

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 седьмого 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	
Подготовительная к школе группа (6 – 7 лет)	58
Комплексно-тематическое планирование	70
Физкультурно-оздоровительная деятельность (вариативная часть)	73
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:**

Подготовительная к школе – 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.

Подготовительная группа (6-7 лет).

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фразы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в

выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

Планируемые результаты освоения Программы (Целевые ориентиры)

Седьмой год жизни	
О чем узнают дети	<p>Дети узнают новые способы построений и перестроений, разноименные, разнонаправленные, поочередные движения в общеразвивающих упражнениях, парные упражнения. Узнают новые варианты упражнений с мячами разного размера, требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату, новые спортивные игры, правила спортивных игр.</p>
Что осваивают дети	<p>Порядковые упражнения: способы перестроения; общеразвивающие упражнения: разноименные и одноименные упражнения; темп и ритм в соответствии с музыкальным сопровождением; упражнения в парах и подгруппах; основные движения: в беге — работу рук; в прыжках — плотную группировку, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подвижные и спортивные игры: правила игр; способы контроля за своими действиями; способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Спортивные упражнения: скользящий переменный шаг по лыжне.</p> <p>По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> -самостоятельно, быстро и организованно строиться и перестраиваться во время движения; -выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений; -выполнять упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями; -сохранять динамическое и статическое равновесие в сложных условиях; -сохранять скорость и заданный темп бега; ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления; -отбивать, передавать, подбрасывать мяч разными способами; точно поражать цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и другие); -энергично подтягиваться на скамейке различными способами. <p>Быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестницам; лазать по канату (шесту) способом «в три приема»;</p> <ul style="list-style-type: none"> -организовать игру с подгруппой сверстников. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола; -выполнять попеременный двухшаговый ход на лыжах, подъемы и спуски с горы. Отталкиваться одной ногой, катаясь на самокате.
Планируемые результаты освоения программы	<ul style="list-style-type: none"> - Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат. - Результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. - Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях. <p>Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.</p>

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение **задач**:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности, физическом совершенствовании.

На седьмом году жизни движения ребенка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий, для них важен результат. Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовать так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность.

Планируемые результаты освоения программы:

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

Могут прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см, мягко приземляться; прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см., с разбега – 180 см, в высоту с разбега – не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.

Могут перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4 – 5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5 – 12 м, метать предметы в движущуюся цель.

Умеют перестраиваться в 3 – 4 колонны, в 2 – 3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения.

Выполняют физические упражнения из разных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.

Ходят на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимаются на горку и спускаются с нее, тормозят при спуске.

**КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
СЕНТЯБРЬ (подготовительная 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	Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.				<p><u>Здоровье:</u> формировать гигиенические навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться;</p> <p><u>Социализация:</u> Переживаю т состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её, успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются спортивным победам</p> <p><u>Безопасность:</u> формировать навыки безопасного поведения при выполнении бега, прыжков, подбрасывании мяча, проведении подвижной игры.</p> <p><u>Коммуникация:</u> поощрять речевую активность детей в процессе двиг.активности,</p>
ОРУ			С малым мячом	С флажками	
Основные виды движений	Диагностика		<p>1.Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (боком приставным шагом).</p> <p>2. Ползание на животе по гимнастической скамейке</p> <p>3.Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, (из-за головы)</p>	<p>1.Прыжки с поворотом «кругом» , доставанием до предмета.</p> <p>2. Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах.</p> <p>3 Лазанье под шнур, не касаясь пола.</p> <p>4. Прыжки с поворотом «кругом» , доставанием до предмета.</p> <p>5.Прыжки на двух ногах между предметами.</p>	
П. игры	«Удочка»	«Не оставайся на полу»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»	
III часть	Ходьба в колонне по одному				

		обсуждать пользу соблюдения режима дня Труд: убирать сп.инвентарь при проведении физ.упр Познание: формировать навык ориентировки в пространстве
--	--	--

ОКТАБРЬ (подготовительная 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	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег враспынную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				Здоровье: проводить комплекс закаливающих процедур (ножные ванны); расширять представление о важных компонентах ЗОЖ (движение, солнце, воздух). Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие). Коммуникация обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимна., зависимость здоровья от правильного питания Труд: учить следить за чистотой спортивного инвентаря
ОРУ	С мячом	С палкой гимнастич.	Без предметов	С обручем	
Основные виды движений	1.Подбрасывание одной и ловля другой. 2.Ползание по гимнастич. скамье на животе. 3.Ходьба по гимнастич. скамье с поворотом. 4. Подбрасывание одной и ловля другой. 5. Ползание по гимнаст. скамейке на ладонях и коленях.	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях. 2.Ходьба по скамейке, на середине порот, хлопнуть в ладоши сидя. 3.Прыжки из обруча в обруч. 4.Лазанье в обруч правым и левым боком. 5.Ходьба боком через набивные мячи 6.Прыжки через шнуры, на левой и правой ноге.	1. Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая ч/з кубики. 2. Прыжки на двух ногах через шнуры 3.Ведение мяча между кеглями 4. Ходьба по скамейке боком 5.Ходьба с мешочком на голове	1.Прыжки вверх на мат. 2.Отбивание мяча одной рукой. 3.Ползание на ладонях и ступнях в прямом направлении. 4.Прыжки с высоты 40см на мат. 5. Отбивание мяча одной рукой с забрасыванием в кольцо. 6.Лазанье в обруч.	
Игры	«Удочка»	«Не попадись»	«Перелёт птиц»	«Не оставайся на полу»	

					<p>Познание: развивать восприятие предметов по форме, цвету, величине, расположению в пространстве во время ходьбы с перешагиванием ч/з кубики, мячи.</p> <p>Музыка: проводить игры и упражнения под музыку</p>
III часть	Ходьба в колонне по одному				

НОЯБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей	
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя	<p>Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p>Социализация: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения игр</p> <p>Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.</p> <p>Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время ползания на четвереньках и по гимнастической скамейке,</p>	
Вводная часть	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег враспынную, с остановкой на сигнал					
ОРУ	Без предметов на скамье	С мячом	Без предметов	С косичкой		
Основные виды движений	1. Прыжки прямо, зажав мяч. 2. Прокатывание мяча под дугу. 3. Прыжки между кеглями, зажав мяч. 4. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Ходьба по скамье.	1. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 2. Прыжки на одной ноге между предметами. 3. Ходьба по скамье хлопками 4. «Проползи не урони» 5. Прыжки на на двух ногах между предметами. 6. Ходьба по скамье с предметом на голове.	1. Прыжки из глубокого приседа 2. Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием 3. Метание набивного мяча вдаль 4. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед	1. Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. 3. Ходьба с перешагиванием через 5–6 набивных мячей.		

II. игры	«Удочка»	«Удочка»	«Воробьи-вороны»	«Хитрая лиса»	перестроения в шеренгу, колонну, бега враспынную.
III часть	Ходьба в колонне по одному				<p>Познание: ориентироваться в окружающем пространстве, понимать смысл пространственных отношений(влево-вправо, вверх-вниз)</p> <p>Труд: Следить за опрятностью своей физкультурной формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование</p>

ДЕКАБРЬ (подготовительная 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	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения				<p>Здоровье: рассказывать о пользе дыхательных упражнений, приучать детей к ежедневному выполнению элементов упражнений на дыхание по методике А. Стрельниковой.</p> <p>Социализация: формировать навык ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками</p> <p>Коммуникация: обсуждать с детьми виды</p>
ОРУ	Без предметов	С обручем	С мячом	Без предметов	
Основные виды движений	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной</p> <p>2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура</p>	<p>1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове</p> <p>2. Пролезание в обруч боком</p> <p>3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями</p> <p>4. Прыжки через короткую скакалку</p>	<p>1. Подбрасывание одной и ловля другой.</p> <p>2. Ползание на четвереньках, между предметами.</p> <p>3. Перебрасывание мяча друг другу.</p> <p>4. Ползание на</p>	<p>1. Ползание по гимнаст. скамейке на ладонях и коленях.</p> <p>2. Ходьба по гимнаст. стенке в сторону</p> <p>3. Ходьба боком по скамье</p>	

	3. Переброска мячей в шеренгах 4. Вис на гимнастической стенке		четвереньках, между предметами. 5. Прыжки со скамьи на мат	4. Ползание по гимнаст. скамейке с хватом с боков 5. Лазанье по стенке	дыхательных упражнений и технику их выполнения. Безопасность: учить технике безопасного выполнения прыжков со скамейки и бега на повышенной опоре.
II. игры	«Хитрая лиса»	«Эхо»	«Воробьи - вороны»	«Хитрая лиса»	
III часть	Ходьба в колонне по одному				Труд: Следить за опрятностью своей физической формы и прически, убирать физкультурный инвентарь и оборудование

ЯНВАРЬ (подготовительная 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	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег				Здоровье: рассказывать о пользе массажа стопы, учить детей ходить босиком по ребристой поверхности. Коммуникация: обсуждать пользу массажа и самомассажа различных частей тела, формировать словарь.
ОРУ	С палкой	С кубиком	С малым мячом	С косичкой	Труд: учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр. Социализация: формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами
Основные виды движений	1. Ходьба с перешагиванием и перепрыгиванием палок 2. Ходьба по гимнаст. скамье 3. Ходьба с перешагиванием и перепрыгиванием палок 4. Ходьба по гимнаст. скамье руки за головой	1. Прыжок в длину с места 2. «Ласточка» 3. Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч 4. Прыжок в длину с места 5. «Мост»	1. Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками. 3. Ходьба по рейке скамьи 4. Подбрасывание мяча друг другу	1. Ходьба по двум скам. парам 2. Ползание на четвереньках по скамье 3. Прыжок через скакалку 4. Ползание на четвереньках между предметами 5. Ходьба по рейке	

	5. Ходьба по кругу с палкой	6. Катание мяча в ворота сидя на полу	5. Лазанье под шнур 6. Ходьба боком по рейке скамьи	скамьи руки за головой 6. Прыжок на мат со скамьи	товарищей. Познание: формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта.
II. игры	«День и ночь»	«Жмурки»	Эстафета с мячами	«Паук и мухи»	Музыка: учить выполнять движения, отвечающие характеру музыки
III часть	Ходьба в колонне по одному				

ФЕВРАЛЬ (подготовительная 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 по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо вперед), перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий				Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.
ОРУ	С обручем	С палкой	Без предмета	С большим мячом	Социализация: побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке с перешагиванием через мячи 2. Бросок мяча в корзину 3. Прыжки через шнуры 4. Ходьба по рейке скамьи приставляя пятку к носку 5. Прыжок вперёд между предметами	1. Подскоки попеременно 2. Переброс мяча друг другу 3. Лазанье под дугу 4. Прыжки на двух ногах между предметами 5. Ползание между предметами на коленях и ладонях 6. Переброс мяча в парах	1. Лазанье на гимнастич. стенку, с переходом на один 2. Ходьба парами по двум скамьям 3. Метание мешочков в вертикаль 4. Лазанье на гимнастич. стенку, с переходом на один 5. Ходьба по скамье с перешагиванием через кубики	1. Ползание между предметами на коленях и ладонях 2. Ходьба по скамье с хлопками 3. Прыжок из обруча в обруч 4. Лазанье на гимнаст. стенку. 5. Ходьба по скамье с мешочком на голове 6. «Передал – садись»	Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур,

			6.Метание мешочков в горизонт.цель		перебрасывания мяча друг другу разными способами.
II. игры	«Жмурки»	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Кто быстрее» эстафета с мячом	Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз
III часть	Ходьба в колонне по одному				Труд: учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр

МАРТ (подготовительная 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	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы				Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку	Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества(доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней 2. Метание в цель из разных исходных положений 3. Прыжки из обруча в обруч 4. Подлезание в обруч	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. 3. Ползание на спине по гимнастической скамейке 4. Прыжки на одной ноге через шнур	1. Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой 2. Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола 3. Ползание по скамейке по-медвежьи 4. Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	1. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной 2 Прыжки со скамейки на мат 3. Лазание по гимнастической стенке разноименным способом	Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность. Безопасность: формировать навыки

	разными способами				безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз Труд: учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
II. игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Бездомный заяц»	«Караси и щука»	
III часть	Ходьба в колонне по одному				

АПРЕЛЬ (подготовительная 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 на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево				Здоровье: рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой. Социализация: создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие) Коммуникация: обсуждать пользу закаливания, поощрять речевую активность.
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кольцом	С мешочками	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной 2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура 3. Переброска мячей в шеренгах 4. Ходьба по	1. Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове 2. Пролезание в обруч боком 3. Отбивание мяча одной рукой между кеглями 4. Прыжки через короткую скакалку	1. Ходьба по скамейке спиной вперед 2. Прыжки в длину с разбега 3. Метание вдаль набивного мяча 4. Прокатывание обручей друг другу	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы 2. Перебрасывание мяча за спиной и ловля его двумя руками. 3. Лазанье по гимнастической	

	гимнастической скамейке боком 5. Прыжки на двух ногах через скакалку			стенке с переходом на другой пролет 4. Прыжки через длинную скакалку	<p><u>Безопасность:</u> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами.</p> <p><u>Познание:</u> учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз</p> <p><u>Труд:</u> учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр</p>
II. игры	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками»	
III часть	Ходьба в колонне по одному				

МАЙ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Интеграция образовательных областей
Темы Этапы занятия	1-я неделя диагностика	2-я неделя диагностика	3-я неделя	4-я неделя	
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед				<p><u>Здоровье:</u> рассказывать о пользе закаливания, приучать детей к обтиранию прохладной водой.</p> <p><u>Социализация:</u> создать педагогическую ситуацию, при которой дети могут проявить свои нравственные качества (доброту, отзывчивость, терпение, дружелюбие)</p> <p><u>Коммуникация:</u> обсуждать пользу закаливания,</p>
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку	
Основные виды движений	1. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. 2. Прыжки в длину с разбега). 3. Метание набивного	1. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. 2. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь	1. Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. 2. Лазание по гимнастической стенке 3. Прыжки через бруски.	1. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. 2. Ползание по гимнастической	

	мяча. 4. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	руками, хват с боков. 3. Перебрасывание мяча друг другу во время ходьбы. 4. Прыжки на одной ноге через скакалку	4. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед 4. Лазание по гимнастической стенке	поощрять речевую активность. Безопасность: формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, перебрасывания мяча друг другу разными способами. Познание: учить двигаться в заданном направлении по сигналу: вперед – назад, вверх-вниз Труд: учить правильно подбирать предметы для сюжетно-ролевых и подвижных игр
II. игры	«Быстрые и меткие»	«Парашют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»	
III часть	Ходьба в колонне по одному				

Физкультурно-оздоровительная деятельность (ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ)

Подготовительная к школе группа

Образовательная область	Содержание	Объем	Форма работы	Форма организации детей	Ожидаемый результат
«Здоровье»	Упражнение на дыхание: «Бабочка» «Паровоз» «Вьюга» «Самовар» «Морозко» «Дровосек»	3 неделя сентября 4 неделя октября 1 неделя декабря 3 неделя декабря 3 неделя января	Физкультурное занятие в зале (сюжетное) Физкультурное занятие в зале (оздоровительное) Физкультурное занятие в зале (путешествие) Физкультурное занятие в зале (игровое) Физкультурное занятие в зале (путешествие) Физкультурное занятие в	Гр., подгр., инд.	Развивать и укреплять дыхательную мускулатуру

	Пальчиковая гимнастика: «Хлеб»	3 неделя марта	зале (по сказке)	Гр., подгр., инд.	Укрепление общей и мелкой моторики рук	
	«Наши пальцы»	1 неделя октября	Физкультминутки При выполнении			
	«Птичий праздник»	4 неделя октября	режимных моментов (систематически)			
	Пальчиковая игра «Мяч»	3 неделя марта	Физкультурное занятие в зале	Гр., подгр.	Укрепление мышц рук	
	Медитация «Хрустальная вода»	2 неделя марта	Физкультурное занятие в зале (с использованием оздоровительной гимнастики)			
	Самомассаж: «Солнечный зайчик»	2 неделя октября	Физкультурное занятие в зале (оздоровительное)	Гр., подгр.	Снятие напряжения	
		«Умывалочка» (лицо)	3 неделя октября			Физкультурное занятие в зале (оздоровительное)
		«Улитка» (нос)	3 неделя декабря			При выполнении режимных моментов (систематически)
	Гимнастика для шеи «Сидит белка»	4 неделя января	Физкультурное занятие в зале (оздоровительное)	Гр., подгр., инд.	Закрепить умение детей использовать имеющиеся знания и умения разных видов элементарного самомассажа	
		Гимнастика для глаз: «Солнечный зайчик»	3 неделя октября			При выполнении режимных моментов (систематически)
	«Муха»	4 неделя октября	Физкультурное занятие в зале (оздоровительное)	Гр., подгр., инд.	Укрепление мышц шеи Профилактика нарушения зрения	
		2 неделя	При выполнении			

	«Зоркие глаза»	января	режимных моментов (систематически)		
	Релаксация: «Я отдыхаю!»	4 неделя марта	Физкультурное занятие в зале (оздоровитель-ное)	Гр., подгр., инд.	Снятие мышечного напряжения
	«На морском берегу»	4 неделя января	Физкультурное занятие в зале (оздоровитель-ное)		
	Упражнение «Мое сердечко»	4 неделя мая	Физкультурное занятие в зале (путешествие)		
	Точечный самомассаж «Зимняя сказка»	2 неделя ноября	При выполнении режимных моментов (систематически)	Гр., подгр., инд.	Обучение детей находить у себя пульс
	«Гномик»	4 неделя января	Физкультурное занятие в зале (игровое)	Гр., подгр., инд.	Вырабатывание потребности в здоро-вом образе жизни
	Психомышечная гимнастика «Федорино горе»	1 неделя февраля	Физкультурное занятие в зале (оздоровитель-ное)		
		3 неделя мая	Физкультурное занятие в зале (игровое)	Гр., подгр.	
	Игра «Узнай по запаху»	4 неделя ноября	Физкультурное занятие в зале (оздоровитель-ное)		Закрепление умения детей в передаче мимикой, жестами и речью характер стихотворных фрагментов
	Гимнастика для стоп «Медведь»	1 неделя декабря	Оздоровительно- игровой час	Гр., подгр., инд.	Развитие обоня-тельного восприятия
	Энергостимулирующее упражнение «Звонок»	3 неделя ноября	При выполнении режимных моментов (систематически)	Гр., подгр., инд.	
		4 неделя декабря	Физкультурное занятие в зале (оздоровитель-ное)	Гр., подгр., инд	Укрепление стоп
	Игра «Можно – нельзя»		Физкультурное занятие в зале (оздоровитель-ное)		Расслабление всех групп мышц
		2 неделя марта	Физкультурное занятие в	Гр.	

	Игра «Да – нет» Логоритмика «Люблю солнце»	4 неделя января	зале (игровое) Физкультурное занятие в зале Физкультурное занятие в зале (игровое)	Гр. Гр., подгр.	Закрепление навыков ухода за кожей Формирование навыков здорового образа жизни Согласовывание движений с речью
--	--	-----------------	--	------------------------	--

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».
Накопление и обогащение двигательного опыта	Владение основными движениями (бег, прыжки, метание)	В.Г.Фролов, Г.П.Юрко
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.	«Диагностика культуры здоровья дошкольников» В.А.Деркунская
	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

Планируемый результат усвоения программы:

- Развиты 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 развит 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 семьей
Младший возраст	Физкультурные занятия (сюжетно-игровые, тематические, тренирующие, на улице и др.) Подвижная игра с правилами,	Индивидуальная работа с детьми. Игровые упражнения. Утренняя гимнастика. Физкультминутки.	подвижная игра с правилами, игровые упражнения, спортивные упражнения	Беседы. Совместные игры. Походы. Спортивные упражнения, Занятия в секциях, бассейне

	Музыкально-ритмические упражнения, спортивные упражнения, общеразвивающие упражнения	Динамические паузы. подвижная игра с правилами, музыкально-ритмические упражнения, спортивные упражнения		
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
Старший 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.	Корректирующая 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 ДОО 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 ДОО 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 ДОО определены цели и задачи.

Цели:

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

Задачи:

Обеспечение физического и эмоционального развития ребенка в ДОУ 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: <ul style="list-style-type: none">- 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: <ul style="list-style-type: none">- 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: <ul style="list-style-type: none">• 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 рекомендацией 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 закалывающих 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	Подготовительная к школе группа		
	Группа №3	Группа №7	Группа №10
Понедельник	9.25-9.40	Физкультура на прогулке	10.15-10.45
Вторник			Физкультура на прогулке
Среда	Физкультура на прогулке	10.00-10.30	
Четверг			10.25-10.55
Пятница	10.00-10.15	10.20-10.50	

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 гимнастиках, 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 ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ 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	12	12	12	12	12
Самостоятельная двигательная деятельность после завтрака	7	7	7	7	7
Физическая культура	30	30		30	
Музыка			30	30	
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	4	4	4	4	4
Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке	40	40	40	40	40
Индивидуальная работа по развитию движений	5	5	5	5	5
II-я половина дня					
Бодрая гимнастика	10	10	10	10	10
Самостоятельная двигательная деятельность после сна	10	10	10	10	10
Подвижная игра	8	8	8	8	8
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	1 раз в год				
Каникулы.	С 30.12 по 10.01				
ИТОГО:	195 3ч 15 мин	195 3ч 15 мин	195 3ч 15 мин	225 3ч 45 мин	165 2ч 45 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.
- Кольцесброс 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
- ЛФК при нарушении зрения, осанки и при плоскостопии
- Папка по физкультурно-оздоровительной работе в ДООУ

Перечень используемых программ и технологий

Программа	<p>«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.</p>
Технологии и пособия	<ul style="list-style-type: none"> - 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,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.