

• Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

• Принцип индивидуализации позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений.

• Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередовании я нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

• Принцип единства с семьей, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

Рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей. Поэтому, кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, каждое ДОУ составляет модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

Оценка эффективности организации двигательного режима и всех форм оздоровительно – воспитательной деятельности в детском саду, направленной на физическое образование его воспитанников, оценивается с помощью следующих критериев:

1. Все физкультурные мероприятия (двигательный режим) должны составлять 50 – 60 % периода бодрствования.

2. Разученные движения для закрепления и совершенствования переносятся в повседневные формы работы: утренняя гимнастика, подвижные игры и гимнастика пробуждения с закаливающими процедурами, физкультминутки, динамический час, занятия по интересам.

3. Физические досуги и праздники повышают интерес к физическим упражнениям. При этом используется соревновательный метод, который является средством повышения двигательной активности.

4. Самостоятельная двигательная деятельность является критерием, определяющим степени овладения двигательными умениями. Если дети легко, свободно и творчески используют движения, значит, они в полной мере освоили их в организованных формах работы.

5. С детьми, отстающими в двигательном развитии необходимо систематически проводить коррекционную, дифференцированную и индивидуальную работу.

6. С детьми, проявляющими повышенный интерес к двигательной активности показывающим высокие результаты необходимо проводить систематическую работу по развитию двигательных навыков.

7. Вся физкультурно – оздоровительная работа проводится в тесном единстве с семьей. Родителей знакомят с физкультурной работой в детском саду, информируют об уровне подготовленности ребенка (индивидуальная карта), приглашают участвовать в совместных занятиях (непосредственно образовательная деятельность по физической культуре, досуги, праздники, Дни здоровья, походы и экскурсии); рекомендуют организовать здоровый образ жизни (двигательный режим) в семье; предлагают специальную литературу и видеофильмы, изучают опыт использования физической культуры в семье.

Очень важной, составной частью гармонической личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства.

Физкультурные занятия проводятся 3 раза в неделю в соответствии с сеткой занятий ДОУ и требований СанПиНа. Используются разнообразные формы проведения физкультурных занятий: сюжетные, игровые, с использованием элементов ритмики и акробатики, с использованием тренажеров и тренировочных устройств, занятия на воздухе.

**1.1.4. Характеристики особенностей физического развития детей среднего и старшего дошкольного возраста**

Возрастной период от 2 до 3 лет – это наиболее тревожное для родителей время, так как оно характеризуется кризисом, переломным моментом в жизни каждого ребенка. Главное отличие в физическо развитии в данный период состоит в том, что он совершает основные действия самостоятельно, без поддержки и помощи, может действовать по образцу или словесному указанию взрослого.

* ребенок ходит, бегает, прыгает на двух ножках, приседает, перешагивает через препятствие, лежащее на полу, проходит по наклонной доске, ходит на цыпочках;
* бросает мяч взрослому и ребенку, может бросать в цель и попадать;
* ловит мяч двумя руками;
* подражает действиям взрослого; выполняет одновременно несколько действий, например, топает и хлопает;
* катается на трехколесном велосипеде;
* может делать первые попытки в плавании, катании на лыжах и коньках.

Подвижные игры для детей 2- 3 лет

Подвижная игра – это увлекательная эмоционально насыщенная деятельность ребенка с соблюдением определенных правил.

Трудно переоценить [пользу подвижных игр для малыша](https://www.google.com/url?q=https://infourok.ru/go.html?href%3Dhttp%253A%252F%252Fshkola7gnomov.ru%252Fparrents%252Feto_interesno%252Frazvivayuschie_zanyatiya%252Fid%252F466&sa=D&ust=1571160610461000). Во время активного движения активизируются: дыхание, кровообращение и обменные процессы в организме. Помимо этого, подвижные игры [развивают координацию движений](https://www.google.com/url?q=https://infourok.ru/go.html?href%3Dhttp%253A%252F%252Fshkola7gnomov.ru%252Fparrents%252Feto_interesno%252Ffizicheskoe_razvitie%252Fid%252F1001&sa=D&ust=1571160610461000), быстроту реакции и внимание, тренируют силу и выносливость, снимают импульсивность.

В процессе этих игр малыши учатся подчиняться общим правилам и действовать в коллективе; у них закладываются и развиваются такие качества, как честность, справедливость, дисциплинированность, развивается чувство сопереживания и появляется желание помогать друг другу. В одну и ту же игру можно играть несколько раз подряд (до 5 раз), в зависимости от настроения детей и характера двигательных заданий. Общая продолжительность подвижных игр составляет примерно 10 – 15 мин.

Физические возможности ребенка в среднем возрасте значительно возрастают: улучшается координация, движения становятся все более уверенными. Возрастные особенности детей 4–5 лет таковы, что физическую нагрузку нужно дозировать, чтобы она не была чрезмерной. Это связано с тем, что мышцы в данный период растут хоть и быстро, но неравномерно, поэтому ребенок быстро устает. В среднем ребенок подрастает за год на 5 – 7 см и набирает 1,5 – 2 кг веса. Происходят рост и развитие всех органов и систем детского организма. Дети среднего дошкольного возраста очень активны, у них отмечается постоянная потребность в движении. Это связано с некоторыми физиологическими особенностями их организма: процесс окостенения позвоночника еще продолжается, позвоночник довольно гибкий и может деформироваться при длительных статических позах; происходит развитие крупных мышечных групп, поэтому необходимы регулярные посильные нагрузки. Также в данный период совершенствуются следующие физические возможности малышей: повышается выносливость; улучшаются показатели скорости и ловкости. Ритм сердечных сокращений легко нарушается. Поэтому дети быстро устают и периодически нуждаются в отдыхе.

Возрастной период от 5 до 6 лет называют периодом «первого вытяжения», когда за один год ребенок может вырасти на 7 – 10 см. Средний рост дошкольника 5 лет составляет около 106,0 – 107,0 см, а масса тела 17 – 18 кг. Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) еще не завершено. Позвоночный столб чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. Наблюдается незавершенность строения стопы. Хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Показатели сохранения устойчивого равновесия улучшаются, дети способны дифференцировать свои мышечные усилия. В этом возрасте дошкольники способны осуществлять частичный контроль выполняемых действий. Появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений. Более совершенной становится *крупная моторика:* ребенок хорошо бегает на носках, прыгает через веревочку, попеременно на одной и другой ноге, катается на двухколесном велосипеде, на коньках. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребёнком небольших усилий на протяжении достаточно длительного времени).

В шестилетнем возрасте идет процесс активного созревания организма. Вес ребенка увеличивается в месяц на 200 граммов, рост на 0,5 см, изменяются пропорции тела. В среднем рост 7-летних детей равен 113 – 122 см, средний вес – 21 – 25 кг. Хорошо развита двигательная сфера. Продолжаются процессы окостенения, но изгибы позвоночника еще неустойчивы. Идет развитие крупной и особенно мелкой мускулатуры. Интенсивно развивается координация мышц кисти. Общее физическое развитие тесно связано с развитием тонкой моторики ребенка. Тренировка пальцев рук является средством повышения интеллекта ребенка, развития речи и подготовки к письму.

К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные *движения*, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений).

Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера.

* 1. **Планируемые результаты освоения воспитанниками Программы**

Реализация программы предполагает достижения детьми следующих результатов:

- дети знают основы здорового образа жизни;

- испытывают потребность в ежедневных занятиях физкультурой;

- активно участвуют в разных видах занятий по физкультуре, уверенно владеют «азбукой движений»;

- с удовольствием выполняют различные физические упражнения, играют в подвижные игры на открытом воздухе;

- подчиняют свои желания общим требованиям и правилам при выполнении различных физических упражнений и игр;

- сознательно относятся к регулированию своей двигательной активности и умеют управлять ею;

- проявляют заинтересованность в выполнении игровых упражнений «Речь с движением» и игр на развитие мелкой моторики.

**Итоги освоения программы**

Средняя группа

- Ребенок гармонично физически развивается, в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.

- Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве.

- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.

- Осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников: оценивает их движения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх.

- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.

- Способен внимательно воспринять показ педагога и далее самостоятельно успешно выполнить физическое упражнение.

- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и воспитателем, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила.

- Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

Старшая группа

- Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).

- В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.

- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.

- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.

- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.

 - В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удоволь­ствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.

Подготовительная к школе группа

- Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат.

- Результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.

- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповто­римости (индивидуальности) в своих движениях.

Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершен­ствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

Старший возраст (5-6 лет):

- знает о спортивных играх: хоккее, баскетболе, футболе, бадминтоне - об их истории;

- умеет играть в русскую народную игру «Городки», строить фигуры, знает историю её возникновение;

- умеет подбирать клюшку и держать её правильно, вести шайбу разными способами, не отрывая от клюшки, вокруг предмета и между ними;

- умеет бросать шайбу в ворота с места (расстояние 2-3 метра), забивать шайбу в ворота после ведения, умеет безопасно играть вдвоём, втроём;

- владеет техникой игры в баскетбол: стойка, ведение мяча на месте, в движении; бросок, ловля мяча;

- владеет простейшими технико-тактическими действиями с мячом: ведение ногами, передача мяча, обводка; владеет индивидуальной тактикой;

- умеет играть с воланом и с ракеткой; умеет отражать волан, брошенный воспитателем; умеет играть вдвоём с воспитателем;

- знаком с инвентарём для игры в настольный теннис, со свойствами целлулоидного мяча, умеет держать ракетку и действовать ей, выполнять простейшие упражнения с ракеткой и мячом.

Старший возраст (6-7 лет):

- знает правила игры: в хоккей, в баскетбол, в футбол, в городки, в бадминтон;

- умеет играть командами по правилам;

- умеет вести шайбу клюшкой толчками, бросать шайбу после ведения;

- умеет вести, передавать и бросать баскетбольный мяч;

- умеет действовать с мячом в футболе, умеет взаимодействовать с другими игроками;

- умеет играть с воланом и ракеткой через сетку, свободно передвигаясь по площадке, используя разнообразные удары ракеткой в зависимости от игровой ситуации;

- имеет представление о настольном теннисе, как о спортивной игре, знает её правила.

**1.3. Мониторинг развития двигательных умений и навыков**

*Средняя группа*

Уровни усвоения программы.

1 - Ниже среднего. Ребенок допускает существенные ошибки в технике выполнения движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа воспитателя. Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует. Ошибок в действии других не замечает.

2 - Средний. Ребенок владеет главными элементами техники большинства движений, способен самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа. Иногда замечает ошибки при выполнении упражнений и нарушении правил в играх. Положительно относится ко всем предлагаемым новым играм и упражнениям.

3 - Высокий. Ребенок проявляет стойкий интерес к физическим упражнениям. Осуществляет элементы контроля за действиями сверстников, замечает нарушения правил в играх. Наблюдается перенос освоенных упражнений в самостоятельную деятельность.

Диагностический инструментарий.

1. Ходьба

2. Бег

3. Лазание по гимнастической стенке

4. Ползанье разными способами

5. Прыжок в длину с места.

6. Подбрасывание и ловля мяча (тест на ловкость и координацию) Качественные показатели.

7. Метание предметов вдаль.

8.Отбивание мяча от пола

9. Равновесие.

10. Прыжки через скакалку

11. Строевые упражнения (построение в колонну, в круг, в шеренгу) Качественные показатели.

*Старшая группа*

Уровни усвоения программы

*1 - Ниже среднего.* Ребенок допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке. Допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности. Снижен интерес к физическим упражнениям.

*2 - Средний.* Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляет при этом должные усилия, активность и интерес. Он способен оценить движения других детей, упорен в достижении своей цели и положительного результата. Самоконтроль и самооценка непостоянны (эпизодически появляются).

Ребенок способен организовать подвижные игры и упражнения с небольшой подгруппой сверстников или малышей. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения, комбинации. Интерес к физическим упражнениям устойчивый.

*3 - Высокий.* Ребенок результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. Самоконтроль и самооценка постоянны. Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях. Интерес к физическим упражнениям устойчивый.

*Диагностический инструментарий.*

1. Ходьба

2. Бег

З. Лазанье по гимнастической стенке

4. Прыжок в длину с места.

5. Прыжок в длину с разбега

6. Прыжок в высоту с разбега

7. Прыжки через скакалку

5. Метание предметов вдаль.

9. Метание предметов в горизонтальную и вертикальную цель.

10. Отбивание мяча от пола.

11. Отбивание мяча от пола в движении.

12. Равновесие

13. Строевые упражнения (построение в колонну, в круг, в шеренгу; перестроение в колонну по двое, по трое; повороты направо, налево, кругом)

*Подготовительная группа*

1. Ходьба

2. Бег

3. Лазание по гимнастической стенке

4. Прыжок в длину с места.

5. Прыжок в длину с разбега

6. Прыжок в высоту с разбега

7. Прыжки через короткую и длинную скакалку

8. Бросок набивного мяча (вес 1 кг)

9. Метание предметов вдаль.

10. Метание предметов в горизонтальную и вертикальную цель

11. Строевые упражнения (построение в колонну, в круг, в шеренгу; перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу; повороты направо, налево, кругом; смыкание и размыкание)

12. Игры с элементами спортивных игр.

**II. Содержательный раздел**

**1.Обязательная часть**

**Содержание образовательной области «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 ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

*Содержание образовательной деятельности, направленное на решение задач физического развития*

Физическая культура.

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.

**2.1. Содержание образовательной деятельности инструктора по физической культуре**

Главная цель деятельности инструктора по физкультуре – достижение хорошего здоровья и высокого уровня физического и двигательного развития детей.

Для успешного решения этой цели требуется комплексное использование всех средств физического воспитания. Вся работа строится по следующим направлениям.

1. Первым направлением работы является организация совместной деятельности родителей и детей. К этому направлению относятся физкультурные досуги, туристические походы, спортивные праздники с активным привлечением родителей.
2. Вторым направлением работы, является интеграция всех образовательных областей («социально-коммуникативное развитие», «речевое развитие», «художественно-эстетическое развитие») на занятиях по физической культуре.
3. Третье направление работы включает в себя создание интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой. Это достигается путём решения следующих задач: развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
4. Физкультурно-оздоровительная работа. Использование современных здоровьесберегающих технологий на занятиях и прогулках; закаливание, проведение утренней гимнастики, гимнастики после сна, коррекционной гимнастики. Закаливание детей дошкольного возраста в ДОУ состоит из системы мероприятий, включающих элементы закаливания в повседневной жизни, которые включены в режимные моменты и специальные мероприятия: воздушные ванны, солнечные ванны, водные процедуры, правильно организованную прогулку.
5. Психологическая безопасность. Обеспечивается путём создания оптимального двигательного режима, доброжелательного стиля общения инструктора по физической культуре с детьми, использование приёмов релаксации и др.
6. Создание предметно-развивающей среды, которая должна быть вариативной, безопасной и полифункциональной (оборудование спортивного зала, инвентарь, раздаточный материал).

**2.3. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы**

**2.2.1. Организация двигательного режима**

Модель режима двигательной активности детей ДОУ № 32

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Формы работы | Содержание | Особенности организации |
| Мл. гр. | Ср.гр. | Ст. гр. | Подг.гр. |
| Утренний прием | Игровые упражнения низкой и средней подвижности | 10-15мин | 15 мин | 20 мин | 25мин |
| Утренняя гимнастика | Утренняя гимнастика традиционного характера, ритмическая гимнастика, утренняя гимнастика, построенная на подвижных играх | 4-5 мин | 5-6 мин | 8-10 мин | 10- 12 мин. |
| Занятия по физкультуре | 3 раза в неделю (1 – на воздухе). Использование традиционной формы, сюжетно- игровой формы; занятия, построенные на играх-эстафетах, занятия с использованием элементов ритмики и акробатики. | 10 мин. | 15-20 мин. | 20-25 мин. | 25-30 мин. |
| Физминутки | В зависимости от содержания занятия | 3 мин | 4-5 мин. | 5-6 мин. | 6 мин. |
| Подвижные игры и упражнения на прогулках | Игры средней и высокой подвижности, спортивные игры, народные игры, игры «Речь и движение» | 10-15 мин | 15- 20 мин. | 20 -25 мин. | 25-30 мин. |
| Гимнастика пробуждения | Разминка в постели – корригирующие упражнения и самомассаж. Упражнения для формирования нормального свода стопы, правильной осанки | 4-5 мин. | 5-7 мин. | 7-10 мин. | 10 мин |
| Подвижные игры и упражнения в группе | Игры малой и средней подвижности; творческие игры; игры «Речь и движение», пальчиковые игры. | Не менее 2 игр по 5-7 мин | Не менее 2 игр по 7-8 мин | Не менее 2 игр по 8-10 мин | Не менее 2 игр по 10-12 мин |
| Физические упражнения | игры с элементами логоритмики, артикуляционная гимнастика, пальчиковая гимнастика | 5мин | 10 мин | 12 мин | 15 мин |
| Релаксация | Игровые упражнения на мышечное расслабление | 1-2 мин после всех обучающих занятий | 2мин | 2мин | 2-3мин |
| Самостоятельная двигательная деятельность в течение дня | Характер, содержание и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей | Ежедневно, в зависимости от характера предыдущих занятий | Ежедневно | Ежедневно | Ежедневно |
| Организованная двигательная активность в помещении в дни неблагоприятных погодных условий | Игры высокой и средней подвижности, народные игры, игры «Речь и движение», игровые упражнения с элементами спортивных игр | 15-20 мин | 20 мин | 25 мин | 25-30мин |
| Индивидуальная работа по физкультуре | Совершенствование двигательных умений и навыков | 5-10мин | 10 мин | 15 мин | 15 мин |
| Задания на дом по физкультуре | Утренняя гимнастика в выходные дни, совершенствование основных видов движений, игры и упражнения на развитие общей моторики. | Ежедневно. Задания определяются инструктором по ФК |  |  |  |
| Музыкально- ритмические движения | Танцевальные движения, ритмика, пальчиковые игры | 15 мин | 15- 20 мин | 20-25 мин | 25мин |
| Активный отдых:- досуги;-дни здоровья;-спортивные праздники | Спортивные игры и упражнения, использование музыкальных игр, ритмической гимнастики; игры- эстафеты, игры и упражнения по желанию детей | Досуги- 1раз в месяцДни здоровья – 1раз в кварталФизкультурные праздники- 2-3 раза в год |  |  |  |

**2.2.2. Формы работы образовательной области «Физическое развитие»**

В ДОУ используются следующие основные организационные формы двигательной деятельности детей:

- учебная работа – физкультурные занятия;

- физкультурно–оздоровительная работа в режиме дня – утренняя гимнастика, подвижные игры и физкультурные упражнения на прогулках (утренней и вечерней), физкультурная минутка;

- активный отдых – физкультурный досуг, физкультурные праздники, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм), дни здоровья;

- самостоятельная двигательная деятельность детей;

- работа с семьей

**2.2.3. Структура и организация образовательной деятельности**

С детьми младшего и среднего дошкольного возраста (3 - 5 года) занятия по физической культуре проводятся 3 раза в неделю (по 10 - 20 мин).

Занятия по физической культуре в старшей группе детского сада (5 - 7 лет) проводятся 3 раза в неделю продолжительностью 25 - 30 минут.

2 младшая группа - 3 раза в неделю (зал) - 15 мин.

средняя группа – 3 раза в неделю (зал) - 20 мин.

старшая группа - 2 раза в неделю (зал) и 1 раз в неделю (воздух) - 25 мин.

подготовительная группа - 2 раза в неделю (зал) и 1 раз в неделю (воздух) - 30 мин.

Физические занятия с детьми в дошкольных учреждениях имеют свою структуру, делятся по содержанию и методам проведения.

**Структура физкультурных занятий** общепринятая и содержит три части:

вводная (18 % общего времени занятия);

основная (67 % общего времени занятия);

заключительная (15 % общего времени занятия).

Такое распределение материала соответствует возможностям детей и обеспечивает нарастание физической нагрузки в течение занятия и с последующим снижением ее к концу.

**2.2.4. Формы организации непосредственно - образовательной деятельности**

Занятия тренировочного типа, которые направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей.

Игровые занятия (на играх и эстафетах)

Занятия с элементами ритмики и акробатики

Сюжетные занятия

Занятия с использованием тренажеров и тренировочных устройств

Занятия на воздухе

Контрольно-проверочные занятия, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений.

*Использование различных способов организации.*

*Фронтальный способ.* Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

*Поточный способ.* Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

*Групповой способ.* Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

*Индивидуальный способ*. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

**2.2.5. Принципы организации занятий**

*Принцип научности* предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

*Принцип развивающего обучения* от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.

*Принцип интеграции:* процесс оздоровления детей в МДОУ осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.

*Принцип систематичности и последовательности* предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

*Принцип связи теории с практикой* формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

*Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания* предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечет пути совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

*Принцип доступности* позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

*Принцип результативности* предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

**2.2.6. Методы и приемы обучения:**

*Наглядные:*

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физоборудования, зрительные ориентиры);

- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора).

*Словесные:*

- объяснения, пояснения, указания;

- подача команд, распоряжений, сигналов;

- вопросы к детям и поиск ответов;

- образный сюжетный рассказ, беседа;

- словесная инструкция.

*Практические:*

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;

- выполнение упражнений в игровой форме;

- выполнение упражнений в соревновательной форме;

- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

**2.2.7 Перспективно-тематическое планирование образовательной деятельности по физическому развитию.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Виды занятий** | **Распределение по возрастам** |
| **2 мл группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная группа** |
| **неделя** | **год** | **неделя** | **год** | **неделя** | **год** | **неделя** | **год** |
| 1. | Учебно – тренировочные (традиционная форма) | 0,25 | 8 | 0,25 | 8 | 0,3 | 12 | 0,3 | 12 |
| 2. | Игровые занятия (на играх и эстафетах) | 0,25 | 8 | 0,25 | 8 | 0,4 | 14 | 0,4 | 14 |
| 3. | Занятия с элементами ритмики и акробатики | 0,3 | 14 | 0,3 | 14 | 0,3 | 12 | 0,25 | 8 |
| 4. | Сюжетные занятия | 1,2 | 38 | 1,2 | 38 | 0,7 | 24 | 0,7 | 24 |
| 5. | Занятия с использованием тренажеров и тренировочных устройств | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,3 | 6 | 0,3 | 10 |
| 6. | Занятия на воздухе | 1 | 34 | 1 | 34 | 1 | 34 | 1 | 34 |
| 7. | Всего | 3 | 102 | 3 | 102 | 3 | 102 | 3 | 102 |

**Вторая младшая группа**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема недели** | **Задачи** | **Источник** | **Планируемая дата проведения** | **Фактическая дата проведения** |
| **Сентябрь** |
| 1. | До свидания лето, здравствуй, детский сад!Диагностика двигательных умений и навыков | Выявить особенности выполнения детьми общеразвивающих упражнений | конспект |  |  |
| 2. | Правила безопасности на дороге. Диагностика двигательных умений и навыков | Выявить особенности выполнения детьми общеразвивающих упражнений | конспект |  |  |
| 3. | Такие разные игрушки. Откуда берутся игрушки? | Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в ползании на четвереньках. Воспитывать умение действовать по сигналу. | конспект |  |  |
| 4. | Фрукты. | Учить детей ползать на средних четвереньках соблюдая направление (по прямой); упражнять в прокатывании мяча двумя руками. Воспитывать умение бегать врассыпную, не наталкиваясь друг на друга. | конспект |  |  |
| **Октябрь** |
| 1. | Овощи. Хлеб. | Учить детей мягко приземляться в прыжках на двух ногах стоя на месте; упражнять в прокатывании мяча; развивать умение ходить в колонне по 1 друг за другом. Воспитывать интерес к занятиям физкультурой. | конспект |  |  |
| 2. | Лес – наше богатство. Деревья. | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры; упражнять в прыжках на двух ногах. | конспект |  |  |
| 3. | Ягоды, грибы. | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры; обучать мягкому приземлению при прыжках на двух ногах с продвижением вперед.Воспитывать интерес к занятиям физкультурой. | конспект |  |  |
| 4. | Золотая осень. Труд людей осенью. | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры с заданием для рук; упражнять в ползании на средних четвереньках; воспитывать умение действовать по сигналу. | конспект |  |  |
| **Ноябрь** |
| 1. | Одежда. | Упражнять в ползании на средних четвереньках с заданием; учить мягко приземляться в прыжках на двух ногах воспитывать умение соблюдать правила игры. | конспект |  |  |
| 2. | Обувь и головные уборы. | Развивать равновесие при ходьбе по наклонной доске, упражнять в ползании на четвереньках с заданием. | конспект |  |  |
| 3. | Посуда. | Развивать равновесие при ходьбе по наклонной доске с переходом на лестницу, обучать детей прокатыванию мяча друг другу. Воспитывать умение действовать по сигналу. | конспект |  |  |
| 4. | Продукты питания. | Развивать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. | конспект |  |  |
| 5. | Мой дом. Мебель. | Упражнять в ползании на средних четвереньках с заданием; учить мягко приземляться в прыжках на двух ногах воспитывать умение соблюдать правила игры. | конспект |  |  |
| **Декабрь** |
| 1. | Моя семья. | Развивать ловкость и глазомер при прокатывании мяча, обучать прыжкам вверх с места. Воспитывать умение строиться в круг по сигналу. | конспект |  |  |
| 2. | Зимушка - Зима. | Обучать подлезанию под дугу способом прямо, упражнять в прыжках вверх с места.Воспитать интерес к занятиям физкультурой. | конспект |  |  |
| 3. | Зимующие птицы. | Обучать подлезать под дугу боком, упражнять в прыжках вверх с места.Воспитать интерес к занятиям физкультурой. | конспект |  |  |
| 4. | Скоро праздник, Новый год! | Обучать подлезанию под шнур, упражнять в прыжках вверх с места.Воспитать интерес к занятиям физкультурой. | конспект |  |  |
| **Январь** |
| 2. | Рождество. Зимние забавы. Народные традиции. | Обучать детей бросать мяч о пол и ловить двумя руками; обучать прыжкам с продвижением вперед. | конспект |  |  |
| 3. | Путешествие в страну профессий. | Учить спрыгивать с высоты, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Учить детей проползать между предметами. | конспект |  |  |
| 4. | Инструменты. Что было до… (в мире техники). | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры; учить детей проползать между предметами. | конспект |  |  |
| **Февраль** |
| 1. | Дикие животные. Животные зимой. | Обучать детей переползать через скамейку боком. | конспект |  |  |
| 2. | Домашние животные. Животные зимой. | Обучать детей спрыгивать со скамейки. | конспект |  |  |
| 3. | Домашние птицы. | Развивать глазомер при метании в горизонтальную цель двумя руками. | конспект |  |  |
| 4. | День защитников Отечества! | Учить детей прыжкам со сменой положения ног. | конспект |  |  |
| **Март** |
| 1. | Весна идёт! Весне дорогу! Природа весной. | Обучение детей ползанию на средних четвереньках с заданием. | конспект |  |  |
| 2. | Мамины любимые глаза…Международный женский день. | Обучать прыжкам с продвижением вперед (через предметы). Упражнять в ползании на высоких четвереньках. | конспект |  |  |
| 3. | Встречаем пернатых друзей. Перелетные птицы. | Развивать ловкость при бросании мяча вдаль разными способами. Обучать ползанию по скамейке на четвереньках. | конспект |  |  |
| 4. | Путешествие вокруг света (едем, плывём, летим…). Виды транспорта. | Развивать ловкость при бросании мяча вдаль разными способами. Обучать ползанию по скамейке на четвереньках | конспект |  |  |
| 5. | Животные и птицы разных стран (жарких стран и Севера). | Обучать прыжкам в длину с места; развивать ловкость при ловле мяча. | конспект |  |  |
| **Апрель** |
| 1. | Я расту здоровым. Мое тело. Валеология. | Развивать равновесие при ходьбе по скамейке. Обучать метанию на дальность на расстояние. | конспект |  |  |
| 2. | Космос и далёкие звёзды. | Обучать детей лазанию по гимнастической стенке произвольным способом. | конспект |  |  |
| 3. | Экология Земли. Цветы. Я познаю мир (опыты и эксперименты). | Обучать детей прыжкам в длину с места через 2 линии. | конспект |  |  |
| 4. | Моя страна. Мой город. | Развивать ловкость в бросании мяча вверх и ловля его двумя руками. | конспект |  |  |
| **Май** |
| 1. | Великая Победа! | Обучать бросанию мяча вниз об пол и ловля его двумя руками. | конспект |  |  |
| 2. | Безопасность дома. Предметы, которые нас окружают. Огонь –друг, огонь – враг! | Обучать детей в прямом галопе. Упражнять в подлезании под препятствие. | конспект |  |  |
| 3. | Насекомые и пауки. | Упражнять детей в ползании по скамейке на животе, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. | конспект |  |  |
| 4. | Водоемы и их обитатели (озеро, река, болото). Рыбы.  | Упражнять детей в ползании по скамейке на четвереньках. | конспект |  |  |

**Средняя группа**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема недели** | **Задачи** | **Источник** | **Планируемая дата проведения** | **Фактическая дата проведения** |
| **Сентябрь** |
| 1. | До свидания лето, здравствуй, детский сад!Диагностика двигательных умений и навыков | Выявить особенности выполнения детьми общеразвивающих упражнений | конспект |  |  |
| 2. | Правила безопасности на дороге. Диагностика двигательных умений и навыков | Выявить особенности выполнения детьми общеразвивающих упражнений | конспект |  |  |
| 3. | Такие разные игрушки. Откуда берутся игрушки? | Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в ползании на четвереньках. Воспитывать умение действовать по сигналу. | конспект |  |  |
| 4. | Фрукты. | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры, ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Упражнять в различных видах ходьбы и бега. Воспитывать умение действовать по сигналу. | конспект |  |  |
| **Октябрь** |
| 1. | Овощи. Хлеб. | Упражнять в равновесии, развивать ловкость и глазомер, воспитывать умение ходить по кругу с ускорением и замедлением темпа. | конспект |  |  |
| 2. | Лес – наше богатство. Деревья. | Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, обучать мягкому приземлению при прыжках с продвижением вперед. Воспитывать ловкость, быстроту, умение соблюдать правила игры. | конспект |  |  |
| 3. | Ягоды, грибы. | Развивать ловкость при ползании на средних четвереньках до ориентира, упражнять в прыжках со сменой положения ног. Воспитывать умение действовать согласно правил игры. | конспект |  |  |
| 4. | Золотая осень. Труд людей осенью. | Развивать ловкость при выполнении ОРУ с мячом, упражнять в прыжках и ползанием. Воспитывать дружеские взаимоотношения. | конспект |  |  |
| **Ноябрь** |
| 1. | Одежда. | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры; ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Воспитывать умение подчиняться правилам игры, развивать речевую и двигательную активность. | конспект |  |  |
| 2. | Обувь и головные уборы. | Упражнять в равновесии, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, добиваться уверенного и активного выполнения основных элементов техники движений. Воспитывать дружеские взаимоотношения. | конспект |  |  |
| 3. | Посуда. | Обучать мягкому приземлению при прыжках в глубину, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Учит детей воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений. | конспект |  |  |
| 4. | Продукты питания. | Развивать ловкость при подлезании под шнур, упражнять в прыжках, в равновесии при ходьбе с перешагиванием через предметы. Развивать внимание и слух. | конспект |  |  |
| 5. | Мой дом. Мебель. | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры, обучать технике метания предметов вдаль, развивать ловкость и глазомер. Упражнять в беге врассыпную. | конспект |  |  |
| **Декабрь** |
| 1. | Моя семья. | Развиватьравновесие, развивать силу отталкивания в прыжках через предметы, упражнять в подлезании правым и левым боком. Развивать ловкость, быстроту. | конспект |  |  |
| 2. | Зимушка - Зима. | Развивать равновесие, ловкость и глазомер при отбивании мяча о пол стоя на месте; упражнять в подлезании. Воспитывать умение двигаться ритмично под музыку. | конспект |  |  |
| 3. | Зимующие птицы. | Развивать равновесии при ходьбе по наклонной доске, обучать мягкому приземлению в прыжках в длину с места, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. | конспект |  |  |
| 4. | Скоро праздник, Новый год! | Развивать ловкость и равновесие в ползании на четвереньках по гимнастической скамейке; упражнять в прыжках и отбивании мяча. | конспект |  |  |
| **Январь** |
| 2. | Рождество. Зимние забавы. Народные традиции. | Упражнять в равновесии и метании, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, воспитывать дружеские взаимоотношения. | конспект |  |  |
| 3. | Путешествие в страну профессий. | Обучать мягкому приземлению при прыжках вверх с места, упражнять в метании и равновесии. | конспект |  |  |
| 4. | Инструменты. Что было до… (в мире техники). | Обучать перелезанию через гимнастическую скамейку боком, упражнять в прыжках вверх с места; развивать ловкость и глазомер при метании.  | конспект |  |  |
| **Февраль** |
| 1. | Дикие животные. Животные зимой. | Упражнять в равновесии, лазании, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом.  | конспект |  |  |
| 2. | Домашние животные. Животные зимой. | Развивать равновесие, обучать мягкому приземлению в прыжках на месте с заданием, ловкость и глазомер в упражнениях с мячом.  | конспект |  |  |
| 3. | Домашние птицы. | Обучать ползанию по скамейке на животе, развивать ловкость в прыжках на двух ногах с заданием, ловкость и глазомер при метании мяча. | конспект |  |  |
| 4. | День защитников Отечества! | Развивать ловкость, координацию движений при выполнении заданий на тренажерах, закрепить ползание по скамейке на средних и низких четвереньках. | конспект |  |  |
| **Март** |
| 1. | Весна идёт! Весне дорогу! Природа весной. | Упражнять в равновесии и ползании, развивать глазомер при перебрасывании мяча снизу; воспитывать дружеские взаимоотношения. | конспект |  |  |
| 2. | Мамины любимые глаза…Международный женский день. | Упражнять в равновесии и метании, обучать мягкому приземлению в прыжках в длину с места. | конспект |  |  |
| 3. | Встречаем пернатых друзей. Перелетные птицы. | Обучить детей лазанию по гимнастической стенке чередующимся шагом. Упражнять в прыжках, метании, развивать быстроту ловкость. | конспект |  |  |
| 4. | Путешествие вокруг света (едем, плывём, летим…). Виды транспорта. | Развивать равновесие при ходьбе по скамейке с заданием, упражнять в лазании, учить мягко приземляться в прыжках со скамейки. | конспект |  |  |
| 5. | Животные и птицы разных стран (жарких стран и Севера). | Развивать равновесии при ходьбе по наклонной доске, упражнять в прыжках и лазании. | конспект |  |  |
| **Апрель** |
| 1. | Я расту здоровым. Мое тело. Валеология. | Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в равновесии и лазании; учить переключаться с одного вида деятельности на другой. | конспект |  |  |
| 2. | Космос и далёкие звёзды. | Учить мягко приземляться при прыжках через предметы, упражнять в равновесии и метании; развивать ловкость и быстроту. | конспект |  |  |
| 3. | Экология Земли. Цветы. Я познаю мир (опыты и эксперименты). | Развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом, упражнять в равновесии и лазании; учить своевременно переключаться с одного вида деятельности на другой. | конспект |  |  |
| 4. | Моя страна. Мой город. | Учить мягко приземляться при прыжках через предметы, упражнять в равновесии и метании и быстроту. | конспект |  |  |
| **Май** |
| 1. | Великая Победа! | Развивать ловкость при подлезании под шнур прямо и боком, ловкость и глазомер при метании малого мяча вдаль, упражнять в прыжках. | конспект |  |  |
| 2. | Безопасность дома. Предметы, которые нас окружают. Огонь –друг, огонь – враг! | Развивать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке с предметами. Упражнять в подлезании и прыжках. | конспект |  |  |
| 3. | Насекомые и пауки. | Обучать прыжкам со скакалкой; упражнять в равновесии и метании, воспитывать дружеские взаимоотношения | конспект |  |  |
| 4. | Водоемы и их обитатели (озеро, река, болото). Рыбы.  | Развивать равновесие, ловкость и глазомер при метании в цель, продолжать обучение прыжкам со скакалкой. | конспект |  |  |

**Старшая группа**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема недели** | **Задачи** | **Источник** | **Планируемая дата проведения** | **Фактическая дата проведения** |
| **Сентябрь** |
| 1. | До свидания лето, здравствуй, детский сад!Диагностика двигательных умений и навыков. | Выявить особенности выполнения детьми общеразвивающих упражнений | конспект |  |  |
| 2. | Правила безопасности на дороге. Диагностика двигательных умений и навыков. | Выявить особенности выполнения детьми общеразвивающих упражнений | конспект |  |  |
| 3. | Такие разные игрушки. Откуда берутся игрушки? | Упражнять в равновесии, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. | конспект |  |  |
| 4. | Фрукты. | Развивать координацию движений, учить мягко приземляться в прыжках с продвижением вперед. | конспект |  |  |
| **Октябрь** |
| 1. | Овощи. Хлеб. | Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в равновесии и ползании. | конспект |  |  |
| 2. | Лес – наше богатство. Деревья. | Развивать координацию движений, упражнять в прыжках и равновесии. | конспект |  |  |
| 3. | Ягоды, грибы. | Учить мягко приземляться в прыжках на двух ногах, упражнять в прокатывании и пролезании. | конспект |  |  |
| 4. | Золотая осень. Труд людей осенью. | Развивать координацию движений, упражнять в подбрасывании и ловле мяча, прыжках с продвижением вперед. | конспект |  |  |
| **Ноябрь** |
| 1. | Одежда | развивать равновесие, упражнять в прыжках и метании. | конспект |  |  |
| 2. | Обувь и головные уборы (с использованием тренажеров) | развивать функцию равновесия, упражнять в перебрасывании мяча и подлезании под препятствие. | конспект |  |  |
| 3. | Посуда | Развивать равновесие, упражнять в прыжках и подлезании. | конспект |  |  |
| 4. | Продукты питания (занятие на п-и эстафетах) | Развивать равновесие и координацию движений, упражнять в беге врассыпную. | конспект |  |  |
| 5. | Мой дом. Мебель. | Развивать равновесие при ходьбе по скамейке с перешагиванием предметов. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. | конспект |  |  |
| **Декабрь** |
| 1. | Моя семья. | Упражнять в равновесии, развивать ловкость точность при выполнении упражнений с мячом.  | конспект |  |  |
| 2. | Зимушка-Зима (сезонные изменения) | Учить сохранять устойчивое равновесие, развивать внимание, силу рук, ловкость, координацию движений рук и ног. | конспект |  |  |
| 3. | Зимующие птицы | Совершенствовать лазание по гимнастической стенке, развивать координацию движения. | конспект |  |  |
| 4. | Скоро праздник, Новый год! (на играх) | Упражнять в равновесии, совершенствование прыжков через пуфики боком. | конспект |  |  |
| **Январь** |
| 2. | Рождество. Зимние забавы. Народные традиции. | Развивать мышцы ног, спины и пресса, развивать координацию движений и глазомер. | конспект |  |  |
| 3. | Путешествие в страну профессий. | Развитие координации и равновесия, упражнять детей в метании мячей в горизонтальную цель, развивать ловкость и глазомер. | конспект |  |  |
| 4. | Инструменты. Что было до… (в мире техники). | Содействовать развитию: координации движений, ловкости, глазомера. | конспект |  |  |
| **Февраль** |
| 1. | Дикие животные. Животные зимой. | Закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места | конспект |  |  |
| 2. | Домашние животные. Животные зимой. | Упражнять в равновесии, развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу. | конспект |  |  |
| 3. | Домашние птицы. | Развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу, формировать умение сохранять устойчивое положение тела. | конспект |  |  |
| 4. | День защитников Отечества! | Закрепить умение прыжка в длину с места, совершенствовать технику лазанья по гимнастической стенке. | конспект |  |  |
| **Март** |
| 1. | Весна идёт! Весне дорогу! Природа весной. | Воспитывать умение двигаться легко, ритмично под музыку, упражнять в равновесии и прыжках, развивать ловкость и глазомер при метании мяча. | конспект |  |  |
| 2. | Мамины любимые глаза…Международный женский день. | Обучать технике подлезания под дугу правым и левым боком, упражнять в равновесии метании. | конспект |  |  |
| 3. | Встречаем пернатых друзей. Перелетные птицы. | Обучать мягкому приземлению при прыжках вверх с места, упражнять в метании и подлезании. | конспект |  |  |
| 4. | Путешествие вокруг света (едем, плывём, летим…). Виды транспорта. | Развивать умение соблюдать правила в играх-эстафетах, упражнять в равновесии, прыжках, метании, воспитывать дружеское взаимоотношение. | конспект |  |  |
| 5. | Животные и птицы разных стран (жарких стран и Севера). | Упражнять в умении перепрыгивать через 2 линии, совершенствовать умение пролезать в тоннель. | конспект |  |  |
| **Апрель** |
| 1. | Я расту здоровым. Мое тело. Валеология. | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры, упражнять в прыжках и подлезании, воспитывать дружеские взаимоотношения. | конспект |  |  |
| 2. | Космос и далёкие звёзды. | Развивать ловкость при перебрасывании мяча друг другу из разных исходных положений, упражнять в равновесии и прыжках | конспект |  |  |
| 3. | Экология Земли. Цветы. Я познаю мир (опыты и эксперименты). | Обучать детей умению выполнять задания на простейших тренажерах, упражнять в метании и лазании. | конспект |  |  |
| 4. | Моя страна. Мой город. | Обучать умению соблюдать правила в играх-эстафетах, упражнять в прыжках, лазании и беге в рассыпную. | конспект |  |  |
| **Май** |
| 1. | Великая Победа! | Обучать детей прыжкам в высоту с разбега, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в лазании по гимнастической стенке. | конспект |  |  |
| 2. | Безопасность дома. Предметы, которые нас окружают. Огонь –друг, огонь – враг! | Развивать равновесие, учить мягко приземляться в прыжках, упражнять в лазании по стенке с переходом на соседний пролёт. | конспект |  |  |
| 3. | Насекомые и пауки. | Развивать равновесие упражнять в прыжках, метании мяча в даль; воспитывать интерес к физкультуре и спорту.  | конспект |  |  |
| 4. | Водоемы и их обитатели (озеро, река, болото). Рыбы.  | Обучать детей соблюдению правил в играх-эстафетах, упражнять в равновесии, прыжках, метании. | конспект |  |  |

**Подготовительная группа**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема недели** | **Задачи** | **Источник** | **Планируемая дата проведения** | **Фактическая дата проведения** |
| **Сентябрь** |
| 1. | До свидания лето, здравствуй, детский сад!Диагностика двигательных умений и навыков | Выявить особенности выполнения детьми общеразвивающих упражнений | конспект |  |  |
| 2. | Правила безопасности на дороге. Диагностика двигательных умений и навыков | Выявить особенности выполнения детьми общеразвивающих упражнений | конспект |  |  |
| 3. | Такие разные игрушки. Откуда берутся игрушки? | Учить мягко приземляться в прыжках через предметы, упражнять в подлезании и равновесии. | конспект |  |  |
| 4. | Фрукты. | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры, упражнять в подлезании в обруч правым и левым боком и прыжках через скакалку. | конспект |  |  |
| **Октябрь** |
| 1. | Овощи. Хлеб. | Развивать координацию движений при выполнении упражнений с элементами акробатики, упражнять в подбрасывании и ловле мяча, подлезании под предметы. | конспект |  |  |
| 2. | Лес – наше богатство. Деревья. | Учить мягко приземляться в прыжках на двух ногах с продвижением вперед, развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в подлезании под препятствие.  | конспект |  |  |
| 3. | Ягоды, грибы. | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры, упражнять в прыжках и подбрасывании мяча.  | конспект |  |  |
| 4. | Золотая осень. Труд людей осенью. | Упражнять в прыжках и метании, развивать быстроту и ловкость.  | конспект |  |  |
| **Ноябрь** |
| 1. | Одежда. | Развивать ловкость и координацию движений, упражнять в ползании на высоких четвереньках.  | конспект |  |  |
| 2. | Обувь и головные уборы. | Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в равновесии и ползании.  | конспект |  |  |
| 3. | Посуда. | Развивать равновесие при ходьбе по скамейке с заданием, закрепить перебрасывание мяча из разных исходных положений, упражнять в ползании.  | конспект |  |  |
| 4. | Продукты питания. | Упражнять детей в равновесии, ползании и прыжках. Развивать быстроту, ловкость.  | конспект |  |  |
| 5. | Мой дом. Мебель. | Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в равновесии и перелезании через предметы. | конспект |  |  |
| **Декабрь** |
| 1. | Моя семья. | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры, ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в лазании по гимнастической стенке. | конспект |  |  |
| 2. | Зимушка - Зима. | Учить мягко приземляться в прыжках вверх из глубокого приседа, упражнять в отбивании мяча и лазании по стенке.  | конспект |  |  |
| 3. | Зимующие птицы. | Развивать координацию движений, упражнять в отбивании мяча и прыжках.  | конспект |  |  |
| 4. | Скоро праздник, Новый год! | Упражнять в прыжках, развивать ловкость, быстроту, умение действовать по сигналу.  | конспект |  |  |
| **Январь** |
| 2. | Рождество. Зимние забавы. Народные традиции. | Упражнять детей в прыжках, равновесии и лазании. Учить играть, соблюдая правила игры  | конспект |  |  |
| 3. | Путешествие в страну профессий. | Развивать координацию движений, ловкость и глазомер в упражнениях с мячом, упражнять в равновесии и прыжках в длину с места.  | конспект |  |  |
| 4. | Инструменты. Что было до… (в мире техники). | Развивать координацию движений, упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в парах.  | конспект |  |  |
| **Февраль** |
| 1. | Дикие животные. Животные зимой. | Учить детей ползанию по гимнастической скамейке на спине. Упражнять детей по впрыгиванию с разбега на предметы. Воспитывать дружеские взаимоотношения. Отрабатывать умение выполнять упражнения, не мешая друг другу.  | конспект |  |  |
| 2. | Домашние животные. Животные зимой. | Способствовать укреплению здоровья детей. Развивать навыки лазанья и ползания; Содействовать развитию координации, силы. Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.  | конспект |  |  |
| 3. | Домашние птицы. | Способствовать развитию у детей двигательных умений и навыков, добиваясь осознанного, активного выполнения всех видов движений. Способствовать умению детей контролировать и оценивать свои движения и выполнять сравнительный анализ прыжка других детей.Воспитывать у детей желание заниматься физическими упражнениями. | конспект |  |  |
| 4. | День защитников Отечества! | Упражнять детей в двигательных навыках. Воспитывать чувство коллективизма, товарищества. | конспект |  |  |
| **Март** |
| 1 | Весна идёт! Весне дорогу! Природа весной. | Разучить с детьми ходьбу на носках закрытыми глазами. Развитие физических качеств. Упражнять в прыжках с продвижением вперед на одной ноге и перебрасывании мяча через верёвку.  | конспект |  |  |
| 2 | Мамины любимые глаза…Международный женский день. | Учить мягко приземляться и сильнее отталкиваться. Развивать координацию движений. Развивать силу рук, плечевого пояса и туловища.  | конспект |  |  |
| 3 | Встречаем пернатых друзей. Перелетные птицы. | совершенствовать навыки кружения вокруг себя. Способствовать развитию психофизических качеств: силы, ловкости, выносливости, координационных способностей.  | конспект |  |  |
| 4 | Путешествие вокруг света (едем, плывём, летим…). Виды транспорта. | Развитие двигательных умений, навыков и физических качеств. | конспект |  |  |
| 5 | Животные и птицы разных стран (жарких стран и Севера). | Развивать глазомер при метании в цель. Упражнять в ползании по-пластунски. | конспект |  |  |
| **Апрель** |
| 1. | Я расту здоровым. Мое тело. Валеология. | Обучать детей прыжкам в высоту с разбега. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях в метании. Упражнять в ползании по-пластунски.  | конспект |  |  |
| 2. | Космос и далёкие звёзды. | Развивать равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры. Упражнять в прыжках в длину с разбега. | конспект |  |  |
| 3. | Экология Земли. Цветы. Я познаю мир (опыты и эксперименты). | Упражнять в прыжках с высоты. Учить устойчивому приземлению после различных прыжков. Развивать равновесие и ловкость. | конспект |  |  |
| 4. | Моя страна. Мой город. | Обучать мягкому приземлению в прыжках в длину с места. Упражнять в метании и ползании.  | конспект |  |  |
| **Май** |
| 1. | Великая Победа! | Упражнять в равновесии. Развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом. Упражнять в лазании по гимнастической стенке, меняя темп лазания. | конспект |  |  |
| 2. | Безопасность дома. Предметы, которые нас окружают. Огонь –друг, огонь – враг! | Упражнять в метании и лазании. Закрепить общеукрепляющие упражнения, выполняемые с короткой скакалкой. | конспект |  |  |
| 3. | Насекомые и пауки. | Развивать равновесие при беге по гимнастической скамейке с заданием. Продолжать обучение прыжкам через скакалку. Развивать ловкость и глазомер. | конспект |  |  |
| 4. | Водоемы и их обитатели (озеро, река, болото). Рыбы.  | Упражнять детей равновесии, метании и прыжках. Воспитывать дружеские взаимоотношения.  | конспект |  |  |

**2.2.9. Способы и направления поддержки детской инициативы**

***Детская инициатива*** – спонтанное, самостоятельное проявление ребёнком своей активности, его включение в тот или иной вид деятельности по собственной воле.

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования указывается, что одним из основных принципов дошкольного образования является поддержка детской инициативы в различных видах деятельности.

**Способы поддержки детской инициативы в двигательной активности:**

1. Создание условий.

2. Позиция педагога.

3. Формы организации деятельности.

Задача педагога – поддержать инициативу во всех её сферах и специфичных видах деятельности. Поддержка детской инициативы осуществляется путём:

1) ***Создания развивающей предметно-пространственной среды***. Образовательная и игровая среда, должна стимулировать развитие поисково-познавательной деятельности детей. Дети должны приобретать опыт творческой, поисковой деятельности, выдвижение новых идей, актуализации прежних знаний при решении новых задач.

2) ***Обеспечения психолого-педагогической поддержки ребёнка.***Педагог занимает позицию уважения к ребёнку. Уважать ребенка – значит считаться с ним, учитывая, насколько то или иное дело важно для него здесь и сейчас, и насколько то, что он делает, соответствует содержаниям, заложенным в культуре.

3) ***Выбора педагогом культурных практик с учётом возраста и индивидуальных особенностей детей.***

Существуют следующие способы и направления поддержки детской инициативы:

- уважать индивидуальные вкусы и привычки детей,

- выбор оптимального уровня нагрузки (в соответствии со способностями и возможностями ребенка так, чтобы он справился с заданием),

- поощрение, похвала, подбадривание (правильности осуществляемого ребенком действия, а не его самого),

- обеспечение благоприятной атмосферы, доброжелательность со стороны педагога, отказ педагога от высказывания оценок и критики в адрес ребенка,

- положительная оценка (как итогового, так и промежуточного результата),

- проявление внимания к интересам и потребностям каждого ребенка,

- косвенная (недирективная) помощь (подсказать желаемое действие, направить и др.),

- личностный пример воспитателя (использование грамотной правильной речи, отношение к собеседнику, настроение),

- отсутствие запрета на выбор партнера для действия, игры, роли и др.),

- предложение альтернативы (другого способа, варианта действия),

- создание и своевременное изменение предметно-пространственной развивающей среды с учетом обогащающегося жизненного и игрового опыта детей (лабораторное оборудование, материалы, атрибуты, инвентарь для различных видов деятельности, к которым обеспечен беспрепятственный доступ и др.),

- обеспечение выбора различных форм деятельности (индивидуальной, парной, групповой),

- отмечать и приветствовать даже самые минимальные успехи детей,

- предоставление детям возможности активно задавать вопросы,

- не критиковать результаты ребенка и его самого как личность,

- формировать у детей привычку самостоятельно находить для себя интересные занятия (приучать свободно пользоваться игрушками и пособиями),

- поддерживать интерес ребенка к тому, что он рассматривает и наблюдает в разные режимные моменты,

- устанавливать простые и понятные детям нормы жизни группы, четко исполнять правила поведения всеми детьми,

- проводить все режимные моменты в эмоционально положительном настроении,

- обращаться к детям с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников,

- поощрять занятия двигательной, игровой, изобразительной деятельностью, выражать одобрение любому результату труда ребенка,

- создавать в группе положительный психологический микроклимат,

- поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу (обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то),

- привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу (обсуждать совместные проекты).

***Развитие детской инициативы у детей в разные периоды жизни***

**2-3 года**

***Приоритетная сфера:*** исследовательская деятельность с предметами, материалами, веществами; обогащение собственного сенсорного опыта восприятия окружающего мира.

***Направления работы:***

1. предоставлять детям самостоятельность во всем, что не представляет опасности для их жизни и здоровья, помогая им реализовывать собственные замыслы;

2. отмечать и приветствовать даже самые минимальные успехи детей;

3. не критиковать результаты деятельности ребенка и его самого как личность;

4. формировать у детей привычку самостоятельно находить для себя интересные занятия; приучать свободно пользоваться игрушками и пособиями; знакомить детей с группой, другими помещениями и сотрудниками детского сада, территорией участка с целью повышения самостоятельности;

5. побуждать детей к разнообразным действиям с предметами, направленным на ознакомление с их качествами и свойствами (вкладыши, разборные игрушки, открывание и закрывание, подбор по форме и размеру);

6. поддерживать интерес ребенка к тому, что он рассматривает и наблюдает в разные режимные моменты;

7. устанавливать простые и понятные детям нормы жизни группы, четко исполнять правила поведения всеми детьми;

8. проводить все режимные моменты в эмоционально положительном настроении, избегать ситуации спешки и поторапливания детей;

9. для поддержания инициативы в продуктивной деятельности по указанию ребенка создавать для него изображения или поделку;

10. содержать в доступном месте все игрушки и материалы;

11. поощрять занятия двигательной, игровой, изобразительной, конструктивной деятельностью, выражать одобрение любому результату труда ребенка.

**3 – 4 года**

***Приоритетная сфера:*** игровая и продуктивная деятельность.

***Направления работы:***

1. создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка;

2. рассказывать детям о реальных, а также возможных в будущем достижениях;

3. отмечать и публично поддерживать любые успехи детей;

4. всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять её сферу;

5. помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей;

6. способствовать стремлению научиться делать что-то и поддерживать радостное ощущение возрастающей умелости;

7. в ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относится к затруднениям ребенка, позволять действовать ему в своем темпе;

8. не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности, используя в качестве субъекта критики игровые персонажи;

9. учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;

10. уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков;

11. создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявлять любовь ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплые слова для выражения своего отношения к каждому ребенку, проявлять деликатность и терпимость;

12. всегда предоставлять детям возможность для реализации замыслов в творческой игровой и продуктивной деятельности.

**4 -5 лет**

***Приоритетная сфера:*** познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, игровая деятельность со сверстниками

***Направления работы:***

1. способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относится к их попыткам внимательно, с уважением;

2. обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеваться и наряжаться, примеривать на себя разные роли. Иметь в группе набор атрибутов и элементов костюмов для переодевания, а также технические средства, обеспечивающие стремление детей петь, двигаться, танцевать под музыку;

3. создавать условия, обеспечивающие детям возможность конструировать из различных материалов себе «дом», укрытие для сюжетных игр;

4. при необходимости осуждать негативный поступок ребенка с глазу на глаз, но не допускать критики его личности, его качеств;

5. не допускать диктата, навязывания в выборе сюжетов игр;

6. обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнера, равноправного участника, но не руководителя игры. Руководство игрой проводить опосредованно (прием телефона, введения второстепенного героя, объединения двух игр);

7. привлекать детей к украшению группы к различным мероприятиям, обсуждая разные возможности и предложения;

8. побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнение взрослого;

9. привлекать детей к планированию жизни группы на день, опираться на их желание во время занятий;

10. читать и рассказывать детям по их просьбе, включать музыку.

**5 – 6 лет**

***Приоритетная сфера:*** ситуативно – личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационно познавательная инициатива.

***Направления работы:***

1. создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям;

2. уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;

3. поощрять желание создавать что- либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта;

4. при необходимости помогать детям в решении проблем организации игры;

. создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;

5. привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу. Обсуждать совместные проекты;

6. создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой, познавательной деятельности детей по интересам.

**6 – 8 лет**

***Приоритетная сфера:*** расширение сфер собственной компетентности в различных областях практической предметности, в том числе орудийной деятельности, а также информационная познавательная деятельность.

***Направления работы:***

1. вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта деятельности;

2. спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей. Рассказывать детям о своих трудностях, которые испытывали при обучении новым видам деятельности;

3. создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;

4. обращаться к детям, с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников;

5. поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами;

6. создавать условия для различной самостоятельной творческой деятельности детей по их интересам и запросам, предоставлять детям на данный вид деятельности определенное время;

7. при необходимости помогать детям решать проблемы при организации игры;

8. проводить планирование жизни группы на день, неделю, месяц с учетом интересов детей, стараться реализовывать их пожелания и предложения;

9. презентовать продукты детского творчества другим детям, родителям, педагогам (концерты, выставки и др.)

Инициативность базируется на природной активности ребенка. Именно она заставляет младенца поднять голову, перевернуться, сделать первые шаги, вступить в контакт с окружающими, начать познавать мир вокруг. Поэтому задача родителей и педагогов состоит главным образом в том, чтобы не дать инициативности угаснуть. Для этого ребенок необходимо создать психологически комфортные условия, обеспечивающие признание личности и интересов ребенка, следование его стремлениям и поддержку его активности и любознательности, адекватную реакцию взрослого на инициативы, создание ситуации успеха. Компоненты развивающей предметно-пространственной среды должны провоцировать активную познавательную и самостоятельную игровую деятельность.

Поддержка инициативности должна иметь четко выраженную индивидуальную направленность, с опорой на сильные и слабые стороны темперамента ребенка.

Таким образом, для педагога важно определить именно те свойства личности, которые особенно нуждаются во внимании и работать с ними. Например, для того, чтобы ребенок-меланхолик чувствовал в себе силы на принятие инициативных решений, ему важно быть уверенным в себе, таким образом, педагог должен работать на повышении его самооценки. Дети-сангвиники могут быть недостаточно настойчивы и не доводить дело до конца. Поэтому, педагог работает над волевой стороной личности и формирует настойчивость, ведь инициативы, брошенные на полпути, во взрослой жизни являются синонимом неудачи. Флегматики - отличные исполнители, но мыслить надситуативно им сложно. Поэтому важно поставить акцент на развитии креативности и творческого потенциала ребенка. Импульсивным холерикам важно лучше себя контролировать, чтобы их инициативные действия не имели негативного оттенка и учитывали интересы окружающих.

Одним из факторов, формирующих здоровье ребенка, является двигательная активность. Она определяется как количество движений, которое ребенок производит в течение всего периода бодрствования. Содержанием двигательной активности являются разнообразнее движения: ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание.

Следует отметить, что двигательная активность оказывает положительное влияние не только на здоровье детей, но и на их общее развитие. Под влиянием движений развивается эмоциональная, волевая, познавательная сфера ребенка. Чем разнообразнее движения, которые выполняет ребенок, чем богаче его двигательный опыт, тем больше поступает информации в мозг, что способствует более интенсивному интеллектуальному развитию ребенка.

Разнообразные движения, особенно, если они связны с работой рук, оказывают положительное влияние на развитие речи (М. Кольцова). Во время ходьбы, лазанья, бега и других движений ребенок сталкивается с целым рядом предметов, познает их свойства (тяжелый, легкий, твердый, мягкий, длинный, короткий и др.). Ребенок учится ориентироваться в пространстве, овладевая такими понятиями, как «далеко», «близко», «высоко», «низко» и др.

Правильно организованная двигательная активность способствует формированию личности ребенка, у ребенка появляются такие важные качества, как самостоятельность, активность, инициативность, формируется смелость и разумная осторожность.

Дети приобретают в процессе двигательной деятельности навыки общения с взрослыми и сверстниками, учатся согласовывать свои действия с требованиями взрослых и с действиями других детей.

Без движений не может осуществиться ни один вид детской деятельности (предметная, игровая, элементарно трудовая и др.)

Потребность в движениях у всех детей разная, это объясняется их индивидуальными особенностями.

По уровню подвижности можно выделить 3 группы: дети средней, большей и малой подвижности.

Дети средней подвижности отличаются наиболее ровным и спокойным поведением, умеренной подвижностью в течение дня. При наличии необходимых условий в дошкольном учреждении, в семье, они, как правило, активны и самостоятельно регулируют свою двигательную деятельность.

Среди детей большой подвижности встречаются малыши с нормальной физиологической для них интенсивностью движений. Они много двигаются в течение дня, охотно откликаются на предложение взрослого выполнить двигательное задание, поиграть в подвижную игру. В тоже время они хорошо регулируют свою двигательную деятельность и могут быть сосредоточенными. Но есть дети с чрезмерно высокой интенсивностью движений. Они отличаются неуравновешенным поведением, плохо регулируют свою деятельность, движения их носят суетливый характер, им трудно выполнять точные движения, быстро утомляются, но, как правило, этого не замечают. Такое поведение приводит к истощению нервной системы. Дети с повышенной интенсивностью движений требуют от родителей и воспитателей особого внимания. Важно воспитывать у них умение управлять своими движениями, действовать целенаправленно, нельзя резко прекращать двигательную деятельность, переключать на спокойные игры, делать это постепенно.

Есть дети, которые мало двигаются, они отличаются пассивностью поведения, чаще всего выбирают спокойные виды деятельности, предпочитают наблюдать за играми других, движения у таких детей мало сформированы. Они не отличаются ловкостью и выносливостью, со временем у малоподвижных детей формируется неуверенность в себе, боязнь включаться в тот или иной вид деятельности. Таких детей нельзя насильно включать в двигательную деятельность, важно заинтересовать их, вселить уверенность, помочь, подстраховать, постепенно обогащая их двигательный опыт.

Без самостоятельности мы не получим инициативы, самостоятельность – это верная спутница личностного развития.

Для того чтобы правильно организовать двигательную активность, обогатить двигательный опыт детей, научить их правильно двигаться, важно знать, как развиваются движения на разных возрастных этапах, каковы их особенности и какие условия для этого необходимы.

Существует ряд противоречий, затрудняющих работу по поддержке инициативности у детей. Ряд факторов сужают границы, в которых дети могут проявлять свою инициативу. К ним относятся, во-первых, соображения безопасности; во-вторых, необходимости организации деятельности воспитанников в соответствии с режимом и распорядком дня; в-третьих, высокая наполняемость групп, которая увеличивает конкуренцию среди детей; в-четвертых, гиперопека со стороны родителей, которая затрудняет поддержку инициативности и развитие самостоятельности у дошкольников.

Двигательная активность в комплексе представляет собой основу начального этапа формирования гармонически развитой, активной личности.

Детская инициатива проявляется в свободной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность играть, рисовать, конструировать, сочинять и прочее, в соответствии с собственными интересами, является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в детском саду.

Детская инициатива выражается тогда, когда ребенок становится и инициатором, и исполнителем, и полноправным участником, субъектом социальных отношений.

**2.2.10. Особенности взаимодействия инструктора по физическому развитию с другими специалистами детского сада.**

На улучшение здоровья детей, их благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни ребенка в детском саду, заботливое и внимательное отношение к нему взрослых, высокое чувство ответственности всего коллектива. Только совместными усилиями всего коллектива можно добиться положительных результатов. Учитывая этот факт, необходимо вести работу в данном направлении во взаимодействии с заведующим, методистом, медицинскими работниками, воспитателями, логопедом, музыкальными руководителями.

**Модель взаимодействия инструктора по физической культуре**

*С заведующим, зам. заведующего* – создает условия для физкультурно-оздоровительной работы, координируют работу педагогов.

*С медицинской сестрой* – участвует в проведении лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий, проводит санитарно-просветительскую работу среди педагогов и родителей.

*С воспитателем* – способствует обеспечению гибкого оздоровительного режима, формированию привычки здорового образа жизни, развитию двигательной культуры, профилактики заболеваний.

*С музыкальным руководителем* – участвует в двигательном развитии детей, способствует развитию чувства ритма, темпа, речевого дыхания, координации движений.

*С педагогом-психологом* - способствует развитию эмоционально – волевой сферы дошкольников, познавательных процессов.

*С младшим воспитателем* – способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований.

*С логопедом –* участвует в составлении учебных планов инструктора по физической культуре.

*Задачи взаимосвязи с логопедом:*

Коррекция звукопроизношения;

Становление координации общей моторики;

Развитие умения согласовывать речь и движение;

Воспитание умения работать сообща;

Развитие мелкой моторики.

Положительные результаты в процессе реализации задач образовательных областей «Здоровье», «Физическая культура» возможны при условии тесной взаимосвязи и преемственности в работе всего педагогического коллектива и единства требований, предъявляемых к детям.

**2.2.11. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

Реализация Программы в полной мере возможна лишь при условии тесного взаимодействия детского сада и семьи. Совместные мероприятия способствуют установлению доверительных отношений с родителями, что оказывает положительное влияние на состояние педагогического процесса.

Цель работы: сделать родителей активными участниками педагогического процесса, оказав им помощь в реализации ответственности за воспитание и обучение детей.

Задачи работы с родителями:

- изучение интересов, мнений и запросов родителей;

- обеспечение оптимальных условий для саморазвития и самореализации родителей;

- расширение средств и методов работы с родителями;

- обеспечение пространства для личностного роста родителей и сотрудничества с детским садом создание особой творческой атмосферы;

- привлечение родителей к активному участию в организации, планированию и контроле деятельности дошкольного учреждения.

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями младших дошкольников.

Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.

Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

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

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

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

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников среднего возраста

Познакомить родителей с особенностями развития ребенка пятого года жизни, приоритетными задачами его физического развития.

Включать родителей в игровое общение с ребенком, помочь им построить партнерские отношения с ребенком.

Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности.

В средней группе инструктор по физической культуре совместно с педагогами группы стремится сделать родителей активными участниками жизни детского коллектива. Способствуя развитию доверительных отношений между родителями и детьми, педагоги организуют совместные праздники и досуги: «В гостях у Мойдодыра», «Веселые игры». Важно, чтобы на этих встречах родители присутствовали не просто как зрители, а совместно с детьми включались в игры, эстафеты.

Важно, чтобы во время совместных образовательных ситуаций и после них педагог поддерживал активность родителей, подчеркивал, что ему и детям без участия родителей не обойтись, обращал их внимание на то, как многому научились дети в совместной деятельности с родителями, как они гордятся своими близкими.

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

Задача взаимодействия инструктора с семьями дошкольников старшего и подготовительного возрастов.

Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (занятия в бассейне, коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

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

Инструктор опирается на проявление заинтересованности, инициативности самих родителей, делая их активными участниками спортивных досугов «Крепкие и здоровые», «Зимние забавы», «Мы играем всей семьей».

Алгоритм совместной физкультурно-оздоровительной работы дошкольного образовательного учреждения с семьей.

Анкетирование родителей, в рамках мониторинга физического развития и оздоровления детей с целью выявления знаний и умений родителей в области здорового образа жизни, организации питания и двигательной активности детей, выполнения режимных моментов в семье.

Совместно с педиатром и медицинскими работниками изучение состояния здоровья детей, анализ заболеваний за предыдущий период времени.

Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития.

Создание в дошкольном образовательном учреждении и семье медико-социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости у детей (создание зон различных видов физической активности, использование закаливающих процедур, разнообразных массажей, фито-, витамино-, водотерапии и т.п.).

Участие медицинских работников, воспитателей и родителей в составлении индивидуальных программ (планов) оздоровления детей.

Проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде здорового образа жизни, необходимости выполнения общегигиенических требований, рационального режима дня, полноценного сбалансированного питания, закаливания, воздушного и температурного режима и т.д.

Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении.

Обучение родителей конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательная гимнастика, массаж, разнообразные виды закаливания и т.д.).

Ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном образовательном учреждении и обучение их отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма (фитотерапии, ароматерапии и т.д.).

Освещение передового опыта семейного воспитания по физкультурно-оздоровительной работе среди семей воспитанников ДОУ, проведение конференций.

Создание газет для родителей и т. п.

Проведение отчетных концертов для родителей по результатам кружков, функционирующих в ДОУ, в том числе и физкультурно – оздоровительного направления.

**2.3. Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

Содержание образовательной области «Физическое развитие» расширено реализацией программы «Играйте на здоровье» и направлено на достижение цели по обучению старших дошкольников элементам спортивных игр и упражнений:

- хоккей;

- баскетбол;

- футбол;

- городки;

- бадминтон;

- настольный теннис

**Средства реализации программы**

Картотеки: «Подвижные игры», «Пальчиковая гимнастика», «Гимнастика пробуждения после дневного сна», «Физминутки», «Дыхательная гимнастика», «Считалки и речевые игры».

Средства для решения программных задач: наглядный материал по летним и зимним видам спорта, схемы подвижных игр, схемы перестроений, картинки для подражательных движений, знаки-стойки ПДД, фонотека, атрибуты для подвижных игр. Средства для решения программных задач: спортивный инвентарь и нетрадиционное оборудование.

**III Организационный раздел**

**3.Обязательная часть.**

**3.1. Организация предметно-пространственной среды. Материально-техническое обеспечение.**

Материально-технические условия ДОУ обеспечивают высокий уровень физического развития. Детский сад оснащен в достаточном количестве мягким и жестким инвентарем, имеется необходимое физкультурное и игровое оборудование, технические средства.

Развивающая предметно-пространственная среда в ДОУ содержательна, насыщенна, трансформируема, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная. Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Для занятий физической культурой в ДОУ функционирует спортивный зал и оборудована спортивная площадка. Зал оснащен всем необходимым инвентарем и оборудованием для физической активности детей: тренажеры, гимнастические лестницы, ребристые доски массажные коврики, мячи, атрибуты к подвижным и спортивным играм и многое другое. На спортивной площадке размещено спортивное оборудование, яма для прыжков.

**Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения**

Оснащенность учебно-методическим обеспечением соответствует предъявляемым требованиям.

В нашем детском саду созданы все условия для физического развития детей, как в спортивном зале, так и на спортивной площадке.

Физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря соответствуют возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование ― безопасность физкультурного оборудования. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

**Технические средства обучения**

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы, утренней гимнастики, физкультурных занятий и спортивных развлечений имеется музыкальный центр.

Детские песни и мелодии обновляются для стимулирования физической, творческой, интеллектуальной активности детей.

Все это позволяет организовывать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, созданию положительного психологического климата в детских коллективах, а также по всестороннему развитию каждого ребенка.

Музыкальный центр - 1 шт. (в физкультурном зале)

Аудиозаписи - имеются и обновляются

Наглядно – образный материал

Иллюстрации и репродукции (великих спортсменов, виды спорта);

Дидактические игры

Игровые атрибуты для подвижных игр.

Наименование оборудования, учебно-методических и игровых материалов

Гимнастические палки – 25шт.

Обручи – 25 шт.

Мячи:

набивные весом 1 кг,

маленькие (теннисные и пластмассовые),

средние (резиновые),

большие (резиновые),

для фитбола

Гимнастический мат (длина 100 см) 2 шт.

Кольцеброс 1 шт.

Кегли 10 шт.

Конус для эстафет 2 шт.

Ребристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см) 1 шт.

Беговая дорожка детская 2 шт.

Гимнастические скамейки – 4 шт.

Удав мягкий (150 см) - 2 шт.

Погремушки 20 шт.

Диск «Здоровья» 10 шт.

Скакалка детская 30 шт.

Секундомер 1 шт.

Свисток 1 шт.

Гимнастические стенки – 4 шт.

Гимнастические палки -35 шт.

Обручи – 30 шт.

Мячи 20 см. – 35 шт.

Дуги для подлезания – 4 шт.

Велотренажёр – 2 шт.

Батут – 2 шт.

Гимнастические маты – 6 шт.

Деревянные стойки – 2 шт.

Мешочки с песком – 20 шт.

Деревянные лесенки – 2 шт.

Спортивный комплекс – 2 шт.

Кегли – 20 шт.

Набивные мячи – 2 шт.

Мячи для метания в даль – 30 шт.

Массажные коврики

Беговая дорожка 1 шт.

Канат

Дуги для подлезания – 4 шт.

Стойки для прыжков в высоту – 2 шт.

Баскетбольные кольца 2 шт.

Нестандартное спортивное оборудование

**3.2. Методическое обеспечение.**

Для реализации основных целей (сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни интереса к физической культуре) и задач (развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта детей) применяется ряд рабочей документации, который помогает достигнуть положительных результатов по физической культуре детьми дошкольного

учреждения.

Методические разработки.

Конспекты НОД по всем возрастным группам.

Комплексы утренней гимнастики по всем возрастным группам.

Подвижные игры по всем возрастным группам.

Малоподвижные игры.

Перспективное планирование НОД по физической культуре в группах ДОУ.

Материалы по работе с педагогами и родителями.

Спортивные досуги и развлечения.

Спортивные праздники, дни здоровья.

Эстафеты, соревнования, игры-забавы, игровые упражнения.

Утренняя гимнастика для профилактики нарушений осанки и деформации позвоночника.

Альбом с фотографиями.

Альбом с видами спорта.

Аудиозаписи.

**Литература**

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Младшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. - 80 с.

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Вторая младшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. - 80 с.

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Средняя группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. - 80 с.

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Старшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. - 80 с.

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Подготовительная к школе группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. - 80 с.

Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Л.И.Пензулаева

Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с. (Растим детей здоровыми).

Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 160с. (Растим детей здоровыми).

Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. – М.: АРКТИ, 2004. – 144с.

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

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

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

Занятия физической культурой в ДОУ Л.Г. Гурькова М., 2007

Физические занятия с детьми 5-6 лет Л.М. Пензулаева М.: Просвещение, 2008

Будь здоров, расти большой. Физкультурно-игровая среда в детском саду М. Просвещение

Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет Е.Н. Подольская, В. Учитель, 2010

Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ/ О.Н. Моргунова Воронеж ,2007

Необычные физкультурные занятия для дошкольников/ Е.И. Подольская, Волгоград, Учитель, 2010г.