

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №43 комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом государственного бюджетного
дошкольного образовательного учреждения
детский сад № 43 комбинированного вида
Кировского района Санкт-Петербурга

Протокол № 1 от 31.08.2015 г.

УТВЕРЖДАЮ

Приказом по государственному бюджетному
дошкольному образовательному учреждению
детский сад № 43 комбинированного вида
Кировского района Санкт-Петербурга

Н.И. Федотова
Приказ №83-ОД от 31.08.2015 г.

**Рабочая образовательная программа
инструктора по физической культуре
для детей четвертого года жизни
для групп оздоровительной направленности
на 2015/2016 учебный год
государственного бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детский сад №43 комбинированного вида
Кировского района Санкт-Петербурга**

Срок реализации программы: 1 год
по основной общеобразовательной программе дошкольного образования
«От рождения до школы»

Автор-составитель:
Запорощенко Оксана Борисовна
инструктор по физической культуре
высшей квалификационной категории

Санкт-Петербург
2015

СОДЕРЖАНИЕ:

Содержание	Страница
ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
Пояснительная записка	3
Цель и задачи программы	4
Принципы и подходы к формированию программы	4
Интеграция с другими образовательными областями	5
Возрастные особенности воспитанников	6
Планируемые результаты освоения программы	8
СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
Младшая группа (3 - 4 года)	15
Комплексно-тематическое планирование	17
Физкультурно-оздоровительная деятельность (вариативная часть)	25
Мониторинг образовательной деятельности	72
Взаимодействие инструктора физического воспитания с педагогами	73
Система взаимодействия с родителями	74
Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы	74
Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы	72
Система физкультурно-оздоровительной работы	78
Формы организации образовательной реализации области «Физическое развитие»	79
Принципы организации занятий физической культурой	79
Методы организации занятий физической культурой	80
ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ	
Особенности организации оздоровительной работы в группах оздоровительной направленности	80
ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
Расписание занятий	84
Учебно-методическое обеспечение	83
Организация развивающей предметно-пространственной среды	83
Режим двигательной активности детей	84
Перечень программ и технологий	91

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Пояснительная записка

Охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма ребенка его полноценное физическое развитие являются неотъемлемой частью работы нашего дошкольного учреждения. Данная программа разрабатывалась на основе «Примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» /под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой.

Основанием для разработки Рабочей программы явились нормативно - правовые акты:

- Конвенцией о правах ребенка, одобренной Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 г., ст. 28, в которой признается право ребенка на образование, и ст. 29, в которой определены цели и результаты образования. ;
- Декларация прав ребенка (провозглашена резолюцией 1386(XIV) Генеральной Ассамблеей от 20.11.1959)
- Конституцией Российской Федерации, ст. 43, определяющей государственные гарантии - общедоступность и бесплатность дошкольного образования;
- Семейный Кодекс РФ от 08.12.1995 № 223 ФЗ 9с изм. и доп.)
- Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», ст. 9., определяющим меры по защите прав ребенка при осуществлении деятельности в области его образования и воспитания;
- Федеральным Законом №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным государственным стандартом дошкольного образования;
- Уставом Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №43 комбинированного вида Кировского района Санкт-Петербурга
- «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организациях. СанПиН 2.4.1.3049-13» утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 15 мая 2013 г. № 26
- Лицензия ДОУ.

Актуальность программы

1. Учитывает потребности детского контингента ДОУ и предусматривает систему развивающей работы с детьми в группах.

2. Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования и направлена:

- на создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации,
- его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности;
- на создание развивающей предметно - пространственной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

«Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности» - в этом заключается основная направленность программы

В ходе разработки рабочей программы были определены ориентиры на:

- виды основных образовательных программ (общеобразовательные программы дошкольного образования)
- виды дополнительных программ (парциальных)
- систему используемых педагогических технологий
- систему используемых лечебно-оздоровительных и здоровьесберегающих методик

Содержание оздоровительной работы разработано на основе программы «Здоровье» В.Г. Алямовской

Содержание дополнительного образования в дошкольном учреждении представлено программами дополнительного образования детей, включающих в себя рабочие программы социально-педагогической, познавательной, художественной, физкультурно – спортивной направленностей.

Реализация данной программы проводится в процессе образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов, и самостоятельной деятельности детей.

Работа по освоению учебной программы проводится инструктором по физическому воспитанию в следующих **возрастных группах:**

Вторая младшая – 2 группы оздоровительной направленности

Цель и задачи программы

Цель:

Создание условий для развития физической культуры дошкольников, формирование потребности в здоровом образе жизни.

Охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья.

Задачи:

- забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
- создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;
- укрепление здоровья;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- развитие физических качеств;
- создание условий для реализации потребности в двигательной активности;
- выявление интересов, склонностей, способностей;
- приобщение к традициям большого спорта;
- максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно-образовательного процесса;
- творческая организация (креативность) воспитательно-образовательного процесса;
- вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с индивидуальными интересами и наклонностями каждого ребенка;
- уважительное отношение к результатам детского творчества;
- единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи, взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития ребенка;
- соблюдение в работе детского сада и начальной школы преемственности, исключающей умственные и физические перегрузки в содержании образования детей дошкольного возраста, обеспечивая отсутствие давления предметного обучения;
- осуществление квалифицированной коррекции отклонений в развитии ребенка.

Принципы и подходы к формированию программы

Рабочая программа построена на следующих принципах:

- *Гуманизации:* образования: построение педагогического процесса на полном признании гражданских прав всех участников образовательного процесса
- *Деятельностной направленности образования:* развитие способности к активному познанию и творческому освоению окружающего мира, стимулирование способности решать жизненно важные проблемно-творческие задачи, находящиеся в зоне ближайшего и отдаленного развития
- *Культуросообразности:* учет национальных ценностей и традиций в образовании, приобщение ребенка к основным компонентам человеческой культуры (знание, мораль, искусство, труд)
- *Развивающего образования*

- *Научной обоснованности и практической применимости:* соответствие основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики
- *Интеграции:* образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, их спецификой и возможностями; интеграция ГБДОУ, семьи и различных социальных институтов
- *Непрерывности:* процесса развития ребенка (в ГБДОУ, семье)
- *Осознанного взаимодействия воспитывающих взрослых и развития:* осознание и принятие роли каждого участника воспитательно-образовательного процесса и развитие всех сторон взаимодействия, обеспечивающих его целостность
- *Регионализации образования:* учет региональных особенностей в содержании и организации общественного и семейного дошкольного образования; обеспечение полноты и непрерывности образования педагога, родителя, ребенка ,проживающих в данном регионе
- *Комплексно-тематического построения образовательного процесса,* базирующийся на комплексно-тематическом планировании образовательной деятельности
- *Индивидуализации:* построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений
- *Адаптивности:* предметно-развивающей среды, обеспечивающей комфорт каждого ребенка, сохранение и укрепление его здоровья, полноценное развитие; адаптивность ребенка к пространству ДОУ и окружающему социальному миру
- *Открытости:* ГБДОУ как образовательной системы, а также образовательных программ для повторения и уточнения образовательного материала в течение года, месяца, недели, включая работу по взаимодействию с родителями и детьми других возрастных групп.

Включает следующие научные подходы:

- *Культурно-исторический:* определяет развитие ребенка как «... процесс формирования человека или личности, совершающийся путем возникновения на каждой ступени новых качеств, специфических для человека, подготовленным всем предшествующим ходом развития, но не содержащихся в готовом виде на более ранних ступенях
- *Личностный:* поступательное развитие ребенка главным образом происходит за счет его личностного развития. Предлагаемая ребенку деятельность будет оказывать на него развивающее воздействие, если будет осмысленной
- *Деятельностный:* рассматривает деятельность наравне с обучением как движущую силу психического развития ребенка. В каждом возрасте существует своя ведущая деятельность, внутри которой возникают новые виды деятельности, развиваются (перестраиваются) психические процессы
- *Системный:* отбор и предоставление образовательного материала, интеграции задач познавательного-речевого, художественно-эстетического, социально-личностного, физического развития дошкольников и обогащение содержания образования.

Интеграция с другими образовательными областями

По задачам и содержанию психолого – педагогической работы
Художественно-эстетическое развитие» - развитие музыкально – ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств
«Познавательное развитие» - в части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности - формирование целостной картины мира, расширение кругозора в части представлений о здоровье и ЗОЖ человека

- развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования;
- развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и ЗОЖ человека;
- игровое общение;
- приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности;
- формирование первичных ценностных представлений о здоровье и ЗОЖ человека, соблюдение элементарных общепринятых норм и правил поведения в части ЗОЖ;
- формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности, в том числе здоровья.
- накопление опыта двигательной активности, овладение навыками ухода за физкультурным инвентарем и спортивной одеждой.

По средствам организации и оптимизации образовательного процесса

«Художественно-эстетическое развитие»

- использование музыкально-ритмической деятельности, с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов, моторики в творческой форме;
- использование средств продуктивных видов деятельности и для обогащения и закрепления содержания представлений о здоровье;
- использование продуктивной деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов, моторики в творческой форме.

«Социально-коммуникативное развитие »

- накопление опыта здоровьесберегающего поведения в труде, освоение культуры здорового труда.

«Речевое развитие»

- использование художественных произведений для обогащения и закрепления представлений о здоровом образе жизни.

Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей, воспитывающихся в образовательном учреждении

Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей, воспитывающихся в образовательном учреждении прописаны в «Примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы», под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой.

Вторая младшая группа (3 – 4 года)

На 4-м году жизни возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время внимание у детей неустойчиво, они отвлекаются и часто переходят от одного вида деятельности к другому. В этом возрасте ребёнок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он ещё не заботится о результатах своих действий, поглощён самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают всё более преднамеренный характер. Ребёнок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению воспитателя, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребёнок может соблюдать определённую их последовательность. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребёнок более сознательно следит за воспитателем, когда он даёт образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.

Планируемые результаты освоения Программы (Целевые ориентиры)

	Четвертый год жизни
О чем узнают дети	Постепенно дети узнают и называют разные способы ходьбы, построений, прыжков, ползания и лазания, катания, бросания и ловли; исходные положения выполнения общеразвивающих упражнений (стоя, сидя, лежа); новые физкультурные пособия (мячи, ленты, погремушки, кубики и другие), их свойства и возможные варианты их использования. Дети осваивают простейшие общие для всех правила в подвижных играх, узнают о возможности передачи движениями повадок знакомых им животных, птиц, насекомых. Дети знакомятся со спортивными упражнениями: ходьбой на лыжах, ездой на велосипеде, учатся ориентироваться в пространстве, узнают разные способы перестроений.
Что осваивают дети	Построения и перестроения. Порядковые упражнения. Повороты на месте. Общеразвивающие упражнения: с предметами и без предметов; в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Основные движения: разные виды ходьбы с заданиями; бег со сменой темпа и направления; прыжок в длину с места двумя ногами и в глубину (спрыгивание). Катание, бросание, метание: прокатывание предмета, упражнения с мячом (отбивание и ловля); бросание предметов одной и двумя руками горизонтально и вертикально в цель, вдаль. Лазание приставным шагом, перелезание и пролезание через предметы и под ними. Ритмические упражнения. Спортивные упражнения: катание на трехколесном велосипеде; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. Подвижные игры. Основные правила игр. По мере накопления двигательного опыта у малышей формируются следующие новые двигательные умения: - строиться в круг, в колонну, парами, находить свое место; - начинать и заканчивать упражнения по сигналу; - сохранять правильное положение тела, соблюдая заданное направление; - ходить, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног; - бегать, не опуская головы; - одновременно отталкиваться двумя ногами и мягко приземляться в прыжках в длину с места и спрыгиваниях; - ловить мяч кистями рук, не прижимая его к груди; отбрасывать мяч, поражать вертикальную и горизонтальную цели; - подлезать под дугу (40 см), не касаясь руками пола; - уверенно лазать и перелезать по лесенке-стремянке (высота 1,5 м); - лазать по гимнастической стенке приставным шагом.
Планируемые результаты освоения программы	Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформирована соответствующая возрасту координация движений. Он проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Вторая младшая группа оздоровительной направленности (от 3 до 4 лет)

Задачи инструктора по физической культуре:

- Вызывать эмоциональный отклик и желание детей участвовать в подвижных играх и игровых упражнениях;
- Учить детей активно выполнять движения вместе с педагогом;
- Приучать детей в движении реагировать на сигнал.

Что осваивает ребенок

1. Построение и перестроение

2. Общеразвивающие упражнения:

- исходное положение (стоя, сидя, лежа);
- приседания;
- простые движения рук с предметами и без них.

3. Основные движения:

- ходьба и бег в разных направлениях;
- упражнения в равновесии;
- бег в медленном и быстром темпах;
- подскоки на месте и с передвижением;
- Катание мяча друг другу, перебрасывание мяча через предметы;
- Ползание на четвереньках.

4. Подвижные игры

СОДЕРЖАНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Построение: в круг, парами, в колонну друг за другом.

Исходные положения: стоя, ноги слегка расставлены, сидя, лежа.

Положение и движение рук: Вверх, вперед, сгибание и разгибание рук, скрещивание рук перед грудью и разведение их в стороны, отведение рук назад, махи руками вперед – назад, хлопки перед собой и над головой.

Положение и движение ног: ноги вперед, назад, в стороны, сгибание и разгибание ног стоя и лежа, приседания держась за опору, отведение одной ноги вперед с опорой на носок или пятку.

Положение и движение туловища: наклоны вперед, в стороны, повороты вправо-влево, с боку на бок, наклоны вперед из положения сидя и лежа, подъемы из положения стоя на коленях, на пятках, сгибание и разгибание ног из положения лежа на спине, одновременное движение руками лежа на спине.

Ходьба и равновесие: ходьба стайкой за воспитателем в заданном направлении между предметами, по дорожке, по извилистой дорожке, по шнуру, перешагивая через препятствия, подъем на возвышение и спуск с него.

Бег: за воспитателем и к нему, в разных направлениях, в медленном темпе и на скорость.

Прыжки: подскоки на месте на носках, с доставанием предметов слегка продвигаясь вперед, перепрыгивание через линии, веревку, через две линии, прыжки на двух ногах, спрыгивание с предмета.

Катание, бросание, ловля: прокатывание мяча одной и двумя руками, под дугу, друг другу, бросание мяча вперед снизу. От груди, из-за головы, ловля мяча брошенного воспитателем, перебрасывание мяча через веревку находящуюся на уровне груди ребенка, бросание предметов в цель одной и двумя руками, вдаль правой и левой рукой.

Ползание и лазание: подтягивание на скамейке лежа на животе, ползание на четвереньках (3-4м), ползание под препятствием (высота 30-40 см), перелезание через бревно, лазанье по лесенке стремянке, гимнастической стенке удобным способом, используя игровые приемы.

Двигательные умения: строиться парами друг за другом, сохранять заданное направление при выполнении упражнений, активно включаться в выполнение упражнений, ходить не сталкиваясь и не мешая друг другу. Сохранять равновесие на ограниченной площади опоры, бегать не мешая друг другу, подпрыгивать на месте продвигаясь вперед, перепрыгивать через предметы, лежащие на полу, мягко приземляясь. Бросать мяч воспитателю и ловить брошенный им мяч, подтягиваться на скамейке лежа на груди, ползать на четвереньках, перелезть через предметы, действовать по указанию воспитателя, активно включаться в игры.

КОМПЛЕКСНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
(вторая младшая группа оздоровительной направленности)

Предмет	Тема и цели занятий 1-й недели		Тема и цели занятий 2-й недели	Тема и цели занятий 3-й	Тема и цели занятий 4-й недели
Сентябрь	Тема	Занятие 1-2	Занятие 3-4	Занятие 5-6	Занятие 7-8
	Цель	Диагностика	Диагностика	Учить детей начинать ходьбу по сигналу, развивать равновесие – ходить по ограниченной поверхности «между двух линий». <i>Подвижная игра «Найди себе пару»</i>	Учить детей ходить и бегать, меняя направление на определенный сигнал, развивать умение ползать. <i>Подвижная игра «Догони меня»</i>

Октябрь	Тема	Занятие 9-10	Занятие 11-12	Занятие 13-14	Занятие 15-16
	Цель	Учить детей соблюдать указанное направление во время ходьбы и бега, приучить бегать в разных направлениях, не мешая друг другу, развивать внимание. <i>Подвижная игра:</i> <i>«В гости к куклам».</i>	Учить детей ходить по ограниченной поверхности, подлезать под веревку и бросать предмет на дальность правой и левой рукой, развивать умение бегать в определении. <i>Подвижная игра</i> <i>«Самолёты»</i>	Учить детей ходить по ограниченной поверхности, ползать и катать мяч, упражнять в ходьбе, сохраняя равновесие, помогать преодолеть робость, способствовать развитию умений действовать по сигналу. <i>Подвижная игра</i> <i>«Бегите ко мне»</i> <i>Подвижная игра «догони мяч»</i>	Учить детей ходьбе по гимнастической Скамейке, бросанию из – за головы двумя руками, упражнять в ползании на четвереньках, развивать чувство равновесия, совершенствовать умение передвигаться в определенном направлении. <i>Подвижная игра:</i> <i>«Догони мяч».</i>

Ноябрь	Тема	Занятие 17-18	Занятие 19-20	Занятие 21-22	Занятие 23-24
	Цель	Учить детей прыгать в длину с места, закреплять метание на дальность из – за головы, способствовать развитию чувства равновесия и координации движения. <i>Подвижная игра:</i> <i>«Догони мяч».</i>	Учить детей ходить парами в определенном направлении, бросать мяч на дальность от груди, ждать сигнала для движений. <i>Подвижная игра:</i> <i>« Через ручеек».</i>	Учить детей бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать чувство равновесия, глазомер, воспитывать выдержку. <i>Подвижная игра:</i> <i>«Солнышко и дождик».</i>	Учить детей ходьбе по кругу взявшись за руки, упражнять в ползании на четвереньках, переступании через препятствия, катании мяча, учить ходить на носочках, приучить соблюдать определенное направление. <i>Подвижная игра</i> <i>«Поезд»</i>

Декабрь	Тема	Занятие 25-26	Занятие 27-28	Занятие 29-30	Занятие 31-32
	Цель	Учить детей бросать на дальность правой и левой рукой, ползать на четвереньках по гимнастической скамейке развивать внимание и координацию движения. <i>Подвижная игра «Птички в гнездышках».</i>	Упражнять детей в ходьбе по наклонной доске вверх и вниз, учить бросать и ловить мяч, быть внимательными, стараться выполнять упражнения вместе с другими детьми. <i>Подвижная игра «Кто тише»</i>	Учить детей прыгать в длину с места, упражнять в ходьбе по наклонной доске, развивать чувство спитывать дружеские взаимоотношение. <i>Подвижная игра «Воробышки и автомобиль»</i>	Закреплять у детей умение ползать по гимнастической скамейке, бросать на дальность правой и левой рукой, учить быстро реагировать на сигнал. <i>Подвижная игра: «Воробышки и автомобиль»</i>

Январь	Тема	Занятие 33-34	Занятие 35-36	Занятие 37-38	Занятие 39-40
	Цель	Учить детей катать мяч, упражнять в лазанье по гимнастической стенке, приучать соблюдать направление при катании мяча, учить дружно играть. <i>Подвижная игра «Воробышки и автомобиль»</i>	Учить детей ходить и бегать в колонне по одному, совершенствовать прыжок в длину с места, упражнять в метании в горизонтальную цель правой и левой рукой, развивать глазомер. <i>Подвижные игры «Воробышки и автомобиль»</i>	Упражнять детей в бросании в горизонтальную цель, учить прыгать в длину с места, способствовать развитию глазомера, координации движений, умению ориентироваться в пространстве, учить детей быть внимательными друг к другу и при необходимости оказывать помощь. <i>Подвижные игры «Птички в гнездышках».</i>	Учить детей катать мяч друг другу, совершенствовать бросание на дальность из – за головы, закреплять умение быстро реагировать на сигнал, учить дружно действовать в коллективе. <i>Подвижные игры «Жуки».</i>

Февраль	Тема	Занятие 41-42	Занятие 43-44	Занятие 45-46	Занятие 47-48
	Цель	Продолжать учить детей в ходьбе по гимнастической скамейке, бросать и ловить мяч, способствовать воспитанию сдержанности ловкости и умению дружно играть. <i>Подвижная игра «Кот и мышки»</i>	Упражнять детей в ползании по гимнастической скамейке, учить подпрыгивать, способствовать развитию координации движений, развивать умение быстро реагировать на сигнал, дружно играть. <i>Подвижная игра «Догони меня»</i>	Упражнять детей в катании мяча, ползании на четвереньках, способствовать развитию глазомера и координации движений, учить помогать друг другу. <i>Подвижная игра «Догони меня»,</i>	Учить детей ползать по гимнастической скамейке и прыгивать с нее, упражнять в катании мяча в цель, способствовать воспитанию выдержки, смелости, развитию чувства равновесия и глазомера. <i>Подвижная игра «Поезд»</i>

Март	Тема	Занятие 49-50	Занятие 51-52	Занятие 53-54	Занятие 55-56
	Цель	Учить детей метанию на дальность двумя руками из-за головы и катании мяча в воротца, приучать сохранять направление при метании и катании мячей. <i>Подвижная игра:</i> <i>«Кошка и мышки».</i>	Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке, учить спрыгивать с нее, закреплять умение бросать на дальность из – за головы , учить ходить парами, способствовать преодолению робости, развитию чувства равновесия чувства равновесия <i>Подвижная игра:</i> <i>« Кошка и мышки».</i>	Учить детей ходьбе по наклонной доске , в метании на дальность правой и левой рукой, способствовать развитию ловкости, преодолению робости, учить дружно играть. <i>Подвижная игра:</i> <i>«Пузырь».</i>	Упражнять детей в метании на дальность одной рукой, повторить прыжки в длину с места , развивать координацию движений, воспитывать внимание и умение сдерживать себя. <i>Подвижная игра:</i> <i>« Солнышко и дождик».</i>

	Тема	Занятие 57-58	Занятие 59-60	Занятие 61-62	Занятие 63-64
	Цель	Учить детей бросать и ловить мяч, упражнять в ходьбе по наклонной доске и ползании на четвереньках, учить дружно играть, помогать друг другу. <i>Подвижная игра: «Солнышко и дождик».</i>	Упражнять детей в прыжках в длину с места, повторить ползание по гимнастической скамейке, учить быстро реагировать на сигнал. <i>Подвижная игра «Мой веселый и звонкий мяч».</i>	Закреплять у детей умение ходить по гимнастической скамейке и прыгать с нее, учить бросать и ловить мяч, способствовать развитию чувства равновесия и координации движения. <i>Подвижная игра «Пузырь»</i>	Учить детей бросать мяч вверх и вперед, совершенствовать ходьбу по наклонной доске, способствовать развитию чувства равновесия, ловкости и смелости. <i>Подвижная игра «Воробышки и автомобиль»</i>

Апрель

	Тема	Занятие 65-66	Занятие 67-68	Занятие 69-70	Занятие 71-72
	Цель	Диагностика	Диагностика	Продолжать учить детей бросать мяч, упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыгать с высоты, развивать чувство равновесия, смелость и координацию движений, воспитывать выдержку и внимание. <i>Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч».</i>	Закреплять умение у детей катать мяч, упражнять в ползании по гимнастической скамейке в глубину, совершенствовать чувство равновесия <i>Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч».</i>
Май					

Физкультурно-оздоровительная деятельность (вариативная часть)

вторая младшая группа

Образовательная область	Содержание	Объем	Форма работы	Форма организации детей	Ожидаемый результат
«Здоровье»	Релаксация: «На полянке»	3 неделя сентября	Физкультурное занятие в зале (игровое)	Гр., подгр.	Снятие мышечного напряжения
	«Шум моря»	2 неделя марта	Физкультурное занятие в зале (путешествие)		
	«Звуки леса»	1 неделя апреля	Физкультурное занятие в зале		
	Логопедическая гимнастика: «Улыбочка», «Лопаточка»	4 неделя сентября 4 неделя декабря	Физкультурное занятия в зале (оздоровитель-ное)	Гр., подгр., инд.	Укрепление мышц языка
	«Лошадка», «Язычок»				
	Пальчиковые игры: «Пирог»	1 неделя октября 2 неделя март 3 неделя апреля 4 неделя февраля	Физкультурное занятия в зале (оздоровитель-ное)	Гр., подгр., инд.	Развитие общей и мелкой моторики рук
	«Семья»		Физкультурное занятие в зале (игровое)		
	«Дождик»		Физкультурное занятие в зале (игровое)		
	«Умывалочка»		Физкультурное занятие в зале (оздоровитель-ное)		
	Пальчиковая гимнастика: «Зайцы»	3 неделя октября	При выполнении режимных моментов (систематически)	Гр., подгр. инд.	Укрепление кистей рук
	«Мышата»	2 неделя	Физкультурное занятие в		

	«Апельсин»	декабря	зале (образное)	Гр., подгр., инд.	Расслабление и снятие напряжения в мышцах
	«Салат»	4 неделя марта	Физкультурное занятие в зале (оздоровитель-ное)		
	Самомассаж: «Аккуратные котята»	1 неделя мая	Физкультурное занятие в зале При выполнении режимных моментов (систематически)		
	«Веселые бельчата»	1 неделя ноября	Физкультурное занятие в зале (образное)		
	«Умывалочка»	4 неделя января	Физкультурное занятие в зале (игровое)		
	«Водичка, водичка»	4 неделя февраля	Физкультурное занятие в зале (оздоровитель-ное)	Гр., подгр., инд.	Привитие культурно- гигиенических навыков
	«Любит ежик умываться»	4 неделя апреля			
	Упражнения на дыхание: «Насос»	4 неделя октября			
		1 неделя января	При выполнении режимных моментов (систематически)		Развитие дыха-тельной системы
	«Снежинка»	2 неделя января	Физкультурное занятие в зале (оздоров-е)		
	«Ветер»	2 неделя февраль	Физкультурное занятие в зале (путешествие)		
	«Ёжик»	4 неделя мая	Физкультурное занятие в зале (сюжетное)		
	«Дышим носиком»	4 неделя отября	Физкультурное занятие в зале (путешествие)		
	Психогимнастика: «Настроение»		Физкультурное занятие в зале (оздоровитель-ное)	Гр., подгр., инд.	Создание эмоциона-льно положительного настроения
	Логоритмика:	1 неделя сентября			

	«Весело»		При выполнении режимных моментов (систематически)	Гр., подгр.	гигиенических навыков
	«Лошадка»	4 неделя декабря			
	Гимнастика для глаз:	2 неделя март	Физкультурное занятие в зале (игровое)	Гр., инд.	Укрепление глазных мышц
	«Я вижу!»		Физкультурное занятие в зале		
	«Мы зажмурим глазки дружно»	2 неделя октября			
	Сказкотерапия	4 неделя ноября	Физкультурное занятие в зале (игровое)	Гр., подгр., инд.	Привитие интереса к физической культуре
	«Спортивная полянка»		Физкультурное занятие в зале		
	«Цирковое приключени»	4 неделя сентября	Физкультурное занятие в зале (сюжетное)		Формирование потребности к двигательной активности
	Ритмика	1 неделя апреля	Физкультурное развлечение	Гр., подгр.	
		4 неделя ноябрь	Физкультурное развлечение		
		4 неделя января	Физкультурное развлечение		

Мониторинг образовательной деятельности

Мониторинг используется для выявления уровня усвоения детьми образовательной программы по образовательной области «Физическая культура», это:

- уровни физического развития (основных движений),
- уровень сформированности начальных представлений о здоровом образе жизни.

Мониторинг основывается на целевых ориентирах, которые формируются через раскрытие динамики формирования движений у воспитанников в каждый возрастной период освоения Программы.

Целевые ориентиры указаны в «Примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» /под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой

Педагогический анализ проводится 2 раза в год: в сентябре (первая, вторая неделя); в мае (1,2 недели).

Для детей, показавших низкий уровень по результатам первого обследования, разрабатывается индивидуальный образовательный маршрут, а в январе проводится промежуточная диагностика.

Диагностика усвоения программы

Компонент программы	Критерии усвоения	Методики обследования
Развитие физических качеств	Развитие скоростных, силовых качеств.	«Показатели физической подготовленности детей». В.Г.Фролов, Г.П.Юрко «Диагностика культуры здоровья дошкольников» В.А.Деркунская
Накопление и обогащение двигательного опыта	Владение основными движениями (бег, прыжки, метание)	
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Знание и владение представлениями об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Развитие интереса к физической культуре и спорту и желание заниматься, умение организовать подвижные игры.	
	Сформированность потребности в здоровом образе жизни.	

Карта оценки уровня усвоения программы по результатам диагностики

№	Ф.И. ребенка	Начало года					Конец года				
		прыжки	метание		бег	Формирование представлений о ЗОЖ	прыжки	метание		бег	формирование представлений о ЗОЖ

Планируемый результат усвоения программы:

- Развита основные физические качества и потребность в двигательной активности.
- Сформированы начальные представления о здоровом образе жизни.
- Эмоционально относится к предложенному заданию.
- Увлеченно занимается физической культурой в самостоятельной и совместной деятельности не только в физкультурном зале, но и в группе и на прогулке.

Уровни усвоения программы:

В (высокий) – программа усвоена полностью;

С (средний) – программа усвоена условно;

Н (низкий) – программа не усвоена.

Взаимодействие инструктора физического воспитания с педагогами.

Цель: Создание единого направления в физическом воспитании дошкольников.

Задачи:

1. Отбор оптимальных методов и приемов работы с дошкольниками по физическому воспитанию.
2. Создание целостной структуры при организации физической культуры и формирование представлений о здоровом образе жизни.

Формы организации:

- Совместная подготовка к воспитательно-образовательной деятельности (воспитатели, специалисты).
- Совместная воспитательно-образовательная деятельность
- Консультации
- Коллективные просмотры
- Методические выставки

- Тренинги
- Практикумы

Система работы с родителями воспитанников

Цель: Оказание помощи семье в физкультурно-оздоровительном воспитании детей.

Задачи:

1. Повышать уровень культуры родителей, их компетентности в области здоровьесбережения, физическом воспитании ребенка.
4. Воспитывать у родителей ответственность за сохранение здоровья, воспитание и развитие своего ребенка.

Формы организации:

Родительские собрания

Консультации

Беседы

Совместные занятия, праздники, развлечения

Перспективное планирование работы с родителями

1.	Индивидуальные рекомендации и беседы.	в течение года
2.	Консультации на родительских собраниях: - «Адаптация детей в детском саду»; - «Игры детей летом» - рекомендации родителям по физкультурно - оздоровительному развитию детей на летний период.	осень весна
3.	Наглядная информация – консультация на стендах: - профилактика плоскостопия; - «Как приучить детей делать утреннюю гимнастику»; - «Укрепляем мышцы спины пресса - формирование правильной осанки» -«Закаливание детей – воздушные и солнечные ванны, водные процедуры»;	в течение года сентябрь- ноябрь февраль апрель

Предполагаемый результат:

Родители вовлечены в воспитательно-образовательный процесс по физическому воспитанию детей.

У родителей воспитанников повысился уровень компетентности в физическом воспитании и развитии дошкольников. В большинстве семей изменены установки в области здоровьесбережения по отношению к ребенку, скорректированы родительские позиции.

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

В организованной образовательной деятельности используются следующие формы:

- физкультурные занятия игровые, сюжетные, тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развития речи, математики, конструирования), контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера, физкультминутки;
- игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек;
- ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений;
- мероприятия групповые, межгрупповые и общесадовские, туристические прогулки;
- физкультурные досуги (проводятся 1-2 раза в месяц);
- спортивные праздники (проводятся 2-3 раза в год);
- соревнования;
- дни здоровья;
- тематические досуги;
- праздники;
- театрализованные представления;
- смотры и конкурсы;
- экскурсии.

В ходе **образовательной деятельности при проведении режимных моментов** реализуются следующие формы по направлениям:

- физическое развитие:

комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна, контрастные ножные ванны), утренняя гимнастика, упражнения и подвижные игры во второй половине дня;

Самостоятельная деятельность детей осуществляется в формах:

- физическое развитие:

самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.);

Описание использования вариативных форм, способов, методов и средств реализации двигательной деятельности и по возрастным группам.

Возраст	Непосредственно образовательная деятельность	Режимные моменты	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьёй
Младший возраст	Физкультурные занятия (сюжетно-игровые, тематические, тренирующие, на улице и др.) Подвижная игра с правилами, Музыкально-ритмические упражнения, спортивные упражнения, общеразвивающие упражнения	Индивидуальная работа с детьми. Игровые упражнения. Утренняя гимнастика. Физкультминутки. Динамические паузы. подвижная игра с правилами, музыкально-ритмические упражнения, спортивные упражнения	подвижная игра с правилами, игровые упражнения, спортивные упражнения	Беседы. Совместные игры. Походы. Спортивные упражнения, Занятия в секциях, бассейне

СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№	Мероприятия	Группа ДОУ	Периодичность	Ответственный
1. МОНИТОРИНГ				
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Все, кроме 1 младшей группы	2 раза в год (в сентябре и мае)	Старшая медсестра Инструктор по физ. культуре, воспитатели групп
2. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
2.	Физическая культура	Все группы, кроме 1 младшей	2 раза в зале 1 раз на воздухе	Инструктор по физкультуре Воспитатели групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре

6.	Спортивные игры	Все группы, кроме 1 младшей	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре
7.	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
8.	День здоровья	Все группы, кроме 1 младшей	1 раз в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
9.	23 февраля «Весёлые старты»	Средняя, старшая, подготовительные группы	1 раз в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
12.	Корригирующая гимнастика для детей с ортопедическими нарушениями	Группы ЧБД	1 раз в неделю	Инструктор по лечебной физкультуре
13.	Спортивная секция «Здоровячок»	Сборная группа детей	1 раз в неделю	Инструктор по лечебной физкультуре

Физкультурные занятия являются ведущей формой двигательной культуры детей в ДОУ.

Структура занятий

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Формы организации образовательной области «Физическое развитие»

Занятие тренировочного типа, которые направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др.

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.

Контрольно-проверочные занятия, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений (бег на скорость на 10 м с хода, прыжки в длину с места, метание мешочка вдаль, бросание мяча вверх и ловля его, бросание набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками и т.д.)

Принципы организации занятий

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

Принцип интеграции: процесс оздоровления детей в ГБДОУ 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.

Методы и приемы обучения:

Наглядные:

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физ. оборудования, 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.
- слушание музыкальных произведений;

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.

ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ

Особенности организации образовательного процесса в группах оздоровительной направленности

Вторая часть общеобразовательной программы, разработанная участниками образовательного процесса, реализуется в условиях наличия в учреждении оздоровительных групп

Приоритетным направлением является сохранение и укрепление здоровья детей, развитие познавательных способностей, обеспечение становления социально-успешной личности воспитанника.

Исходя из приоритетных направлений: обеспечение воспитания и обучения детей, охрану и укрепление физического и психического здоровья, развитие индивидуальных способностей на основе реализации комплекса мер оздоровительного характера с учетом особенностей психофизического развития и возможностей каждого воспитанника, педагогический коллектив ДООУ осуществляет педагогическую деятельность по примерной общеобразовательной программе дошкольного образования: «От рождения до школы» и парциальной программе «Здоровье» В.Н. Алямовской.

Для решения проблем сохранения и укрепления здоровья воспитанников, социальных и социально- эмоциональных проблем, выбора досуговой сферы самореализации воспитанника, приобщения детей к общечеловеческим ценностям, обеспечения интеллектуального, личностного и физического развития, для успешного обучения в ситуациях школьного взаимодействия педагогический процесс в ДООУ осуществляется также в соответствии с примерной общеобразовательной программе дошкольного образования: «От рождения до школы»

Оздоровительные мероприятия

Формирование здорового образа жизни актуально с самого начала развития ребенка. В процессе работы над развитием навыков здорового образа жизни у воспитанников, коллективом ДООУ определены цели и задачи.

Цели:

- Воспитание здорового ребенка совместными усилиями ДООУ и семьи.
- Воспитание сознательного отношения дошкольников к своему здоровью.

Задачи:

Обеспечение физического и эмоционального развития ребенка в ДООУ и семье.

Развитие у детей стремления к сохранению своего здоровья через наличие устойчивого интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Формирование целостного понимания здорового образа жизни, через создание правильных представлений о здоровом образе жизни.

Обучение детей ощущению здорового образа жизни как неотъемлемой части существования.

Повышение педагогической культуры родителей, как участников единого образовательного пространства.

В ходе работы педагогического коллектива по созданию благоприятных условий для формирования правильного физического развития детского организма, повышения его сопротивляемости инфекциям постепенного и систематического закаливания в сочетании с методически продуманной воспитательной работой и физкультурой, направленной на комплексное использование всех средств физического развития и оздоровления организма, выделены основные блоки воспитания здорового образа жизни.

Воспитание навыков и привычек культуры поведения, положительных взаимоотношений и гигиенических навыков:

- рациональный режим дня, построенный с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей, физической и умственной работоспособности;
- оптимальный двигательный режим;
- комплекс культурно-гигиенических навыков;
- культура питания в детском саду;
- культура поведения и общения в детском саду и дома;
- воспитание гуманных качеств и положительных взаимоотношений;
- воспитание способности справедливо оценивать поступки свои и сверстников, общественного поведения.

Физическая культура и спорт:

- физкультурные занятия;
- физкультминутки во время занятий;
- динамические перемены;
- утренняя гимнастика;
- гимнастика пробуждения;
- ходьба по коррекционной дорожке;
- самомассаж;
- гимнастика для глаз;
- подвижные и спортивные игры на прогулках;
- досуги и развлечения;
- спортивные праздники и дни здоровья;
- участие в конкурсах, спартакиадах и соревнованиях;
- знакомство с различными видами спорта;
- мониторинг физического развития детей.

Лечебно-профилактические мероприятия для повышения иммунитета у детей

№ п.п.	Содержание работы	Сроки выполнения
1.	Организация физического воспитания детей: - Утренняя гимнастика. - Физкультурные занятия. - Бодрящая гимнастика после дневного сна. - Оздоровительный массаж. - Занятия лечебной физкультурой по возрастам с профилактикой нарушения осанки, плоскостопия.	В течение года
2.	Работа по профилактике нарушений осанки и плоскостопия: - Профилактика нарушений осанки. - Профилактика плоскостопия.	В течение года
3.	Включение элементов дыхательной гимнастики («музыкальный вокализ») и профилактики нарушений осанки и плоскостопия в музыкальные занятия.	В течение года
4.	Закаливающие мероприятия: • Одежда по сезону для всех детей. • Воздушные процедуры в группах, на занятиях физкультурой, лечебной физкультурой, массаже, утренней и бодрящей гимнастики. • Растирание кожи туловища сухой махровой варежкой • Солевые дорожки	В течение года

Особенности организации педагогического процесса в оздоровительных группах

Группы оздоровительной направленности созданы для часто болеющих детей и других категорий детей, которым необходим комплекс специальных оздоровительных мероприятий.

В группах оздоровительной направленности осуществляются дошкольное образование детей в соответствии с образовательной программой ДООУ, обязательной и вариативной ее части, а также комплекс санитарно – гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий и процедур.

Организация работы в группах оздоровительной направленности строится согласно Положения о группе оздоровительной направленности, перспективного плана оздоровительной работы с детьми.

Цель: обеспечение комплексной оздоровительной работы с детьми, сохранности их физического и психического здоровья.

Задачи:

- оказывать профилактическую, оздоровительную, социально - педагогическую поддержку детей на основании анализа и диагностики физического развития каждого ребенка, на основании осмотра детей и рекомендаций врачей- специалистов.
- разработка оптимальных моделей режима дня и двигательной деятельности, организацию оздоровительных мероприятий с учетом всех видов деятельности детей в образовательном учреждении в течение дня.

Медицинский и педагогический персонал дошкольного образовательного учреждения проводит комплексное оздоровление детей в группах оздоровительной направленности с учетом состояния их здоровья, включающее в себя:

- щадящий режим;
- рациональное, сбалансированное питание;
- массаж (по назначению врача);
- проведение специальных закаливающих процедур и прогулок;
- занятия лечебной физической культурой.

В группах оздоровительной направленности реализуется программа «Как воспитать здорового ребенка» В. Г. Алямовской (раздел «Здоровье») в образовательных областях «Здоровье», «Физическая культура» и в режимных моментах с использованием методических пособий:

- «Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет» М.А. Руновой
- «Здоровьесберегающие технологии в ДООУ» Л.В. Гаврючиной
- «Оздоровительно-воспитательная работа с ослабленными детьми ДООУ» Б.Б.Егоров
- «Подвижные игры, физминутки, общеразвивающие упражнения с речью и музыкой» Т.С.Овчинникова
- «Укрепляйте здоровье детей» Е.Н.Вавилова и др.

Образовательная деятельность в группах оздоровительной направленности осуществляется в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения); в ходе режимных моментов; самостоятельной деятельности детей; во взаимодействии с семьями воспитанников.

В образовательной области «Физическое развитие» выделяем такие особенности, как:

1. Воспитание культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания.
2. Воспитание привычки к здоровому образу жизни на занятиях физической культуры, досуговых мероприятиях, спортивно-развлекательных программах, спортивных праздниках совместно с детьми, педагогами и родителями.

3. Формирование предпосылок к учебной деятельности и психологической готовности к обучению в школе.
Создание условий для развития креативности всех участников педагогического процесса.
4. Организация образовательного процесса строится на основе требований СанПИНа 2.4.1.3049-13.
5. Режим дня в дошкольных группах строится в соответствии с требованиями СанПИНа 2.4.1.3049-13.возрастным особенностям детей и способствует их гармоническому развитию.
6. Проводится ежегодный мониторинг результатов деятельности ДОУ.
7. Деятельность педколлектива ориентирована на сотрудничество с семьями через общие родительские собрания, родительский комитет, групповые родительские собрания, круглые столы, семинары для родителей, консультации, где обсуждаются актуальные вопросы развития детей совместно с воспитателями и специалистами. Запросы родителей изучаются через анкетирование с целью изучения общественного мнения о работе ДОУ, а также изучение запроса семей на образовательные услуги
8. Осуществляется сотрудничество с образовательными и культурными учреждениями района и города, а также с центрами психологической помощи и развития личности.
9. Активно используются современные развивающие образовательные и здоровьесберегающие технологии, социо-игровая педагогика, информационные технологии.
10. В соответствии с современными психолого-педагогическими и медицинскими рекомендациями в ДОУ группы комплектуются по возрастному, предельная наполняемость возрастных групп устанавливается согласно Типового положения о дошкольном образовательном учреждении.
13.Образовательное пространство ДОУ организовано в соответствии с видом (комбинированного), его предназначением, поставленными целью, задачами по ее реализации.
11. Система педагогической деятельности строится таким образом, что мероприятия, способствующие решению проблемы выработки единых требований к ребенку медицинского, педагогического характера с целью оздоровления детей, профилактики школьной успеваемости, социальной дезадаптации и представляет единство приоритетных направлений: **здоровьесохраняющего и интеллектуально-познавательного.**
12. Работа по охране и укреплению здоровья воспитанников осуществляется по системе профилактических мероприятий по снижению заболеваемости ОРВИ и гриппом, с учетом оздоровительного распорядка дня и качественно-временных критериев двигательной активности воспитанников в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности

Система организации физкультурно - оздоровительной работы в оздоровительных группах

Вид деятельности	Периодичность	Дошкольные группы	Периодичность
Непосредственно образовательная деятельность	2 раза в неделю	Физкультурные занятия	3 раза в неделю
	2 раза в неделю	Лечебная физкультура	2 раза в неделю
Совместной деятельности педагога с детьми	ежедневно	Утренняя гимнастика	ежедневно
	2 раза в день	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	2 раза в день
	ежедневно	Бодрящая гимнастика	ежедневно
	1 раз в год	Физкультурный праздник	1 раз в год
		Физкультурный досуг	2 раза в неделю
		Физкультурные минутки	по мере необходимости
		День здоровья	1 раз в месяц

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Расписание непосредственно образовательной деятельности по физической культуре

Группы Дни недели	Вторая младшая группа	
	Группа №3	Группа №8
Понедельник	9.25-9.40	Физкультура на прогулке
Вторник		9.40-9.55
Среда	Физкультура на прогулке	
Четверг		9.40-9.55
Пятница	10.00-10.15	

Учебно-методическое обеспечение:

- Наглядный материал (плакаты, различные иллюстрации и картинки);
- Дидактический материал «Виды спорта»;
- Подборка различных видов оздоровительных гимнастик;
- Подборка стихов, потешек, загадок;
- Подборка музыкальных произведений;
- Технические средства обучения.
- Перспективные планы.
- Конспекты занятий.

Организация развивающей предметно- пространственной образовательной среды **Обязательная часть:**

Спортивный зал.

- Спортивное оборудование (лестницы, скамейки, дуги, шведская стенка и др.);
- Комплект мягких модулей;
- «Тоннель»
- «Батут».
- «Сухой бассейн».
- Мячи массажный.

Спортивная площадка.

- пространство для организации подвижных игр; проведения физкультурных занятий, спортивных праздников на воздухе.

Вариативный компонент: нетрадиционное оборудование (степ-платформы, фитболы)

Задачи:

- Обеспечить высокую двигательную активность, совершенствуя движения детей и их физические качества.
- Обогащать творческий потенциал, развивать воображение, стремление к активности, самостоятельности.
- Развивать у детей интерес к процессу движений с использованием предметов нестандартного оборудования.
- Создавать условия для проявления у детей положительных эмоций.
- Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, стремление прийти на помощь друг другу.
- Научить детей ухаживать за нестандартным оборудованием, бережно и аккуратно пользоваться им.

Применение:

во всех видах физкультурно-оздоровительной работы: физкультурных занятиях, корригирующих гимнастике, в игровой деятельности.

Предполагаемый результат:

Применение нестандартных пособий вносит разнообразие в физические занятия и эффекты новизны, позволяет шире использовать знакомые упражнения, варьировать задания. Нестандартное оборудование объединяет физкультуру с игрой, что создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности. Использование ярких цветных пособий повышает у детей интерес к занятиям, придает им необходимую эмоциональную окраску.

Режим двигательной активности в ДОУ

При составлении режима двигательной активности учитывается соотношение времени на проведение режимных моментов, организованную и самостоятельную деятельность детей. Деятельность строго регламентирована. Режим составляется с учетом обеспечения благоприятных условий для здоровья детей и предусматривает четкую ориентацию на возрастные физические и психологические особенности детей, специфику группы.

Важное требование при составлении режима - соблюдение объема учебной нагрузки в соответствии с САНПиН 2.4.1.3049-13

РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ

Формы физкультурной работы	Дни недели				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
I-я половина дня					
Самостоятельная двигательная деятельность	15	15	15	15	15
Утренняя гимнастика	5	5	5	5	5
Самостоятельная двигательная деятельность после завтрака	7	7	7	7	7
Физическая культура	15	15		15	
Музыка		15	15		
Физ. минутка	3	3	3	3	3
Динамическая перемена	10	10	10	10	10
Подвижная игра на утренней прогулке	5	5	5	5	5
Игровое задание по разучиванию движений на утренней прогулке	5	5	5	5	5
Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке	40	40	40	40	40
Индивидуальная работа по развитию движений	3	3	3	3	3
II-я половина дня					
Бодрая гимнастика	5	5	5	5	5
Самостоятельная двигательная деятельность после сна	10	10	10	10	10
Подвижная игра	3	3	3	3	3
Подвижные игры на вечерней прогулке	6	6	6	6	6
Самостоятельная двигательная деятельность на вечерней прогулке	30	30	30	30	30
Физкультурный досуг	1 раз в месяц				
Спортивные праздники	2 раза в год				
День здоровья	1 раз в квартал				
Каникулы.	С 30.12 по 10.01				
ИТОГО:	162 2ч 42 мин	177 2ч 57 мин	162 2ч 42мин	162 2ч 42 мин	147 2ч 27 мин

ГИБКИЙ РЕЖИМ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ ОТ 3 – 7 ЛЕТ

№ п/п	Режимные моменты	Варианты замены	Причины замены
1	Общеобразовательная деятельность.	- игровая деятельность; - прогулка; - самостоятельная деятельность детей; - совместная с воспитателем деятельность; - двигательная деятельность детей; - подвижные игры.	- погодные условия; - состояние здоровья ребенка; - эмоциональное состояние ребенка (отсутствие желания); - карантин.
2	Прогулка.	- игровая деятельность; - самостоятельная деятельность детей; - совместная с воспитателем деятельность; - экскурсия по ДОУ, посещение других групп; - двигательная деятельность детей; - подвижные игры.	- погодные условия (сильный дождь, штормовой ветер, температура воздуха ниже – 15 ° С).
3	Дневной сон.	- сон (увеличение времени дневного сна с дальнейшей передвижкой режимных моментов).	- задержка питания; - состояние здоровья ребенка.

СТРУКТУРА ЗАНЯТИЯ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

Третье физкультурное занятие проводится на улице в форме оздоровительно- игрового часа, которое направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. Такие занятия проводятся инструктором по физической культуре, под строгим контролем и с участием воспитателя в соответствии с учебным планом. При составлении конспектов оздоровительно- игрового часа инструктором по физической культуре учитывается сезонность: повышение двигательной активности в весенне - летний период и ее снижение в осенне - зимний период. Оздоровительная разминка (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки) 1 мин. - 1-я младшая группа, 1,5 мин. - 2-я младшая группа, 2 мин. - средняя группа, 3 мин. - старшая группа, 4 мин. - подготовительная к школе группа. Оздоровительно-развивающая тренировка (развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре) 9 мин. - 1-я младшая группа, 13,5 мин. - 2-я младшая группа, 18 мин. - средняя группа, 22 мин. - старшая группа, 26 мин. - подготовительная к школе группа.

ИНТЕГРАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОБЛАСТЕЙ

Физическая культура по своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Социально-коммуникативное развитие. Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

Познавательное развитие. Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Речевое развитие. Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

Художественно-эстетическое развитие. Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения. Физическое развитие. Развивать физические способности детей: быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы. Сформировать понятие о физической красоте тела: прямая спина, подтянутый живот и т.п. Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ И ИНВЕНТАРЬ

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования.

Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

- Гимнастическая лестница (высота 3 м, ширина 1-го пролета 95 см, расстояние между перекладинами 25 см) 2 пролета
- Канат для лазанья (длина 260 см) 1 шт.
- Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м) 2 шт.
- Мячи: • набивные весом 1 кг, • маленькие (теннисные и пластмассовые), • средние (резиновые), • большие (резиновые), • для футбола 1 шт. 60 шт. 30 шт. 30 шт. 3 шт.
- Гимнастический мат (длина 100 см) 2 шт. Палка гимнастическая (длина 76 см) 15 шт.
- Скакалка детская • для детей подготовительной группы (длина 210 см) • для детей средней и старшей группы (длина 180 см) 25 шт. 25 шт.
- Кольцеброс 1 шт. Кегли 10 шт.
- Обруч пластиковый детский • большой (диаметр 77 см) • средний (диаметр 62 см) 25 шт. 25 шт.
- Конус для эстафет 2 шт. Дуга для подлезания (высота 42 см) 1 шт.
- Кубики пластмассовые 8 шт.
- Цветные ленточки (длина 60 см) 30 шт.
- Бубен 1 шт.
- Ребристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см) 1 шт.

- Ходули 1 пара
- Батут (диаметр 95 см) 1 шт.
- Погремушки 20 шт.
- Диск «Здоровья» 2 шт.
- Корзина для инвентаря мягкая 3 шт. Корзина для инвентаря пластмассовая 3 шт.
- Мегафон 1 шт.
- Рулетка измерительная (5м) 1 шт.
- Секундомер 1 шт. Свисток 1 шт.

ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы, утренней гимнастики, физкультурных занятий и спортивных развлечений необходим музыкальный центр и музыкальное сопровождение. Детские песни и мелодии обновляется 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.
- Аудиозаписи

РАБОЧАЯ ДОКУМЕНТАЦИЯ

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.

- Рабочая программа инструктора по физической культуре
- Годовой план инструктора по физкультуре на 2015-2016 учебный год (Приложение № 1)
- Циклограмма деятельности инструктора по физкультуре на 2015-2016 учебный год (Приложение № 2)
- Перспективный план работы по всем возрастным группам (Приложение № 3)
- Непосредственная образовательная деятельность ДОО на 2015-2016 учебный год
- Мониторинг детей
- Консультации для родителей
- Консультации для воспитателей
- Сценарии праздников и досугов
- Комплексы утренней гимнастики по всем возрастным группам
- Комплексы дыхательной гимнастики
- Картотека подвижных и малоподвижных игр по всем возрастным группам
- Картотека пальчиковых игр
- ЛФК при нарушении зрения, осанки и при плоскостопии
- Папка по физкультурно-оздоровительной работе в ДОО

Перечень используемых программ и технологий

Программа	«От рождения до школы» Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. – М.:Мозаика-Синтез, 2010 – 304с.
Технологии и пособия	- К.К. Утробина Занимательная физкультура для дошкольников(3-5) лет и (5-7) лет Москва 20003 - Н.Б. Мулаева конспекты-сценарий занятий по физической культуре для дошкольников Санкт-Петербург 20006 - Ю.А. Кириллова Интегрированные физкультурно-речевые занятия для дошкольников Санкт-Петербург 20005 - Е.А. Бабенкова Игры, которые лечат (для детей от 3 до 5) Творческий центр Москва 2008 Сфера - Н.Ч. Железняк 100 комплексов ОРУ для старших школьников (с использованием стандартного и нестандартного оборудования) Москва 2009 - Т.Е Харченко Бодрящая гимнастика для дошкольников Детство-Пресс Санкт-Петербург 2012г. - Г.И. Кулик Школа Здорового Человека (программа для ДОО) Москва Творческий центр Сфера 2006 - М.Ю. Картушина Зелёный огонёк здоровья (программа оздоровления дошкольников) Москва Творческий центр 2007 -О.Ф. Горбатенко Физкультурно-оздоровительная работа для старших дошкольников (планирование, занятия, упражнения, спортивно-досуговые мероприятия) Волгоград 2007 - М.А. Рунова Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 3-4 года и 4-5 лет Москва Просвещение 2007 - Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения по физической культуре с детьми для детей 3-4 лет -М.: Гуманитарный издательский центр Владос,200 1.-112с. - Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений.- М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2001.-112с.