

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 пятого года жизни
для групп общеразвивающей 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	
Средняя группа (4 - 5 лет)	27
Комплексно-тематическое планирование	30
Физкультурно-оздоровительная деятельность (вариативная часть)	31
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 общеразвивающей 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 организаций. 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:**

Средняя – 2 группы общеразвивающей 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 познавательно-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.

Средняя группа (4-5 лет).

Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убеждён в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Всё это обуславливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные

возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

Планируемые результаты освоения Программы (Целевые ориентиры)

	Пятый год жизни
О чем узнают дети	Дети узнают о том, что можно выполнять общеразвивающие упражнения в разном темпе (умеренном, быстром, медленном), с разными предметами; в этих упражнениях разнообразные движения рук (одновременные и поочередные, махи, вращения), требования к правильной осанке во время ходьбы и в положениях стоя и сидя, разные виды бега. Результат в упражнении зависит от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — от активного толчка и выноса маховой ноги, в прыжке в длину с места — от энергичного отталкивания и маха руками вперед-вверх. Дети узнают основные требования к технике ловли и отбивания мячей от пола, ползанию разными способами, лазанию по лестнице чередующимся шагом одноименным способом, исходному положению и замаху при метании вдаль. Знакомятся с некоторыми подводными упражнениями. Узнают новое о спортивных упражнениях: зимой можно скользить по ледяным дорожкам с разбега. Дети узнают новые подвижные игры, игры с элементами соревнования, новые правила в играх, действия водящих в разных играх. Узнают, что в ритмических движениях существуют разные танцевальные позиции, движения можно выполнять в разном ритме и темпе, что по музыкальному сигналу можно перестраиваться знакомым способом. Дети узнают новые физкультурные пособия (разные виды мячей, лент, флажков, обручей, гимнастических палок и другие), знакомятся с их свойствами и возможными вариантами их использования в соответствии с этими свойствами. Дети узнают специальные упражнения на развитие физических качеств.
Что осваивают дети	Порядковые упражнения (построения и перестроения, повороты в движении); общеразвивающие упражнения; исходные положения; одновременные и поочередные движения рук и ног, махи, вращения рук; темп (медленный, средний, быстрый). Основные движения: в беге — активный толчок и вынос маховой ноги; в прыжках — энергичный толчок и мах руками вперед-вверх; в метании — исходное положение, замах; в лазании — чередующийся шаг при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подвижные игры: правила; функции водящего. Спортивные упражнения: в ходьбе на лыжах — скользящий шаг. По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения: -самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры; - сохранять исходное положение; - четко выполнять повороты в стороны; - выполнять общеразвивающие упражнения в заданном темпе, четко соблюдать заданное направление, выполнять упражнения с напряжением (не сгибать руки в локтях, ноги в коленях); - сохранять правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, умеренный, медленный); - сохранять равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, выполнять разные виды бега, быть ведущим колонны; при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера; -энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия; - ловить мяч с расстояния 1,5 м, отбивать его об пол не менее 5 раз подряд; - принимать исходное положение при метании; ползать разными способами; - подниматься по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская реек, до 2 м;

Планируемые результаты освоения программы	- 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.
--	--

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Средняя группа (от 4-5 лет)

Возрастной период детей от четырех до пяти лет характеризуется дальнейшим развитием разных форм двигательной активности, которая во многом обусловлена их достаточным запасом умений и навыков, хорошей пространственной ориентировкой, стремлением выполнять движения совместно, небольшими группами.

Дети пятого года жизни владеют в общих чертах всеми видами основных движений; они стремятся самостоятельно выполнять различные сочетания движений, достаточно сложные упражнения. Но зачастую им не удается выполнить их качественно и до конца.

Движения детей уже в этом возрасте носят произвольный и целеустремленный характер. Дети самостоятельно различают все основные виды движений, частично умеют выделять их отдельные элементы, пытаются обсуждать результаты своих действий, сопоставляя их с образцом.

Отличительной особенностью детей четырех-пяти лет является их познавательная активность и постоянное стремление к выполнению различных действий: расставлять и убирать пособия, имитировать образы животных, птиц и т. д. Достаточно высокая двигательная активность детей проявляется в подвижных играх, которые формируют у них ответственность за выполнение правил и достижение определенного результата. В процессе выполнения двигательных заданий различной сложности дети пытаются прилагать волевые усилия: перепрыгивают через барьеры, пролезают под дугами, ходят по наклонному буму и т. д. У детей совершенствуются двигательные умения и навыки, развиваются такие физические качества, как быстрота движений, ловкость, координация, выносливость.

Задачи:

- создание условий для разнообразной двигательной активности детей; организация свободного места для игр и упражнений; рациональный подбор физкультурного оборудования;
- обогащение детей элементарными знаниями о многообразии физических и спортивных упражнений;
- обучение технике основных видов движений, добиваясь их правильного выполнения в соответствии с образцом;
- разучивание разных способов выполнения движений, совершенствуя координационные возможности детей;
- формирование навыков езды на велосипеде, катания на санках, ходьбы на лыжах, а также действий с различными пособиями (обручем, мячом, скакалкой и др.);
- знакомство с правилами разных подвижных игр и развитие у детей умений четко выполнять их, проявляя находчивость, выдержку, ловкость и самостоятельность;
- закрепление навыков самостоятельного построения и перестроения в колонну, в круг, в шеренгу, парами;
- формирование у детей двигательных качеств и способностей (быстроты движений, ловкости, координации, гибкости, выносливости) и пространственной ориентировки в различных условиях (в физкультурном зале, на спортивной площадке, в лесу, парке);
- формирование потребности в здоровом образе жизни в семье и детском саду.

Педагогу необходимо позаботиться о создании двигательного режима, который предусматривает рациональное содержание разных форм двигательной активности, подобранных с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Необходимо варьировать приемы повышения эффективности использования физкультурного оборудования. К таким приемам относятся:

- создание эффекта новизны за счет смены переносного оборудования и внесения новых пособий;
- сочетание разных мягких модулей с целью обучения основным видам движений;
- объединение разных пособий в определенные комплексы (построение полосы препятствий);
- размещение дополнительных пособий (гладкие и ребристые доски, мишени, ленты и т. д.) на крупном оборудовании (на гимнастической стенке, на мини-стадионе и т. д.); различное пространственное расположение пособий;
- создание разных игровых зон (для игр с мячом, обручем, шнуром и скакалкой и т. д.).

В средней группе для организованной и самостоятельной двигательной активности детей необходимо иметь физкультурный уголок, который включает короткие гимнастические палки, мячи, плоские обручи, резиновые кольца, комплект «Следы», мелкие предметы разных геометрических форм и т. д.

Организация занятий

Основной организованной формой двигательной активности является занятие по физической культуре, которое должно доставлять радость ребенку, пробуждать интерес и способность к творческой активности, формировать двигательные умения и навыки, удовлетворять естественную потребность в движении. Для реализации этих задач особое значение имеет характер общения детей со сверстниками и взрослыми. Дети пятого года жизни нередко нуждаются в своевременной помощи, поддержке и поощрении.

Одним из факторов, способствующих уменьшению психической напряженности детей, является музыка. Она повышает эмоциональный тонус, способствует развитию внимания, чувства ритма и т. д. во вводной части и во время выполнения различных ритмических движений. В конце занятия музыкальное сопровождение может являться прекрасным средством снятия возбуждения и усталости у ребенка.

Предлагаем вводить в начале (сентябрь) и в конце (май) учебного года занятия контрольно-проверочного типа (всего 8—10 занятий в год). Основная их цель — выявить отставания в развитии моторики детей и наметить пути их устранения. Ребятам предлагаются следующие контрольные задания: бег на 10 м с хода, прыжки в длину с места, метание теннисного мяча вдаль удобной рукой, упражнения на гибкость и на сохранение равновесия.

Занятия включают разные упражнения в ходьбе, беге, ползании, лазанье, бросании и ловле мяча (разного размера и веса). Важно не забывать о включении упражнений для развития мелкой моторики: вращение кистями рук, сжатие и разжимание резинового кольца, перенос мелких предметов с помощью пальцев ног и т. д. Циклические движения: ходьба, бег, лазанье, ползание — благоприятны для развития координации движений. Сохранение устойчивого положения тела достигается за счет сбалансированной деятельности многочисленных групп мышц, что важно для формирования умения владеть телом и поддерживать нужную позу.

С детьми начинается разучивание техники основных видов движений (ходьбы, бега, бросания, лазанья и удерживания равновесия). Обращается внимание на правильность выполнения каждого элемента в соответствии с образцом (педагог показывает отдельные элементы, разъясняет и оказывает помощь детям). К концу учебного года воспитатель по физической культуре привлекает детей к оценке выполнения двигательных заданий — как своих, так и сверстников.

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
СЕНТЯБРЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «Стоп»; бег в колонне, враспынную с высоким подниманием коленей.				<u>Здоровье:</u> формировать гигиенические навыки: умываться и мыть руки после физических упражнений и игр. <u>Безопасность:</u> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры. <u>Труд:</u> учить самостоятельно переодеваться на физкультурные занятия, убирать свою одежду. <u>Познание:</u> формировать навык ориентировки в пространстве при перестроениях, смене направления движения
ОРУ			С флажками	С мячом	
Основные виды движений	Диагностика	Диагностика	1. Подпрыгивание на месте на двух ногах «Достань до предмета». 2. Прокатывание мячей друг другу, стоя на коленях. 3. Повтор подпрыгивания. 4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу.	1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. 2. «Тоннельчик» 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами. 5. Прыжки на двух ногах между кеглями	
Подвижные игры	«Самолёты»	«Огуречик, огуречик»	«Огуречик, огуречик»	«У медведя во бору»	
III часть	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	

ОКТЯБРЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба враспынную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках				Здоровье: рассказывать о пользе утренней гимнастики и гимнастики после сна, приучать детей к ежедневному выполнению комплексов упражнений гимнастики. Коммуникация: обсуждать пользу утренней гимнастики в детском саду и дома, поощрять высказывания детей. Познание: развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски. Музыка: разучивать упражнения под музыку в разном темпе, проводить музыкальные игры. Труд: учить готовить инвентарь перед началом пров.зан
ОРУ	С обручем	Со скакалками	С косичкой	Без предметов	
Основные виды движений	1.«Тоннель» 2. Ходьба по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе. 3. Ходьба перешагивая через кубики, руки на поясе. 4. Игровое упражнение с прыжками на месте на двух ногах	1. Прыжки через подушечки. 2. Метание мешочков на дальность. 3. Прыжки через шнур 4. Метание малых мячей в цель.	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики. 2. Прыжки на двух ногах, с продвижением вперед. 3. Ходьба по гимнастической скамейке, с мешочками на голове. 4. Прыжки на двух ногах до косички, перепрыгнув через неё.	1. Прыжки-перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах. 2. Прокатывание мяча друг другу 3. Прыжки-перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах. 4. Прокатывание мяча между 4-5предметами.	
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«Перебрось - поймай»	«Кот и мыши»	«Автомобили»	
III часть	«Мыши за котом». Ходьба в колонне за «котом» как «мыши», чередование с обычной ходьбой	«Чудо-остров». Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Автомобили» поехали в гараж	

НОЯБРЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей <u>Здоровье:</u> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. <u>Коммуникация:</u> обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. <u>Безопасность:</u> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. <u>Познание:</u> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперёд – назад, вверх-вниз
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал				
ОРУ	С мячом	Со скакалками	С кубиками	С мячом	
Основные виды движений	1. Прокатить мяч в прямом направлении 2. Лазанье под шнур, не касаясь пола. 3. Лазанье под дугу поточным способом. 4. Прыжки на двух ногах через 4-5 линий	1. Подлезание под дуги, касаясь руками. 2. Равновесие – ходьба по доске, с перешагиванием через кубики. 3. Прыжки на двух ногах между кубикам. 4. Лазанье под шнур, на высоте 40см., с мячом в руке. 5. Прокатить мяч в прямом направлении, затем пробежать за ним.	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Прыжки через бруски (взмах рук). 3. Ходьба по шнуру (по кругу). 4. Прыжки через бруски. 5. Прокатывание мяча между предметами, поставленными в одну линию	1. Прокатывание мячей друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях. 2. Подлезание под шнур, не касаясь руками пола. 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. 4. Подлезание под дугу, поточно 2 колоннами. 5. Прыжки на двух ногах между кеглями	
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«кот и мыши»	«Салки»	Самолёты	
III часть	«Угадай где спрятано»	«Угадай кто позвал»	«Найдём цыплёнка», «Найди, где спрятано»	«Летает не летает»	

ДЕКАБРЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности	Интеграция
--	------------

Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	образовательных областей
					<u>Здоровье:</u> рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой. <u>Коммуникация:</u> обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику их выполнения. <u>Безопасность:</u> учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре. <u>Социализация:</u> формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными враспынную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег враспынную с нахождением своего места в колонне				
ОРУ	Без предметов	С малым мячом	С платочками	С мячом	
Основные виды движений	1. Прыжки со скамейки (20см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Прыжки со скамейки (25см). 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками снизу. 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей	1. Равновесие – ходьба по шнуру, положенному прямо. 2. Прыжки через 4-5 брусков, со взмахом рук. 3. Ходьба по шнуру, положенному по кругу 4. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров 5. Прокатывание мячей между предметами.	1. Прыжки со скамейки (20см). 2. Прокатывание мячей между набивными мячами. 3. Прыжки со скамейки (25см). 4. Прокатывание мячей между предметами. 5. Ходьба и бег по ограниченной площади опоры (20см)	
Подвижные игры	«Карусели»	«Поезд»	«Лиса и куры»	«У медведя во бору»	
III часть	«Катаемся на лыжах». Ходьба в колонне по одному с выполнением дыхательных упражнений	«Тише, мыши...». Ходьба обычным шагом и на носках с задержкой дыхания	«Найдём цыплёнка»	«Летает не летает»	

ЯНВАРЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, между предметами на носках. Бег между предметами, врассыпную с нахождением своего места в колонне, с остановкой по сигналу; со сменой ведущего, с выполнением заданий				Здоровье: рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности. Коммуникация: обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь. Труд: учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. Социализация: формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей. Познание: формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему
ОРУ	С мячом	С кубиками	С мячом	С косичками	
Основные виды движений	1. Перебрасывание мячей друг другу 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Перебрасывание мячей друг другу 4. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 5. Ходьба между предметами с перешагиванием.	1. Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват с боков. 2. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставными шагами. 3. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке 4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше	1.Прыжки со скамейки (25см). 2. Перебрасывание мячей друг другу . 3. Отбивание малого мяча одной рукой о пол и ловля его двумя руками. 4. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд. 5.Ходьба на носках между предметами, поставленными в один ряд.	1.Прокатывание мячей друг другу в парах 2. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. 3. Прокатывание мячей друг другу в парах 4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях. 5.Прыжки на двух ногах справа и слева от шнура, продвигаясь вперёд.	
Подвижные игры	«Найди себе пару»	«Самолёты»	«Найди себе пару»	«Лошадки»	
III часть	Ходьба по ребристой доске (босиком)	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	

					отсчёта. <u>Музыка:</u>
--	--	--	--	--	----------------------------

ФЕВРАЛЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, с выполнением заданий, на носках, на пятках, по кругу, взявшись за руки. Ходьба и бег между мячами. Бег врассыпную с остановкой, перестроение в звенья				<u>Здоровье:</u> учить прикрывать рот платком при кашле и обращаться к взрослым при заболевании. <u>Труд:</u> учить самостоятельно готовить и убирать место проведения занятий и игр. <u>Социализация:</u> формировать навык оценки поведения своего и сверстников во время проведения игр. <u>Познание:</u> учить определять положение предметов в пространстве по отношению к себе: впереди-сзади, сверху-внизу
ОРУ	С обручем	Без предмета	С мячом	С гимн.палкой	
Основные виды движений	1. Лазанье под шнур боком, не касаясь пола. 2. Ходьба по скамейке с мешочками на голове. 3. Лазанье под шнур боком и прямо, не касаясь пола. 4. Ходьба по скамейке боком приставным шагом, руки на поясе. 5. Прыжки на двух ногах между кубиками, поставленными в ряд.	1. Ходьба по скамейке с поворотом. 2. Прыжки через бруски. 3. Ходьба, перешагивая через набивные мячи, с высоким подниманием колен. 4. Прыжки через шнур, положенной вдоль зала. 5. Перебрасывание мячей друг другу стоя в шеренге.	1. Перебрасывание мячей друг другу 2. Ползание по скамье на четвереньках. 3. Метание мешочков в вертикальную цель. 4. Прыжки на двух ногах между предметами. 5. Ползание по скамье с опорой на ладони и колени.	1. Ползание по скамье с опорой на ладони и колени 2. Ходьба, перешагивая через набивные мячи, с высоким подниманием колен. 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях 4. Ходьба по скамейке боком приставным шагом, руки на поясе. 5. Прыжки на правой и левой ноге, используя взмах рук	
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«Котят и щенята»	«Перелёт птиц»	«Перелёт птиц»	
III часть	«Считай до трёх». Ходьба в сочетании с	Ходьба в колонне по одному	Ходьба на месте, с продвижением вправо,	Ходьба в колонне по одному	

	прыжком на счёт «три»		влево, вперёд, назад		
--	-----------------------	--	----------------------	--	--

МАРТ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Вводная часть	Ходьба в колонне по одному; на носках, пятках, подскоком, врассыпную. Ходьба и бег парами «Лошадки» (по кругу); с выполнением заданий по сигналу; перестроение в колонну по три				<u>Здоровье:</u> формировать навык оказания первой помощи при травме. <u>Безопасность:</u> учить соблюдать правила безопасности при выполнении прыжков в длину с места и через кубики, ходьбы и бега по наклонной доске. <u>Коммуникация:</u> поощрять речевую активность детей в процессе двигательной активности, при обсуждении правил игры. <u>Познание:</u> рассказывать о пользе здорового образа жизни, расширять
ОРУ	Без предметов	С обручем	С мячом	С флажками	
Основные виды движений	1. Ходьба на носках между предметами, поставленными в один ряд. 2. Прыжки на двух ногах через шнур справа, слева. 3. Ходьба и бег по наклонной доске. 4. Прыжки на двух ногах через 5-6 шнуров	1. Прыжки в длину с места. 2. Перебрасывание мяча через шнур 3. Прыжки в длину с места. 4. Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы. 5. Прокатывание мяча друг другу	1. Прокатывание мячей между предметами. 2. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 3. Прокатывание мячей между предметами. 4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях с мешочками на спине 5. Ходьба по скамейке с мешочками на голове	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях 2. Ходьба по доске. 3. Прыжки на двух ногах через шнуры. 4. Лазание по гимнастич. стенке с передвиж. по третьей рейке. 5. Ходьба по доске на носках 6. Прыжки на двух ногах через шнуры.	
Подвижные игры	«Перелёт птиц»	«Бездомный заяц»	«Самолёты»	«Охотник и зайцы»	
III часть	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	«Найдём зайку»	

					кругозор
--	--	--	--	--	----------

АПРЕЛЬ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Вводная часть	Ходьба и бег: по кругу, взявшись за руки; враспынную, с изменением направления; с остановкой по сигналу с заданием; с перестроением в три звена, перестроением в пары; враспынную между предметами, не задевая их				<u>Здоровье:</u> рассказывать о пользе дыхательных упражнений по методике К. Бутейко. <u>Безопасность:</u> учить правилам безопасности при метании предметов разными способами в цель. <u>Музыка:</u> вводить элементы ритмической гимнастики; учить запоминать комплекс упражнений ритмической гимнастики. <u>Чтение:</u> подобрать стихи на тему «Журавли летят» и «Весёлые лягушата», учить детей воспроизводить
ОРУ	Без предметов	С кеглей	С косичкой	Без предметов	
Основные виды движений	1. Ходьба по доске с мешочком на голове 2. Прыжки на двух ногах через препятствия 3. Метание мешочков в горизонтальную цель. 4. Ходьба по доске боком приставными шагами с мешочком на голове	1. Прыжки в длину с места 2. Метание мешочков в горизонтальную цель. 3. Прыжки в длину с места 4. Метание мяча в вертикальную цель.	1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. 2. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч. 3. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине – присесть, встать, пройти	1. Ходьба по наклонной доске (ширина 15см, высота 35см). 2. Прыжки в длину с места. 3. Перебрасывание мячей друг другу. 4. Прыжки в длину с места.	
Подвижные игры	«Пробеги тихо»	«Совушка»	«Птички и кошки»	«Котята и щенята»	
III часть	«Угадай кто позвал».	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	

					движения в творческой форме, развивать вообр
--	--	--	--	--	--

МАЙ (средняя группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	
Вводная часть	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полу-приседе; бег «Лошадка»				<u>Здоровье:</u> учить технике звукового дыхания во время выполнения ходьбы. <u>Безопасность:</u>учит ь соблюдать правила безопасности во время лазания по гимнастической стенке разными способами. <u>Социализация:</u> формировать навык ролевого поведения, учить выступать в роли капитана команды. <u>Коммуникация:</u> формировать умение договариваться об условиях игры, объяснить правила игры
ОРУ			Без предметов	С кубиком	
Основные виды движений	Диагностика	Диагностика	1. Ходьба по гимнастической доске на полу 2. Прыжки на двух ногах в длину с места 3. Ходьба по гимнастической скамье боком. 4. Прыжки в длину с места через шнуры.	1. Прыжки на двух ногах через шнуры. 2. Перебрасывание мяча друг другу 3. Прыжки зажав мяч между коленками 4. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу, ловля после отскока	
Подвижные игры	«Котята и щенята»	«Карусель»	«Котята и щенята»	«Котята и щенята»	
III часть	«Узнай по голосу»	«Колпачок и палочка»	Ходьба в колонне по одному	Ходьба в колонне по одному	

Физкультурно-оздоровительная деятельность (вариативная часть)
Средняя группа.

<i>Образова- тельная область</i>	<i>Содержание</i>	<i>Объем</i>	<i>Форма работы</i>	<i>Форма организа- ции детей</i>	<i>Ожидаемый результат</i>
«Здоровье»	Дыхательная гимнастика: «Аромат цветка»	2 неделя сентября	Физкультурное занятие в зале (путешествие)	Гр., подгр., инд.	Развитие дыхательной системы
	«Каша кипит»	1 неделя ноября	Физкультурное занятие в зале (сюжетное)		
	«Ветерок»	4 неделя декабря	Физкультурное занятие в зале (оздоровительное)		
	Релаксация: «На зеленой лужайке»	3 неделя сентября	Физкультурные занятия на воздухе	Гр., подгр., инд.	Снятие мышечного напряжения
	«Олени»	2 неделя января	Физкультурное занятие в зале (сюжетное)		
	«Рыбки отдыхают»	2 неделя октября 2 неделя апреля	Физкультурное занятие в зале (путешествие)		
	«Цветок»	1 неделя января	Физкультурное занятие в зале (сюжетное)	Гр., подгр., инд.	Укрепление мышц рук
	«Воздушный шарик»	2 неделя сентября	Физкультурное занятие в зале (сюжетное)		
	Пальчиковая гимнастика: «1,2,3,4,5 –будем пальчики считать»	4 неделя апреля	Физкультурное занятие в зале (игровое)		
	«Дождик»	3 неделя декабрь	Физкультурное занятие в зале (сюжетное)		
	«У кого какая песенка?»	2 неделя февраль	Физкультурное занятие в зале (оздоровительное)		
		4 неделя октября января			

	«Моя бабушка»	марта	Физкультминутка	Гр., подгр., инд.	Укрепление мышц артикуляционного аппарата
	Звуковая гимнастика «Пчела»	2 неделя января	Физкультурное занятие в зале (оздоровительное)	Гр., подгр., инд.	
		1 неделя февраля			
	Самомассаж: «Здоровые ушки» (уши)	2неделя марта	Физкультурное занятие в зале (оздоровительное)		Научить простейшему массажу
	«Умывание» (пальцы)	1 неделя октября	Физкультурное занятие в зале (оздоровительное)		
		«Добрый день!»	2 неделя февраль		
	Этюд «Ласковый ребенок»	2 неделя мая	Физкультурное занятие в зале (сюжетное)	Гр., подгр., инд.	Формирование у детей представление о семье
		3 неделя апреля	Физкультурное занятие в зале (сюжетное)		
	Пальчиковая игра: «Дружная семья»	3 неделя октября	Физкультурное занятие в зале (образно-игровое)		
	«Насекомые»		При выполнении режимных моментов (систематически)		
		4 неделя марта	При выполнении режимных моментов (систематически)		
	«Салат»	1 неделя ноября	Физкультурное занятие в зале (путешествие)	Гр., подгр., инд.	Профилактика нарушения зрения
Гимнастика для глаз «Я вижу!»	3 неделя каждого месяца	Физкультурное занятие в зале (сюжетное)	Гр., подгр.		
Психогимнастика: «Доброта»		При выполнении режимных			Формирование выразительности движения

	«Веселые зверята» Массаж спины «Дождик» Гендерный подход		моментов (систематически)	Группа	Укрепление мышц спины Формирование умения межлич-ностного общения
--	---	--	---------------------------	--------	---

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
Средний 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 общеразвивающей направленности

Вторая часть общеобразовательной программы, разработанная участниками образовательного процесса, реализуется в условиях наличия в учреждении общеразвивающих 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»

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 программой 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.	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, утренней и бодрящей гимнастики. • Растирание кожи туловища сухой махровой варежкой • Солевые дорожки	В течение года

Особенности организации педагогического процесса в общеразвивающих группах

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

Организация работы в группах общеразвивающей направленности строится согласно Положения о группе общеразвивающей 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;
- проведение специальных закаливающих процедур и прогулок;

Образовательная деятельность в группах общеразвивающей 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 группах общеразвивающей направленности

Вид деятельности	Периодичность	Дошкольные группы	Периодичность
Непосредственно образовательная деятельность	2 раза в неделю	Физкультурные занятия	3 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	Средняя группа	
	Группа №5	Группа №6
Понедельник	9.00-9.20	Физкультура на прогулке
Вторник		10.00-10.20
Среда	Физкультура на прогулке	
Четверг		10.00-10.20
Пятница	9.40-10.00	

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 СРЕДНЕЙ ГРУППЫ

Формы физкультурной работы	Дни недели				
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
І-я половина дня					
Самостоятельная двигательная деятельность	15	15	15	15	15
Утренняя гимнастика	8	8	8	8	8
Самостоятельная двигательная деятельность после завтрака	7	7	7	7	7
Физическая культура	20	20		20	
Музыка			20	20	
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	3	3	3	3	3
Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке	40	40	40	40	40
Индивидуальная работа по развитию движений	3	3	3	3	3
ІІ-я половина дня					
Бодрая гимнастика	6	6	6	6	6
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				
День здоровья	1 раз в квартал				
Спортивные праздники	1 раз в год				
Каникулы.	С 30.12 по 10.01				
ИТОГО:	169 3ч 16 мин	169 2ч 36 мин	169 2ч 56 мин	189 3ч 16 мин	156 2ч 36 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.
- Кольцоброс 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 2014-2015 учебный год (Приложение № 1)
- Циклограмма деятельности инструктора по физкультуре на 2014-2015 учебный год (Приложение № 2)
- Перспективный план работы по всем возрастным группам (Приложение № 3)
- Непосредственная образовательная деятельность ДООУ на 2014-2015 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
- Папка по физкультурно-оздоровительной работе в ДООУ

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 ДООУ) 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,2001.-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.