

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 63
«ЗВЕЗДОЧКА» Г. ВОЛЖСКОГО ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ»
(МДОУ Д/С № 63)



О.В. Ларина

Принято

на заседании педагогического совета
протокол № 5
от «30» 08 2017 года.

Рабочая программа инструктора по физическому воспитанию

муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 63
«Звездочка» г. Волжского Волгоградской области»

на 2017-2018 учебный год

2017 год

Содержание

№	Раздел	Страницы
	Раздел I. Целевой	2-10
1.1	Пояснительная записка.	2
1.1.1	Нормативная база	2
1.1.2	Цели и задачи реализации Программы.	3
1.1.3	Принципы реализации Программы.	5
1.2	Планируемые результаты освоения программы.	6
1.3	Технология педагогической диагностики (мониторинга) индивидуального развития детей.	7
	Раздел II. Содержательный	10-21
2.1	Система воспитательно-образовательной работы по образовательной области «Физическое развитие»	10
2.2	Система деятельности по поддержке детской инициативы.	19
	Раздел III. Организационный	21-31
3.1	Организация образовательного процесса и организационные педагогические условия.	21
3.2	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.	27
3.3	Развивающая предметно-пространственная и информационно-образовательная среда.	30

Раздел I. Целевой

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Нормативная база

Рабочая программа инструктора по физическому развитию муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 63 «Звездочка» г. Волжского Волгоградской области» разработана с учетом Примерной основной образовательной программы дошкольного образования «Детство»/Т. И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2014/ и в соответствии с законодательно-нормативными документами:

- *Основная образовательная программа (программа) муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 63 «Звездочка» г. Волжского Волгоградской области»*

- *Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,*

- *Федеральный Закон от 03.11.2006 № 174-ФЗ «Об автономных учреждениях»;*

- *постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (СанПиН 2.4.1.3049-13);*

- *Устав образовательной организации МДОУ д/с № 63;*

- Программа развития МДОУ д/с № 63.

При разработке программы принимались во внимание:

- 1) личностно-развивающая и деятельностная направленность дошкольного образования;
- 2) организация образовательного процесса в формах, специфичных для детей разных возрастных групп (от 1,6 до 8 лет), в форме игры;
- 3) интегративный подход к отбору и организации содержания образования.

Рабочая программа дошкольного образования реализуется в группах общеразвивающей направленности. В группы общеразвивающей направленности включаются воспитанники одного возраста.

Рабочая программа может реализовываться ДООУ при помощи *сетевых форм*, с использованием ресурсов нескольких организаций, осуществляющих образовательную деятельность, а также с применением ресурсов иных организаций – медицинских, организаций культуры, физкультурно-спортивных и др.

Использование сетевой формы реализации образовательной программы осуществляется на основании договора между МДОУ и:

- МОУ СШ № 24 г. Волжского;
- МБОУ ВО ВИЭПП;
- МБУЗ «Городская детская поликлиника №1»;
- МБУДО ДТДМ;
- МДОУ д/с № 53, 79, 98, 73, 94, 102 ;

Дети, посещающие МДОУ д/с № 63, являются постоянными участниками конкурсов, выставок, проводимых в детском саду, а также городских конкурсов и соревнований («Малые Олимпийские игры», «ДРОЗД», «Фестиваль ГТО» и др.).

1.1.2. Цели и задачи реализации программы

Цель: формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармонического физического развития.

Основные направления и задачи:

1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

- Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

2. Физическая культура.

- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Четвертый год жизни. 2-я младшая группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.
2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.
3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.
4. Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками
5. Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой.

Пятый год жизни. Средняя группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.
2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.
3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.
4. Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

Шестой год жизни. Старшая группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).
2. Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.
3. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.
4. Развивать творчество в двигательной деятельности.
5. Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
6. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.
7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения.
9. Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.

10. Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания.

Седьмой год жизни. Подготовительная группа

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.
2. Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.
3. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
4. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.
5. Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений.
6. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
7. Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.
8. Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
9. Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

1.1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

Программа строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей.

Реализуя принцип интеграции образовательных областей, программа предлагает единое направление – личностно-деятельную стратегию образования, не задавая жесткого регламента, что позволит образовательной организации самостоятельно и эффективно обеспечивать реализацию поставленных задач с учетом типа и видовой направленности групп, материального и кадрового обеспечения, а также контингента детей.

В соответствии с обновленными идеологическими положениями в ФГОС ДО при формировании программы взяты за основу следующие *принципы*:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (раннего, дошкольного), обогащение, (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок, активный в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (индивидуализация дошкольного образования);
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество ДООУ с семьей;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).

1.2. Планируемые результаты освоения программы

1.2.1. Целевые ориентиры уровня дошкольного образования

Четвертый год жизни. 2-я младшая группа

Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.

- При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.
- Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.
- Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.
- С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату.

Пятый год жизни

- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук.
- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.
- Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.
- С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы.
- Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.
- Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.
- Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

Шестой год жизни

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений).
- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
- Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.
- Имеет представления о некоторых видах спорта.

- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.
- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.
- Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.
- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.
- Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

Седьмой год жизни

- Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
- В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.
- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.
- Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.
- Имеет начальные представления о некоторых видах спорта.
- Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.
- Владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья.
- Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью ко взрослому).

1.2.2. Технология педагогической диагностики (мониторинга) индивидуального развития детей

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности.

Инструментарий для педагогической диагностики — карты развития ребенка, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы физического развития каждого ребенка в ходе мониторинга по основным видам движений.

Шкала индивидуальной оценки физического развития дошкольников-девочек, дошкольников-мальчиков 5-летнего, 6-летнего возраста по основным видам движений: бег 30 метров, прыжок в длину с места, метание теннисного мяча на дальность, челночный бег 3х10 м, бег на выносливость 150 м, 300 м.

Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей. В ходе образовательной деятельности педагоги должны создавать диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

Для проведения диагностики могут использоваться следующие методы:

- - практический метод измерения времени секундомером в беге;
- - практический метод измерения дальности прыжка и броска мяча;
- - наблюдения .

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей осуществляется на основе научно-методического пособия – СПб.: «Издательство «Детство-Пресс», 2011. «Мониторинг в детском саду» под ред. Т.И. Бабаевой.

Методических рекомендаций «Индивидуальная оценка физического развития детей-дошкольников 4-6 лет г.Волгограда» г.Волгоград 1990 г.(авторы ВГИФК, ВПИ им.А.Д.Серафимовича, ВОИУУ.)

**Сравнительная таблица результатов уровня
физической подготовленности по ОВД 2017-2018г.**

	Старший возраст		Подготовительный к школе возраст	
	Сентябрь	Май	Сентябрь	Май
Бег 30 метров Низкий Средний Высокий				

Прыжок в длину с места

	Старший возраст		Подготовительный к школе возраст	
	Сентябрь	Май	Сентябрь	Май
Низкий Средний Высокий				

Метание теннисного мяча вдаль

	Старший возраст		Подготовительный к школе возраст	
	Сентябрь	Май	Сентябрь	Май
Низкий Средний Высокий				

Челночный бег 3 x 10 м

	Старший возраст		Подготовительный к школе возраст	
	Сентябрь	Май	Сентябрь	Май

Низкий Средний Высокий		
Бег на 150, 300 м (выносливость)	Старший возраст Сентябрь Май	Подготовительный к школе возраст Сентябрь Май
Зачет Незачет		

Раздел II. Содержательный

2.1. Система воспитательно-образовательной работы в МДОУ по образовательной области «Физическое развитие»

Обязательная часть

Программное обеспечение

Перечень программ и технологий	Детство. Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т. И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др. — СПб. ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014;
Перечень пособий	Болонов Г.П., Болонова Н.В. Сценарии спортивно-театрализованных праздников, игровые упражнения. Книга 2.-М.; Школьная пресса, 2003. - 96с.
	Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкольникам: Программа и программные требования. - М.: Гуманит изд. центр ВЛАДОС, 1999. - 144с.
	Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. - М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2000. - 176с
	Голицына Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении - М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2006. -72с.
	Казина О.Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы. - Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг 2005. - 140 с.
	Лескова Г.П. и др. Общеразвивающие упражнения в детском саду: Пособие для воспитателя. Г.П.Лескова,П.П.Бущинская, В.И.Васюкова. - М. Просвещение, 1981. - 160 с.
	Н.Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. Конспекты занятий. - М.: Мозаика - Синтез, 2009 - 128 с.
	Фомина Н.А. Музыкально - двигательная подготовка в системе физического воспитания. Учебно-методическое пособие. Волгоград ВГАФК 2000г. 37 с.
	Финогенова Н.В. «Твой друг – игра!» Двигательно-игровая программа по физическому воспитанию детей 5-7 лет. – Волгоград: ВГАФК, 2005. – 101 с.
	Яковлева Л.В., Юдина Р.А., «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошкольных

	учреждений: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2003. – в 3 ч. : Программа «Старт». Методические рекомендации. – 320 с.
	Грядкина Т.С. Образовательная область «Физическая культура» Учебно-методическое пособие / науч.ред.: А.Г.Гогоберидзе. - СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2012. - 160 с.
	Сучкова И.М., Мартынова У.А., Давыдова Н.А. «Физическое развитие детей 2-7 лет: развернутое перспективное планирование по программе «Детство» Волгоград: Учитель, 2012. – 189 с.
	Подольская Е.И. «Физическое развитие детей 2-7 лет: сюжетно-ролевые занятия» - Волгоград: Учитель, 2012. – 229 с.

Младшая группа

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения. Построения и перестроения: свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием. *Общеразвивающие упражнения.* Традиционные двухчастные общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу. *Основные движения. Ходьба.* Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске, ходьба и бег со сменой темпа и направления. *Бег,* не опуская головы. *Прыжки.* Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними. *Катание, бросание, метание.* Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками вдаль, в горизонтальную и вертикальную цели. *Лазание* по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола. *Музыкально-ритмические упражнения. Спортивные упражнения:* катание на трехколесном велосипеде; ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. *Подвижные игры.* Основные правила в подвижных играх.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами

Элементарные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья; элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

- Ребенок малоподвижен, его двигательный опыт беден.
- Неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании).

- Затрудняется действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений.
- Не испытывает интереса к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями.
- Незнаком или имеет ограниченные представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни.
- Испытывает затруднения в самостоятельном выполнении процессов умывания, питания, одевания, элементарного ухода за своим внешним видом, в использовании носового платка, постоянно ждет помощи взрослого.

Средняя группа

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения. Построение в колонну по одному по росту. Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте. **Общеразвивающие упражнения.** Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты.

Основные движения. Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подводящие упражнения. **Ходьба** с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного). **Бег.** Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег ($5 \times 3 = 15$), ведение колонны. **Бросание, ловля, метание.** Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. **Ползание, лазание.** Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек. **Прыжки.** Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (вспрыгивание на высоту 15—20 см).

Сохранение равновесия после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности. **Подвижные игры:** правила, функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия. **Спортивные упражнения.** Ходьба на лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полуюлочкой, правила надевания и переноса лыж под рукой. Плавание — погружение в воду с головой, попеременные движения ног, игры в воде. Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельное. Катание

на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами. *Ритмические движения*: танцевальные позиции (исходные положения);

элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами

Представления об элементарных правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека; о вредных привычках, приводящих к болезням; об опасных и безопасных ситуациях для здоровья, а также как их предупредить. Основные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

- Двигательный опыт (объем основных движений) беден.
- Ребенок допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа воспитателя. Затрудняется внимательно воспринять показ педагога, самостоятельно выполнить физическое упражнение.
- Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует.
- Движения недостаточно координированы, быстры, плохо развита крупная и мелкая моторика рук.
- Испытывает затруднения при выполнении скоростно-силовых, силовых упражнений и упражнений, требующих проявления выносливости, гибкости.
- Интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями нестойкий. Потребность в двигательной активности выражена слабо.
- Не проявляет настойчивость для достижения хорошего результата при выполнении физических упражнений. Не переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- У ребенка наблюдается ситуативный интерес к правилам здорового образа жизни и их выполнению.
- Затрудняется ответить на вопрос взрослого, как он себя чувствует, не заболел ли он, что болит.
- Испытывает затруднения в выполнении процессов личной гигиены. Готов совершать данные действия только при помощи и по инициативе взрослого.
- Затрудняется в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

Старшая группа

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах. *Общеразвивающие упражнения*: четырехчастные, шестичастные

традиционные общеразвивающие с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами. Подводящие и подготовительные упражнения. Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге — выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега — отталкивания, группировки и приземления, в метании — замаха и броска. *Ходьба*. Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. *Бег*. На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3*10 м в медленном темпе (1,5—2 мин). *Прыжки*. На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. *Бросание, ловля и метание*. «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5—9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5—4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. *Ползание и лазание*. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом. Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры- эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр. *Спортивные игры*. Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). Баскетбол: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам. Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с воспитателем. Футбол: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3—5 м); игра по упрощенным правилам. *Спортивные упражнения*: скользящий переменный лыжный ход, скольжение по прямой на коньках, погружение в воду, скольжение в воде на груди и на спине, катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами

Признаки здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека. Правила здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки. Особенности правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома. Некоторые правила профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения. Представление о собственном здоровье

и здоровье сверстников, об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания.

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

- Двигательный опыт ребенка беден (малый объем освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений); плохо развита крупная и мелкая моторика рук.
- В двигательной деятельности ребенок затрудняется проявлять выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
- В поведении слабо выражена потребность в двигательной деятельности.
- Не проявляет интереса к новым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при выполнении упражнений.
- Неуверенно выполняет упражнения, не замечает ошибок других детей и собственных. Интересуется простыми подвижными играми, нарушает правила, увлекаясь процессом игры.
- Слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений, не проявляет интереса к проблемам здоровья и соблюдению в своем поведении основ здорового образа жизни.
- Представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни поверхностные.
- Ребенок испытывает затруднения в самостоятельном выполнении культурно-гигиенических навыков, в уходе за своим внешним видом, вещами и игрушками.

Подготовительная группа

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения. Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение во время движения. Перестроение четверками. *Общеразвивающие упражнения.* Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименные, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами. Упражнения с разными предметами, тренажерами. *Основные движения.* Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения. *Ходьба.* Разные виды и способы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. *Упражнения в равновесии.* Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. *Бег.* Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом,

по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3-х минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5*10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м. *Прыжки.* Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку. *Метание.* Отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцоброс и др.) разными способами. Точное поражение цели. *Лазание.* Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема». *Подвижные игры.* Организовать знакомые игры с подгруппой сверстников. Игры-эстафеты. *Спортивные игры.* Правила спортивных игр. Городки: выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Баскетбол: 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. Футбол: способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Настольный теннис, бадминтон: 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. Хоккей: ведение шайбы клюшкой, умение забивать в ворота. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывательного торможения. *Спортивные упражнения.* Ходьба на лыжах: скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойке. Катание на коньках: сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, скольжение и повороты. Катание на самокате: отталкивание одной ногой. Плавание: скольжение в воде на груди и на спине, погружение в воду. Катание на велосипеде: езда по прямой, по кругу, «змейкой», уметь тормозить. Катание на санках. Скольжение по ледяным дорожкам: после разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Скольжение с невысокой горки.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами

Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в

деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду. Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.).

Результаты образовательной деятельности

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

- В двигательной деятельности ребенок затрудняется в проявлении быстроты, координации (ловкости), выносливости, силы и гибкости.
- Допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений.
- Слабо контролирует выполнение своих движений и движений товарищей, затрудняется в их оценке.
- Допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности.
- Не проявляет стойкого интереса к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при их выполнении.
- Проявляет несамостоятельность в выполнении культурно-гигиенических процессов (к началу обучения в школе не овладел основными культурногигиеническими умениями и навыками).
- Не имеет привычки к постоянному использованию культурно-гигиенических навыков без напоминания взрослого. Проявляет равнодушие по отношению к больному близкому человеку в семье, к заболевшему сверстнику.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Направление: Физическая культура.

Форма работы: Кружок «Олимпийские надежды» для детей 6 -7 лет.

Цель: Формирование двигательных, интеллектуальных и психомоторных способностей детей.

Задачи:

1. Способствовать развитию основных физических качеств.
2. Способствовать формированию у детей интереса к занятиям физическими упражнениями через нравственный и эстетический опыт Олимпийского движения.
3. Познакомить дошкольников с доступными движениями и упражнениями по видам спорта.

Программное обеспечение

Перечень программ и технологий	1. Адашкявичене Э.И. «Баскетбол для дошкольников» : Из опыта работы. - М.: Просвещение, 1983 - 79с.
	2. Воронова Е.К. Формирование двигательной активности детей 5-7 лет: игры-эстафеты – Волгоград: Учитель, 2012.- 127 с.
	3. Кириллова Ю.А. «Навстречу Олимпиаде». Физкультурные досуги для детей старшего дошкольного возраста. – СПб. : ООО «Издательство «Детство – ПРЕСС», 2014. – 80 с.
	4. Соколова Л.А. «Детские олимпийские игры» : занятия с детьми 2-7 лет. – Волгоград: Учитель, 2014. – 78 с.
	5. Филиппова С.О. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения: Методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных

	учреждений. – СПб.: «Детство – ПРЕСС», 2011 - 416 с., ил.
	6. Финогенова Н.В. «Твой друг – игра!» Двигательно-игровая программа по физическому воспитанию детей 5-7 лет. – Волгоград: ВГАФК, 2005. – 101 с.
	7. Яковлева Л.В., Юдина Р.А., «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2003. – в 3 ч. : Программа «Старт». Методические рекомендации. – 320 с.

Направление: Физическая культура.

Форма работы: Кружок «Крепыш» для детей 3-5 лет.

Цель: Профилактика и коррекция плоскостопия у детей.

Задачи:

1. Способствовать укреплению мышц стопы и голени, формированию сводов стопы.
2. Способствовать формированию у детей интереса к занятиям физическими упражнениями.
3. Познакомить дошкольников с доступными приемами самомассажа.
4. Способствовать укреплению и оздоровлению всех систем детского развивающегося организма.

Программное обеспечение

Перечень программ и технологий	Программа кружка «Крепыш» для детей 3 -5 лет. Составитель: инструктор по физической культуре Плугарева И.М.
Перечень пособий	Анисимова Т.Г. Ульянова С.А. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников: рекомендации, занятия, игры, упражнения/Волгоград: Учитель, 2011
	Лебедева Е.А. Воспитание правильной осанки у детей дошкольного возраста: пособие для воспитателей, Просвещение 1970
	Подольская Е.И. Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников- М. : Издательство Скрипторий 2003, 2009
	Яковлева Л.В., Юдина Р.А., «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: Пособие для педагогов дошкольных учреждений: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2003. – в 3 ч. : Программа «Старт». Методические рекомендации. – 320 с.

Направление: Физическая культура.

Форма работы: Кружок «Капелька» для детей 2-3 лет.

Цель: Развитие двигательной активности, профилактика и коррекция плоскостопия у детей.

Задачи:

1. Способствовать развитию двигательной активности.

2. Способствовать формированию у детей интереса к занятиям физическими упражнениями, облегчению процесса адаптации малышей к детскому саду.
3. Познакомить дошкольников с доступными приемами самомассажа.
4. Способствовать сохранению и укреплению здоровья.

Программное обеспечение

Перечень программ и технологий	Программа кружка «Капелька» для детей 2 -3 лет. Составитель: инструктор по физической культуре Плугарева И.М.
	Н.А.Фомина «Сюжетно- ролевая ритмическая гимнастика»,
	«Игровая гимнастика Железновых»;
	Е.Ю.Александрова «Оздоровительная работа в ДОУ по программе «Остров Здоровья».

2.2. Система деятельности по поддержке детской инициативы.

3 – 5 лет

Деятельность воспитателя по поддержке детской инициативы:

- Создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка.
- Рассказывать детям об их реальных, а также возможных в будущем достижениях.
- Отмечать и публично поддерживать любые успехи детей.
- Всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять ее сферу.
- Помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей.
- Поддерживать стремление научиться делать что-то и радостное ощущение возрастающей умелости.
- В ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять ему действовать в своем темпе.
- Не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Использовать в роли носителей критики только игровые персонажи, для которых создавались эти продукты. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности.
- Учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям.
- Уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков.
- Создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку; проявлять деликатность и тактичность.

5 – 6 лет

Деятельность воспитателя по поддержке детской инициативы:

- Создавать в группе положительный психологический микроклимат, уважать индивидуальные вкусы и привычки детей.
- Создавать условия для разнообразной самостоятельной двигательной творческой деятельности детей.
- При необходимости помогать детям в решении проблем организации игры.
- Создавать условия и выделять время для самостоятельной двигательной творческой деятельности детей по интересам.

6 – 8 лет

Деятельность воспитателя по поддержке детской инициативы:

- Вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта.
- Спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание; совершенствование деталей и т.п. Рассказывать детям о трудностях, которые вы сами испытывали при обучении новым видам деятельности.
- Создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников.
- Обращаться к детям с просьбой - показать воспитателю и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого.
- Поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворения его результатами.
- Создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей.
- При необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры.

Раздел III. Организационный

3.1 Организация образовательного процесса по физической культуре и организационные педагогические условия.

В соответствии с максимальной нагрузкой на ребенка в организованных формах деятельности составлены учебные планы организованной образовательной деятельности по физической культуре в рамках Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «Детство» / Т. И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др. — СПб. ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014;

При составлении учебного плана учитывались следующие положения:

- организованная образовательная деятельность не используется в качестве преобладающей формы организации обучения;
- максимально допустимое количество организованной образовательной деятельности в неделю и ее длительность регламентируются возрастными психофизиологическими особенностями детей в соответствии с СанПин 2.4.1.2660-10.

Организованная образовательная деятельность органично сочетается с другими формами организации детей и позволяет использовать приобретённые знания, навыки и умения в самостоятельных играх, в досуговой деятельности, на прогулке, на спортивных праздниках и соревнованиях.

Для обучения детей в организованных формах используются разные способы организации: групповые, подгрупповые, индивидуальные. При объединении детей в подгруппы учитываются индивидуальные особенности ребенка и уровень усвоения программ.

Планирование образовательно-воспитательной работы

НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ					
Вид деятельности	Периодичность				
	Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<i>Двигательная деятельность</i>					
Физическая культура в помещении	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физическая культура на воздухе	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
СОВМЕСТНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И КУЛЬТУРНЫЕ ПРАКТИКИ В РЕЖИМНЫХ МОМЕНТАХ					
Индивидуальные игры с детьми	ежедневно	ежедневно	ежедневно	3 раза в неделю	
Досуги	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	
Подвижные игры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Прогулки	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Комплексы	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

закаливающих процедур					
Гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Тематические планы проведения НОД

Месяц	2 младшая, средний возраст	Старшая, подготовительная к школе группа
Сентябрь	«Мы – туристы» «Кто идет?»	«Мы спортивные ребята» «Веселый стадион»
Октябрь	«Прогулка в лес» «Прогулка в лес на машине»	«Морское путешествие» «Я люблю играть с мячом»
2 неделя	«Веселые туристы»	«Приходите в цирк»
3 неделя	«Золотая осень»	«Собираем урожай»
4 неделя	«В гости к сказке»	«Веселые мышата»
Ноябрь	«Мой веселый звонкий м.»	«Мой веселый звонкий мяч»
2 неделя	«Птичий базар»	«Спасатели»
3 неделя	«Мы веселые ребята»	«Пожарные на ученье»
4 неделя	«Зоопарк»	«Зимняя прогулка в лес»
Декабрь	«Кот Леопольд»	«Мы гимнасты»
2 неделя	«Кот Леопольд»	«День мяча»
3 неделя	«Мой любимый Колобок»	«Олимпийские Надежды»
4 неделя		
Январь		
2 неделя	«Зайка беленький сидит»	«Зимушка-зима»
3 неделя	«Мороз красный Нос»	«Вместе весело шагать по пр.
4 неделя	«Зимние забавы»	«Олимпийские Игры в Сочи»
Февраль	«Мы веселые ребята»	«Путешествие на остров Ч-Ч»
2 неделя	«Угадайте, кто пришел?»	«Веселый стадион»
3 неделя	«Аты-баты, шли солдаты»	«Защитники Отечества»
4 неделя	«Прогулка на автобусе»	«Наша Армия сильна»
Март	«В цирке»	«На арене цирка»
2 неделя	«Мы- медвежата»	«Ловкие ребята, ребята дошк.
3 неделя	«Буратино и его друзья»	«Акулы и дельфины»
4 неделя	«Приключение Буратино»	«Приключение Буратино»
Апрель	«Веселые игрушки»	«Юные космонавты»
2 неделя	«В гости к солнышку»	«Школа мяча»
3 неделя	«Мы спортсмены»	«Веселые кегли»
4 неделя	«Добрый доктор Айболит»	Неделя Здоровья
Май	«Путешествие на поезде»	«Победители»
2 неделя	«Море волнуется раз»	«Спортивная страна»
3 неделя	«Затейники»	«День Бегуна»
4 неделя	«Поиграйка»	«Быстрые, ловкие, смелые»

Примерное ежедневное планирование Сентябрь Средняя группа

1 Неделя «Мы – туристы»

Задачи	Вводная часть	Основная часть Основные виды движений	Подвижная игра	Заключительная часть
1. Обучать комп-лексу	Ходьба на носках, на	Комплекс ОРУ «Транспорт»	«Огуречик» 3-	«Бабочки и цветок»

ОРУ «Транспорт» 2. Повторять игровое упр-ние «Цапли», «Ласточки» 3. Повторять игровое упр-ние «Лошадки», «Воробышки» 4. Обучать бегу парами вокруг ориентира	пятках, притопами. Бег в колонне друг за другом, соблюдая дистанцию. Построение в одну колонну на расстоянии вытянутой руки. Игровое упр-ние «Флажок». Логоритмика: игровое упр-ние «Сова», с движениями рук, с переходом в бег.	Имитация движений: машина, самолет, паровоз -игровое упр-ние «Ласточки «Цапли»; повторить 2-3р.; -игровое упр-ние «Лошадки «Воробышки»; -бег парами, взявшись за руки, вокруг ориентира (30м туда и обратно 3-4 раза) Проф. нар. Ос - упр-ние «Спрятались в домик» 5-браз (круглая спина, прогнулись)	5раз Игровое упр-ние «Паровозик» - движение по прямой и «змейкой»	(порхают, перелетают с цветка на цветок) 3-4 раза Релаксация: с закрытыми глазами «Чем пахнет Осень»
--	---	---	--	--

2 неделя

Задачи	Вводная часть	Основная часть Основные виды движений	Подвижная игра	Заключительная часть
1. Повторять бег парами, взявшись за руки. 2. Повторять игровое упр-ние «Гуси», «Петушок» 3. Закреплять игровое упр-ние «Лошадки», прыжки ногами вместе, ноги врозь. 4. Закреплять игровое упр-ние «Рыбки – Акулы»	Ходьба на носках, руки в стороны, на пятках руки на спинку В колонне с остановками, соблюдая дистанцию. Перестроения парами: чередование ходьбы парами, по сигналу остановка «Воротца». Логоритмика: «Я люблю свою лошадку, причешу ей шерстку гладко...» 2 раза	Комплекс ОРУ «Мы туристы» - игровое упр-ние «Гуси»; - игровое упр-ние «Петушок» - игровое упр-ние «Лошадки»; - прыжки «ноги вместе-ноги врозь» («Бабочки»); - бег парами по прямой, вокруг ориентира, Проф. нар. ос.: игровое упр- «Домики» 3-4 раза с поворотом в каждую сторону	«У медведя во бору» 2-3 водящих	Игровые упр-ния «Ласточка» и «Сова» Имитация движений птиц, чередование 2-3 раза. Релаксация: «Солнышко в ладошках».

3 неделя «Кто идет»				
1. Повторять игровые упражнения «Ласточка», «Гу-си», ходьба «Змейкой» 2. Повторять прыжки на двух ногах с поворотами впра-во, влево 3. Повторять пролезание в во-ротца, не задевая веревочку, прямо и боком. 4. Закреплять игры «Догоню», «У медведя во бору»	Ходьба на носках, руки вперед, в сторо-ны, в полуприседе. Бег в колонне по кругу с остановками, врассыпную с одной линии на другую. Построение в круг-врассыпную, парами-врассыпную. Логоритмика: «Мы веселые ребята, любим бегать и иг-рать, ну попробуй нас догнать»	Комплекс ОРУ «Кто идет?» (чередование легкого бега и имитации движений животных, птиц) - упражнения на равновесие «Ласточки», «Гуси»; - ходьба «Змейкой»; - прыжки на двух ногах с поворотами вправо-влево; - пролезание в воротца, не задевая веревочку (правым и левым боком) Проф. нар. ос. - и. п. руки вверх-потянуться, встать на носки-ходьба по прямой с хлопчиками; ходьба на пятках, руки за спиной	«Догони» (раз, два, три-догони) Повторить 3-4 раза «У медведя во бору» 2-3 водящих	Спокойная ходьба врассыпную, по поляне порхают «Пчелки», приседают на цветок, повторить 3-4 раза
4 неделя				
1. Закреплять имитацию движе-ний транспорта 2. Закреплять движения «Змейкой» по ширине всей площадки 3. Совершенст-во-вать движения в играх «Огуречик», «У медведя во бору», «Мы весе-лые ребята» 4. Совершенст-во-вать бег по шири-не всей площадки	Ходьба на пятках, на носках, игровое уп-ражнение «Самолеты» Бег по кругу, с оста-новками по сигналу. Ходьба по-медвежьи вперевалочку. Ходьба «шуршим листьями» Логоритмика: «Вот за руль как сяду я, прокачу вас всех друзья, по дороженьке лесной, поезжайте все за мной».	Игровые упражнения: - «Автобус» (Железнова); - паровозик; лодочки; ло-шадки; - ходьба «Змейкой» по ширине площадки; - легкий бег по ширине всей площадки (2-3 раза) в чередовании с имитацией движений лисы, медведя, зайца, змеи, лося, совы. Проф. нар. ос.: ходьба на пятках, руки на спинку.	«Огуречик» 2-3 водящих «У медведя во бору» 2 водящих «Мы веселые Ребята» 2-3 раза	Спокойная ходьба, руки на поясе, смотрим вдаль (повторить 2-3 раза), кружение «Пчелки», кружение в движении «Бабочки». Релаксация: «Нюхаем Осень»

**Перспективный план
физкультурных досугов МДОУ д/с № 63 «Звездочка»
на 2017-2018 учебный год**

№ п/п	Наименование мероприятия	Возрастная группа	Срок проведения
1.	«Лесные путешественники»	2 младшая	Сентябрь
2.	«Мы спортивные ребята»	Средняя	
3.	«Чудо-урожай»	Старшая	
4.	«Школа мяча»	Подготовительная	Октябрь
5.	«Мы веселые ребята»	2 младшая, средняя	
6.	«Моя спортивная мама» (с родителями)	Старшая	
7.	«Мой любимый колобок»	Подготовительная	Ноябрь
8.	«Олимпийские Надежды» (с родителями)	2 младшая	
9.	«Зимние сказки Дедушки Мороза»	Средняя	
10.	«Зимние Олимпийские Игры 2018» проект	Старшая	Декабрь
11.	«Мой веселый звонкий мяч»	Подготовительная	
12.	«Наша армия сильна» (с солдатами)	2 младшая, средняя	
13.	Шашечный турнир, посвященный	Старшая	Январь
14.	Сталинградской битве	Подготовительная	
15.	«Путешествие на остров «Чунга-Чанга»	2 младшая	
16.	«Таинственный остров»	Средняя	Март
17.	«Малые Олимпийские игры» соревнования	Старшая	
18.	«Добрый Доктор Айболит»	Подготовительная	
19.	«В гостях у Айболита» группа № 7	2 младшая	Апрель
20.	Всемирный день Здоровья	Средняя	
21.	«Прыг-скок команда!»	Старшая	
22.	«Быстрее, выше, сильнее»	Подготовительная	Май
23.	«Дрозд», «Фестиваль ГТО»	2 младшая	
		Средняя	
		Старшая	Июнь
		Подготовительная	
		- « -	
	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья» (проект)	Старшая	

**Перспективный план
работы с воспитателями на 2017-18 учебный год**

№/п	Мероприятия	Срок проведения	Ответственный
1.	Практические советы по проведению		

	динамического часа на прогулке.	Сентябрь	Инструктор Ф.К.
2.	«В помощь воспитателю» консультация в папку «Дыхательная гимнастика – роль, значение, место и время проведения»	Октябрь	Инструктор Ф.К.
3.	Подготовка и проведение совместных праздников и досугов в группах	Ноябрь	Инструктор Ф.К.
4.	Презентация «Сохранение и укрепление здоровья дошкольников посредством естественных факторов природы»	Декабрь	Инструктор Ф.К.
5.	Информационное сообщение для педагогов «Интеграция образовательных областей как перспективная модель организации воспитательно-образовательного процесса в ДОО».	Январь	Инструктор Ф.К.
6.	Индивидуальные беседы, консультации, советы	В течение всего года	
7.	«Воспитание патриотических чувств и уважения к Российской Армии, любви к своей Отчизне»	Февраль	Инструктор Ф.К.
8.	Информация в папки, проведение совместных мероприятий.		Инструктор Ф.К.
9.	Подготовка команд к участию в городских соревнованиях «Малые Олимпийские Игры», «Дрозд», «Фестиваль ГТО»	Март Апрель Май	Инструктор Ф.К.
10.	«Рисуем подвижные игры на асфальте» (совместная деятельность)	Май	Инструктор Ф.К.
11.	Совместное проведение мероприятий летнего оздоровительного периода	Июнь, Июль, август	Инструктор Ф.К. Воспитатели
12.	Проведение проекта «Мы – футбольная страна» посвященного Чемпионату Мира по футболу в России.	Июнь	Инструктор Ф.К. Ст.воспитатель Воспитатели

3.2. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

В начале жизненного пути рядом с малышом находятся самые главные люди в его жизни — родители, бабушки, дедушки, братья и сестры. Благодаря их любви, заботе, эмоциональной близости и поддержке ребенок растет, развивается.

На определенном этапе своей жизни ребенок поступает в детский сад. Теперь его окружают новые люди: взрослые и дети, которых он увидел впервые и не знал раньше. Ребенок

приобретает новый опыт общения со сверстниками. А воспитатели помогают родителям подготовить ребенка к вступлению в школьную жизнь, детям - прожить беззаботно и счастливо период дошкольного детства.

Семья и детский сад, имея свои особые функции, не могут заменить друг друга. Поэтому так важно установить доверительный контакт между родителями и сотрудниками учреждения. Вовлечение родителей в образовательный процесс важно не потому, что этого хочет педагог, а потому, что это необходимо для развития ребенка. Поэтому, наш детский сад определил цель взаимодействия с родителями: создание единого образовательного пространства развития ребенка в семье и ДОУ.

Задачи:

- установление партнерских отношений с родителями, объединение усилий для развития и воспитания детей;
- повышение психолого-педагогической компетентности родителей, поддержание уверенности в собственных педагогических возможностях;
- создание условий для творческой самореализации педагогов и родителей;
- расширение сферы участия родителей в организации жизни образовательного учреждения.

Основные принципы работы детского сада с семьями воспитанников:

- открытость детского сада для семьи;
- сотрудничество педагогов и родителей в воспитании детей;
- создание единой развивающей среды, обеспечивающей одинаковые подходы к развитию ребенка в семье и детском саду.

Для успешного и системного контакта с родителями в учреждении разработана система взаимодействия образовательного учреждения с семьей.

Система взаимодействия образовательного учреждения с семьей

Направления взаимодействия	Формы взаимодействия
Изучение семьи, запросов, уровня физической подготовленности (отбор для участия в соревнованиях)	Личные беседы, наблюдения психо-физической активности родителей на совместных праздниках, соревнованиях.
Информирование родителей	Рекламные буклеты, информационные стенды, выставки детских работ, личные беседы, общение по телефону, родительские собрания, родительский клуб «Вместе с мамой», сайт, наглядная информация «Мы Вас ждем, спортсмены», «Наши достижения», «Моя спортивная семья».
Консультирование родителей	Консультации на спортивную тематику, ЗОЖ, индивидуальное, семейное, очное, памятки.
Просвещение и обучение родителей	Семинары – практикумы, мастер – классы по запросу родителей, по выявленной проблеме.

Совместная деятельность детского сада и семьи	дни открытых дверей (просмотр открытых занятий), проектная деятельность, конкурсы, спортивные выставки совместного семейного творчества, семейные фотоколлажи, походы, недели здоровья, спортивные праздники, досуги с активным вовлечением родителей.
---	--

**Перспективный план
работы с родителями на 2017-2018 учебный год**

№/п	Наименование мероприятий	Возраст группы	Сроки проведения
1.	Выступления на родительских собраниях		по графику групп
2.	Информация на передвижные ширмы в группы «Подвижные игры в жизни ребенка»	Все группы	октябрь
3.	«Профилактика плоскостопия у дошкольников» (рекомендации)		январь
4.	Привлекать родителей к участию с детьми в городских соревнованиях «Папа, мама и я – спортивная семья»		март по плану ДОУ
5.	Всероссийскому Дню Бега «Кросс Наций» и др. мероприятиям	Старшая	
6.	«Моя спортивная мама» - физкультурный досуг с участием родителей	Подготовит. к школе групп	Декабрь Сентябрь
7.	Спортивный праздник для родителей «Олимпийские Надежды»	Старшая	Ноябрь
8.	Физкультурный досуг с участием родителей «Папа и я – спортивная семья» посвященный Дню Защитков Отечества	Старшие	Январь
9.	«Формирование здорового образа жизни у дошкольников» (информация в папки передвижки)	Подготовит. гр.	
10.	Индивидуальные беседы, консультации по вопросам физического развития детей	Все Группы	Апрель
11.	Привлекать родителей к подготовке и участию детей в городских соревнованиях «ДРОЗД», «Малые Олимпийские Игры», «Фестиваль ГТО»		В течении всего года
12.	Полезные советы «Закаливающие процедуры в ЛОП»	- « -	
13.		Старшие Подготовит. Группы Все группы	- « - Май

3.3. Развивающая предметно-пространственная и информационно-образовательная среда по физическому развитию

Оснащение физкультурного зала в соответствии с задачами образовательной работы в детьми представлено в таблице

Таблица

Развивающая предметно-пространственная среда

Двигательная деятельность		
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации) - накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями) - формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании	Физкультурный и музыкальный зал Игровые помещения групп Участок учреждения, физкультурная площадка	Музыкальный центр Оборудование: - для ходьбы, бега, равновесия; - прыжков; - катания, бросания, ловли; - ползания и лазания; - общеразвивающих упражнений Картотеки подвижных игр Игры на ловкость (Кегли, «Поймай рыбку» и т.д.) Тренажеры (велосипед и др.) Атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.) Настольно-печатные игры («Виды спорта» и др.) Игровые комплексы (лестница) Качели Материалы, учитывающие интересы мальчиков и девочек
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей - воспитание культурно-гигиенических навыков - формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Все пространство учреждения Участок учреждения	Развивающие игры Художественная литература Игры на ловкость Дидактические игры на развитие психических функций - мышления, внимания, памяти, воображения Оборудование: - для ходьбы, бега, равновесия; - прыжков; - катания, бросания, ловли; - ползания и лазания; - общеразвивающих упражнений Алгоритмы для запоминания последовательности культурно-гигиенических навыков Художественная литература Игрушки-персонажи Иллюстративный материал, картины, плакаты Настольные игры соответствующей тематики

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства и материалов, оборудования и инвентаря для физического развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учёта особенностей и коррекции недостатков их развития.

<i>Физкультурный зал</i>	
- магнитофон; - стандартное оборудование (шведская стенка, дуги, ребристые дорожки, мячи, обручи, скакалки, баскетбольное кольцо, тоннели, гимнастические палки и др.); - нестандартное оборудование (коврики и массажеры для профилактики плоскостопия и др.);	

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей и взрослых (в том числе детей разного возраста), во всей группе и в малых группах, двигательной активности детей.

Развивающая предметно-пространственная среда является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.