Принято:
Педагогическим советом СПДС «Ягодка»
протокол № 1 от «01» 09 2022г.

Утверждаю
Руководитель СПДС «Ягодка»
ГБОУ СОШ с. Ягодное
_____ Н.В. Додина
приказ № 129 от «01» 09 2022г

Рабочая программа
инструктора по физической культуре Афанасьевой О.Ф.
структурного подразделения детский сад «Ягодка», реализующего
основные общеобразовательные программы дошкольного образования
на 2022-2023 учебный год

Содержание

I. Целевой раздел

1.1. Обязательная часть

- 1.1.1. Пояснительная записка.....
- а) цели и задачи реализации Программы.....
- б) принципы и подходы к формированию Программы
- 1.1.2. Планируемые результаты освоения Программы

II. Содержательный раздел

- 2.1. Содержание педагогической работы по возрастам. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
- 2.2. Формы организации работы с детьми по образовательной области «физическое развитие»
- 2.3 Методы и средства физического развития
- 2.4 Комплексно- тематическое планирование
- 2.5 Взаимодействие инструктора по физкультуре с другими специалистами в коррекционно-образовательном процессе
- 2.6 План работы по взаимодействию с семьями воспитанников

III Организационный раздел

- 3.1. Циклограмма педагогической деятельности
- 3.2 Модель двигательной активности
- 3.3 Развивающая предметно-пространственная среда
- 3.4 Учебно-методическое обеспечение Программы.

I. Целевой раздел программы

1.1. Обязательная часть.

1.1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по физическому развитию составлена на основе Основной образовательной программы, которая разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. №1155).

Программа формируется как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

Кроме того, учтены концептуальные положения используемой в дошкольном учреждении Основной общеобразовательной программы.

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».
- «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» 2.4.1.3049-13 № 26 от 15.05.2013.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (ФГОС ДО).

а) Цели и задачи реализации Программы

Программа направлена на достижение следующих целей:

- повышение социального статуса дошкольного образования;
- обеспечение государством равенства возможностей для каждого ребёнка в получении качественного дошкольного образования;
- обеспечение государственных гарантий уровня и качества образования на основе единства обязательных требований к условиям реализации основных образовательных программ, их структуре и результатам их освоения;
- сохранение единства образовательного пространства Российской Федерации относительно уровня дошкольного образования.

Программа направлена на решение следующих задач:

- охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечения равных возможностей полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- обеспечение преемственности основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования;
- создания благоприятных условий развития детей в соответствии с его возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

- объединения обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил, и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирования общей культуры личности детей, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- обеспечения вариативности и разнообразия содержания образовательных программ и организационных форм уровня дошкольного образования, возможности формирования образовательных программ различной направленности с учётом образовательных потребностей и способностей детей;
- формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

б) Принципы и подходы к формированию Программы:

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификации) детского развития;
- 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;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество Организации с семьёй;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёт этнокультурной ситуации развития детей;

1.1.2 Планируемые результаты освоения Программы:

Целевые ориентиры дошкольного образования

К концу года дети 3-4 лет могут:

Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление; выполнять задания: останавливаться, приседать, поворачиваться.

- Бегать, сохраняя равновесие, изменение направления, темп бега в соответствии с указанием.
- Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.
- Ползать на четвереньках, лазать по лесенке стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее 40см. в длину.
- Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м. Бросать мяч двумя руками от груди; из-за головы, ударять мяч об пол, бросать мяч вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстоянии не менее 5м.

- Уметь выполнять движения, проявляя творчество и фантазию.

К концу года дети 4-5 лет могут:

- Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.
- Лазать по гимнастической стене, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками.
- Принимать правильное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстоянии не менее 70 см.
- Ловить мяч кистями рук с расстояния 1,5 м.; принимать правильное положение при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю не менее пяти раз подряд.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Строиться в колонну по одному, парами, в круг, в шеренгу.
- Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую сторону.
- Придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения.
- Выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность. Пластичность движений.

К концу года дети 5-6 лет могут:

- Ходить и бегать легко и ритмично, сохранять правильную осанку, направление и темп.
- Лазать по гимнастической стене, с изменением темпа.
- Прыгать в длину с места, с разбега, не менее 100 см., прыгать через скакалку.
- Метать предметы правой и левой рукой на расстоянии 5-9 м., в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м., бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч о землю не менее 10 раз, владеть школой мяча.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, в шеренге; выполнять повороты на право, налево, кругом.
- Продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умение варьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и не имитационные упражнения, демонстрируя красоту и грациозность, выразительность и пластичность движений.

К концу года дети 6-7 лет могут:

- Выполнять правильно все основные виды движений.
- Прыгать в длину с места не менее 100 см., с разбега 10 см., в высоту 50 см., прыгать через короткую и длинную скакалку.

- Перебрасывать набивные мячи, бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с 4-5 м., метать предметы правой и левой рукой на 5-12 м., владеть школой мяча.
- Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко, ритмично, в заданном темпе.
- Сохранять правильную осанку.
- Активно участвовать в играх с элементами спорта.
- Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования.

- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

Оценочные материалы:

№ п/п	Область	Диагностические методики	Возраст
1	Физическое развитие	Мониторинг физического развития - Диагностика физического развития детей, разработанная профессиональным сообществом инструкторов по физической культуре Центрального округа.	Младший, средний, старший дошкольный возраст

II. Содержательный раздел

2.1. Содержание психолого-педагогической работы по возрастам. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

В программе подчеркивается важность внимания педагогов к физической культуре. Начиная с младшего дошкольного возраста программа по физическому развитию воспитывает потребность и любовь к движению, формирует знания и умения, направленные на творческое использование двигательного опыта, формирует потребность в здоровом образе жизни, приобщает к спорту. Значительное внимание в программе отводится физическим упражнениям как средству физического воспитания. Им отводится профилактическая, реабилитационная, лечебная и развивающая роль. Программа предлагает примерный перечень физических упражнений, подобранных с учетом возрастных возможностей детей.

Программа применяется в группах общеразвивающей и комбинированной направленности детей 3-4, 4-5, 5-6 и 6-7 лет. Занятия ведутся инструктором по физической культуре во всех возрастных группах – 2 раза в неделю в зале и одно занятие на воздухе. Так же проводятся для всех возрастных групп недели здоровья (ноябрь, май), спортивные досуги и развлечения. Действует кружок по ритмической гимнастике, руководителем которого является инструктор по физической культуре.

Физическое развитие предполагает такие направления в работе, как:

1.Создание условий для формирования у детей привычки к ЗОЖ, которые можно реализовать через:

- а) соблюдение режима;
- б) построение развивающей среды.

2. Воспитательно-образовательная работа:

- а) физкультурные занятия;
- б) прогулки и походы;
- в) праздники и досуги;

Продолжительность НОД:

в группах общеразвивающей направленности для воспитанников 3-4 лет по 15 минут;

в группах общеразвивающей и компенсирующей направленности для воспитанников 4-5 лет по 20 минут;

в группах общеразвивающей и компенсирующей направленности для воспитанников 5-6 лет по 25 мин;

в группе общеразвивающей и компенсирующей направленности для воспитанников 6-7 лет по 30 мин.

Непосредственная образовательная деятельность по физической культуре делится на:

- игровую;
- сюжетную;
- тематическую (с одним видом физических упражнений);
- комплексную (с элементами развития речи, математики, конструирования);
- контрольно-диагностическую;
- учебно-тренирующего характера;
- физкультминутки;
- игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок;
- ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений;
- мероприятия групповые, межгрупповые:
 - прогулки, экскурсии;
 - физкультурные досуги;
 - музыкальные досуги;
 - спортивные праздники;

- соревнования;
- дни здоровья;
- тематические недели;
- тематические досуги;
- праздники;
- смотры и конкурсы.

Цель:

Решение общей задачи по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья.
 Развитие физических качеств и накопление двигательного опыта как важнейшие условия сохранения и укрепления здоровья детей.

Задачи:

формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через 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

охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья через сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

воспитание культурно – гигиенических навыков;

формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Задачи для детей второй младшей группы (от 3 до 4 лет):

- 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.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

Развивать умение ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.

Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя руками одновременно.

Формировать умение хватать за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях.

Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.

Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

Формировать желание и умение кататься на санках, трехколесном велосипеде, лыжах.

Развивать умение самостоятельно садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Развивать умение надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организовывать подвижные игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

Задачи для детей средней группы (от 4 до 5 лет):

- 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.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

Формировать правильную осанку.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Формировать умение выполнять действия по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.

Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы.

Развивать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.

В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Закреплять умение кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу

Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Формировать умения детей самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь и атрибуты для подвижных игр на прогулках.

Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 45 минут.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Формировать умение выполнять действия по сигналу.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Задачи для детей старшей группы (от 5 до 6 лет):

- 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.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.

Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве.

Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.

Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Формировать умения помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.

Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год — физкультурные праздники длительностью до 1 часа.

Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

Задачи для детей подготовительной группы (от 6 до 7 лет):

- 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.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Упражнять в перелезании с пролета на пролег гимнастической стенки по диагонали.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год— физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Задачи для детей второй младшей группы (от 3 до 4 лет):

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

Продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений.

Осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки.

Осуществлять под руководством медицинского персонала комплекс закаливающих процедур с использованием различных природных факторов (воздух, солнце, вода).

Обеспечивать в помещении оптимальный температурный режим, регулярное проветривание.

Формировать умение детей находиться в помещении в облегченной одежде. Обеспечивать их пребывание на воздухе в соответствии с режимом дня.

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 5-6 минут.

Воспитание культурно-гигиенических навыков

Совершенствовать культурно-гигиенические навыки, формировать простейшие навыки поведения во время еды, умывания.

Формировать умения детей следить за своим внешним видом. Продолжать формировать умение правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой и носовым платком.

Формировать элементарные навыки поведения за столом: правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Развивать умение детей различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представления о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.

Формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Задачи для детей средней группы (от 4 до 5 лет):

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

Продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.

Осуществлять под руководством медицинских работников комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода). Обеспечивать пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня.

Организовывать и проводить различные подвижные игры (зимой — катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах; в теплый период года — катание на велосипеде).

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 6-8 минут.

Воспитание культурно-гигиенических навыков

Продолжать воспитывать опрятность, привычку следить за своим внешним видом.

Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом.

Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком. Приучать при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком.

Совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: пищу брать понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка), салфеткой, полоскать рот после еды.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека. Дать представления о функциональном назначении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Дать представления о необходимых телу человека веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Познакомить с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Развивать умение заботиться о своем здоровье.

Дать представление о составляющих здорового образа жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Воспитывать потребность быть здоровым. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Задачи для детей старшей группы (от 5 до 6 лет):

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

Продолжать под руководством медицинских работников проводить комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода) в сочетании с физическими упражнениями.

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 8-10 минут.

Во время занятий, требующих высокой умственной нагрузки, и в промежутках между занятиями проводить физкультминутки длительностью 1 -3 минуты.

Формировать умение детей самостоятельно организовывать подвижные спортивные игры, выполнять спортивные упражнения на прогулке, используя имеющееся физкультурное оборудование: зимой кататься на санках, скользить по ледяным дорожкам, ходить на лыжах; в теплый период кататься на двухколесном велосипеде, самокате, роликовых коньках.

Воспитание культурно-гигиенических навыков

Формировать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, прически; самостоятельно чистить зубы, следить за чистотой ногтей: при кашле и чихании закрывать рот и нос платком.

Закреплять умение быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу (раскладывать одежду в определенные места), опрятно заправлять постель.

Продолжать совершенствовать культуру еды: правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом; обращаться с просьбой, благодарить.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Расширять представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Обращать внимание детей на особенности их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представление о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода—наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Показывать зависимость здоровья человека от правильного питания.

Формировать умение определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Дать представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.

Раскрыть возможности здорового человека.

Расширять представления о месте человека в природе, о том, как нужно жить, чтобы не вредить себе и окружающей среде. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься.

Познакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Задачи для детей подготовительной группы (от 6 до 7 лет):

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни».

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Формировать интерес и любовь к спорту.

Систематически проводить под руководством медицинских работников различные виды закаливающих процедур с учетом индивидуальных особенностей детей.

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 10-12 минут.

Во время занятий, требующих большой умственной нагрузки, и в промежутках между ними проводить физкультминутки продолжительностью 1-3 минуты.

Обеспечивать оптимальную двигательную активность детей в течение всего дня, используя подвижные, спортивные, народные игры и физические упражнения.

Воспитание культурно-гигиенических навыков

Воспитывать привычку быстро и правильно умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, чистить зубы, полоскать рот после еды, мыть ноги перед сном, правильно пользоваться носовым платком и расческой, следить за своим внешним видом, быстро раздеваться и одеваться, вешать одежду в определенном порядке, следить за чистотой одежды и обуви.

Закреплять умение аккуратно пользоваться столовыми приборами, обращаться с просьбой, благодарить.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Продолжать знакомить детей с особенностями строения и функциями организма человека.

Расширять представления о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека. Формировать умение использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Расширять представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

2.2. Формы организации работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие».

Для достижения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач по физическому развитию и воспитанию детей дошкольного возраста, в дошкольной образовательной организации используются различные средства, формы и методы. Формы организации физического воспитания рассматриваются как воспитательно-образовательный комплекс разнообразной деятельности детей, в основу которого заложена двигательная активность. Совокупность этих форм создает определенный

двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей. К формам организации физического воспитания относятся.

1. Физкультурные занятия, которые являются основной формой систематического обучения детей физическим упражнениям. Физкультурные занятия направлены на решения специальной задачи, а точнее на обучение детей правильным двигательным навыкам, а также на развитие у них физических качеств. В целом физкультурные занятия способствуют решению оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, так как они обеспечивают физическое развитие детей и укрепление их здоровья.

2. Утренняя гимнастика. Данная форма организации физического развития детей дошкольного возраста является обязательной частью ежедневного режима для ребенка в дошкольной образовательной организации и семье. Посредством систематического проведения под руководством взрослого утренней гимнастики, у ребенка формируется привычка к физическим упражнениям, которая связана с приятными мышечными ощущениями и положительными эмоциями. Роль утренней гимнастики нельзя переоценить, дело в том, что она способствует повышению жизнедеятельности организма, растормаживанию нервной системы после сна, а также сокращению времени перехода от сна к бодрствованию.

3. Физкультминутка. Данная форма организации физического развития детей дошкольного возраста представляет собой кратковременные физические упражнения, которые проводятся между занятиями, а также в процессе самого занятия. Благодаря внедрению физкультминуток удается своевременно менять характер деятельности детей, а также позы. Физкультминутка в целом основана на двигательной активности, которая направлена на снятия утомления у детей, а также восстановление эмоционально-положительного состояния психики.

4. Закаливающие процедуры. Данная форма организации физического развития детей дошкольного возраста чаще всего сочетается с физическими упражнениями, так как только в таком сочетании удастся достигнуть максимального эффекта. Посредством активной мышечной работе происходит совершенствования процесса терморегуляции и тем самым организм ребенка приспособляется к окружающей внешней среде. Закаливание способствует глубокой перестройке организма и при условии активности ребенка такая перестройка осуществляется естественно и просто. Мероприятия закаливающего характера в сочетании с интересными для ребенка физическими упражнениями или подвижными играми способствуют эмоциональному подъему, повышению функций высших нервных центров, а также оказывают благотворное воздействие на вегетативную нервную систему, которая регулирует работу внутренних органов и обмен веществ.

5. Подвижные игры. Эта форма организации физического развития детей рассматривается как основная двигательная деятельность детей дошкольного возраста. Как правило, она планируется воспитателем в различное время дня в соответствии с режимом каждой возрастной группы. Особое внимание стоит обратить на то, что время проведения подвижных игр, а также их продолжительность находятся в теснейшей взаимосвязи с предыдущей и последующей деятельностью детей.

6. Прогулка и экскурсии. Эта форма организации физического развития детей представляет собой простейший вид детского туризма. Вместе с тем, прогулки и экскурсии являются интересным и полезным занятием, предполагающим путешествие с определенной целью. Во время проведения прогулок и экскурсий у детей укрепляется здоровье. Более того, прогулки и экскурсии способствуют физическому развитию детей, воспитанию эстетических чувств, общению с природой, совершенствованию двигательных навыков и физических качеств.

7. Индивидуальная работа, которая основана на знаниях возрастных особенностей детей, а также предусматривает тщательное изучение индивидуально-типологических особенностей отдельно взятого ребенка, является достаточно эффективной формой физического развития при условии чуткого отношения к ребенку.

8. Самостоятельная двигательная деятельность детей также весьма значима для физического развития детей. Все дети нуждаются в движениях, однако, чтобы избежать бесцельности и случайности, необходимо целенаправленно руководить этими движениями. Воспитателю следует своевременно предлагать интересную для ребенка деятельность, а также периодически корректировать и дозировать ее.

9. Праздники. Во время проведения праздников, демонстрируется здоровое и жизнерадостное состояние детей, их достижения в формировании двигательных навыков. Основу праздников составляют подвижные игры и различные физические упражнения. Посредством правильной организации физического воспитания детей в повседневной жизни можно обеспечить выполнение двигательного режима, который необходим для здорового физического состояния ребенка и его психики в течение дня.

2.3 Методы и средства физического развития

В процессе работы по физическому развитию детей в условиях дошкольной образовательной организации, используются различные методы, в том числе: 1) наглядные, которые позволяют обеспечить яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений. Такие методы необходимы для того чтобы у ребенка возникло наиболее полное и конкретное представление о движении; 2) словесные, обращенные к сознанию детей. Такие методы позволяют детям осмыслить поставленную перед ними задачу и сознательно выполнять двигательные упражнения; 3) практические. Эти методы связаны с практической деятельностью детей. Они направлены на обеспечение действенной проверки правильности восприятия движений на собственных мышечно-моторных ощущениях. К числу таких методов относятся: - игровой метод, который позволяет одновременно совершенствовать разнообразные двигательные навыки; - метод соревнований, который применяется только при условии педагогического руководства.

К средствам, которые используются в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста, относятся гигиенические факторы, естественные силы природы, физические упражнения и так далее. Только комплексное использование всех вышеперечисленных средств позволяет достигнуть полноценного воспитания детей, поскольку каждое из средств по своему влияет на организм. Так, например, гигиенические факторы, в том числе режим занятий, отдых, гигиена одежды и обуви, способствуют повышению эффективности воздействия физических упражнений на организм детей. Вместе с тем, они имеют и самостоятельное значение, поскольку способствуют нормальной работе всех органов и систем. Естественные силы природы, под которыми подразумевается солнце, воздух и вода, используются для того, чтобы усилить положительное влияние физических упражнений на организм и повысить работоспособность. Так, например, выполняя физические упражнения на воздухе или в воде, можно способствовать повышению функциональных возможностей отдельных органов и систем организма. Часто естественные силы природы используют в качестве самостоятельного средства, так как вода позволяет очистить кожу от загрязнения, расширить и сузить сосуды; воздух обогащает кровь кислородом, а также в целом оказывает благотворное влияние на организм человека. Что касается солнечных лучений, то они способствуют выделению витамина D, убивают различные микробы и охраняют человека от заболеваний. В качестве основного специфического средства физического воспитания, оказывающего на организм человека многостороннее воздействие, выступают физические упражнения. Физические упражнения способствуют изменению физического состояния, осуществлению задач нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания, а также развитию психических качеств. Принято выделять следующие физические упражнения:

1. Гимнастика. В системе физического воспитания гимнастике отводится значительное место. Дело в том, что благодаря своим специальным особенностям гимнастика оказывает избирательное воздействие на отдельные части тела, суставы, мышечные группы. Гимнастика также предусматривается возможность точно дозировать нагрузку и подбирать разнообразные упражнения.

Благодаря этим особенностям, гимнастика подходит детям разного возраста и разной физической подготовленности.

2. Подвижные игры. Данный вид физических упражнений отличается от других особенностями организации деятельности занимающихся и руководства ею. В процессе игры основу деятельности детей составляет образный сюжет или игровые задания, которые направлены на достижение цели в условиях неожиданно изменяющихся ситуаций. Стоит обратить внимание и на тот факт, что игра отличается комплексным характером, при этом строится она на сочетании различных двигательных действий.

3. Спорт предусматривает систематические занятия, которые направлены на достижение наивысших результатов. В целом в спорте предъявляются высокие требования к физическим и духовным силам человека, в связи с чем различные виды спорта становятся доступными с определенного этапа возрастного развития и в то же время требуют соответствующей физической подготовленности.

4. Туризм. Занятия по туризму позволяют закреплять двигательные навыки и развивать физические качества в природных условиях. Так, в дошкольном образовательном учреждении организуются прогулки, которые предполагают использовать различные способы передвижения, в том числе лыжи, велосипед. Однако это могут быть и прогулки пешком. Таким образом, подводя небольшой итог, стоит отметить, что все средства, методы и формы физического воспитания обладают специфическими возможностями воздействия на организм занимающихся детей. Их разнообразие создает большие затруднения при выборе одного наиболее эффективного из них и широкие возможности при решении любых педагогических задач.

2.4 Комплексно -тематическое планирование (см. Приложение №1)

2.5 Взаимодействие инструктора по физкультуре с другими специалистами в коррекционно-образовательном процессе

Взаимодействие инструктора и воспитателя

Для совершенствования двигательных навыков воспитатель в тесном контакте с инструктором по физической культуре организует в группах и на территории ДОУ развивающую двигательную среду, при этом учитываются возрастные особенности детей и их интересы.

В свою очередь, инструктор по физической культуре должен оказывать помощь воспитателям по различным вопросам физического развития дошкольников: подбирать упражнения для утренней гимнастики, физкультминуток, бодрящей гимнастики, организовывать игры на прогулке, а также самостоятельную двигательную деятельность воспитанников.

Взаимодействие с педагогом-психологом

То, что дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, доказывать уже никому не надо. Важно, чтобы методами психопрофилактики и психокоррекции владели не только педагоги-психологи, но и воспитатели и инструктор по физической культуре в том числе, а главное, чтобы они могли использовать их в своей повседневной работе с детьми, учитывая их индивидуальные психологические особенности и проблемы.

Поэтому здесь очень необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами. Надо отметить, что и практически здоровые дети тоже нуждаются в психопрофилактической работе. Поэтому была совместно создана картотека, где собраны игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать

окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов, которые я включаю физкультурные занятия и развлечения

Взаимодействие с музыкальным руководителем

Кроме того, что музыка положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора или воспитателя от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя.

Очень важно, чтобы музыка на занятии не звучала только ради того, чтобы прозвучать, она должна естественно вплестись в занятие, в каждое движение, соответствовать тематике. Поэтому если на утренней гимнастике, занятии или развлечении мне необходимо музыкальное сопровождение мы вместе подбираем музыкальные произведения к различным упражнениям и играм. Энергичный бодрый марш для ходьбы, легкая танцевальная музыка для прыжков – полька, галоп.

Чаще всего используем музыку, в том числе и звукозаписи, в подвижных и хороводных играх, во время проведения эстафет и соревнований, а так же **в заключительной части занятия**, когда музыка выступает как успокаивающее, обеспечивающее постепенное снижение физической нагрузки, средство. В этой части использую звуки природы и звучание лирических произведений, релаксацию.

Взаимодействие с медицинским работником

В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при взаимодействии педагогов и медицинского персонала. Основными аспектами, совместной деятельности, прежде всего, являются: физическое состояние детей посещающих детский сад. Так, в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физического развития и подготовленности детей.

Профилактика заболеваний опорно - двигательного аппарата, сердечнососудистой, дыхательной и других систем. Вместе разрабатываем рекомендации к построению педагогического процесса с детьми, имеющими отклонения в развитии, выделяем дифференцированные группы детей, требующие коррекционной работы. Поэтому я кроме индивидуальной работы с такими детьми, в занятия обязательно включаю упражнения на профилактику осанки и плоскостопия, дыхательные игры и упражнения. Обязательно ведем совместный контроль над организацией щадящего режима занятий или медотвода для детей перенёсших заболевания.

Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности, т.е. рациональному чередованию нагрузки (оптимальное составление сетки занятий), соблюдению режима дня и двигательного режима.

Взаимодействие инструктора и учителя-логопеда

Учитель – логопед работает над коррекцией звукопроизношения у детей, инструктор по физвоспитанию обучает детей основным видам движений, поэтому взаимосвязь инструктора и логопеда можно проследить в двигательно-речевой деятельности.

Речевые игры, потешки, скороговорки, считалки и т.д. помогают развивать мышление и речь ребёнка, преодолевать логопедические трудности в произношении отдельных слов и звуков, делают речь богатой и выразительной, поддерживают интерес детей к занятию, и физиологическую потребность в движениях. Кроме того, в речевых играх есть возможность совершенствовать те основные виды движений, которые должны быть развиты у детей дошкольного возраста.

Таким образом, решаются следующие задачи:

коррекция звукопроизношения;
упражнение детей в основных видах движений;
становление координации общей моторики;
умение согласовывать слово и жест;
воспитание умения работать сообща.

Развитие психических процессов (эмоции, чувства, мышление, память, внимание, и т.д.)

Совместно были подобраны и разработаны речедвигательные игры, которые направлены на закрепление основных видов движений.

Таким образом, регулярная, совместная работа инструктора по физической культуре и учителя-логопеда непременно приведет к выполнению поставленных задач.

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

2.6 План работы по взаимодействию педагогического коллектива с семьями воспитанников:

Месяц	Тема	Задачи	Форма проведения	Группа
Сентябрь	1.«Двигательный режим для ребенка дошкольного возраста и его значение в укреплении здоровья».	Познакомить родителей с задачами двигательной деятельности и моделью двигательного режима в детском саду для детей дошкольного возраста.	Родительское собрание	Все группы
	2.«Уровень физического развития и физической подготовленности ребенка, его двигательная активность».	Познакомить родителей с «паспортом здоровья» ребенка, дать индивидуальные консультации.	Индивидуальные консультации	Все группы
Октябрь	1.«Почему дети приходят в детский сад уже с нарушением опорно-двигательного аппарата».	Познакомить родителей с факторами, влияющими на развитие опорно - двигательного аппарата. Дать практические рекомендации.	Консультация	Средние группы
	2.«Вместе делаем зарядку».	Познакомить родителей с комплексами сюжетно – игровых упражнений совместной двигательной деятельности. Формировать у родителей привычку ежедневно выполнять упражнения утренней гимнастики – быть примером для детей.	Спорт.газета	Все группы
	3. «Осенние старты»	Создать атмосферу праздника при совместной двигательной деятельности.	Совместное развлечение	Старшие группы

Ноябрь	<p>1.«Как выбрать нужный вид спорта».</p> <p>2.«Лечебная игротека».</p> <p>Упражнения для укрепления мускулатуры ног и стопы.</p> <p>3. «Мама, папа, я –спортивная семья».</p>	<p>Дать рекомендации при выборе спортивной секции, раскрыть значимость разных видов спорта.</p> <p>Познакомить родителей с упражнениями для укрепления мускулатуры ног и стопы, практически освоить приемы обучения этим упражнениям.</p> <p>Пропаганда здорового образа жизни среди дошкольников и их родителей.</p>	<p>Групповая консультация</p> <p>Практикум</p> <p>Фото - репортаж</p>	<p>Подготовительные к школе группы</p> <p>средние группы</p> <p>Центральный вход дет. Сада</p>
Декабрь	<p>1.«Использование точечного массажа в домашних условиях как средства профилактики простудных заболеваний».</p> <p>2. «Выбираем зимнее снаряжение»</p>	<p>Познакомить родителей с массажем биологически активных точек для профилактики ОРЗ.</p> <p>Пропаганда здорового образа жизни среди дошкольников и их родителей.</p>	<p>Консультация-практикум</p> <p>консультация</p>	<p>Средние группы – 1-ая неделя</p> <p>Старшие группы 2-ая неделя</p> <p>Информационный стенд в группах</p>
Январь	<p>1.«Влияние динамической и статической нагрузок на подготовку организма ребенка к школьному режиму».</p> <p>2.«Чтобы обувь была в пору».</p>	<p>Познакомить родителей с динамической и статической нагрузкой и их влияние на организм старших дошкольников.</p> <p>Познакомить родителей с правилами выбора обуви.</p>	<p>Консультация</p> <p>Папка-передвижка</p>	<p>Подготовительные к школе группы</p> <p>Младшие группы</p>
	1.«Хочу, как папа быть!»	Привлечь родителей к участию в совместных играх и эстафетах. Доставить двигательное, эмоциональное	Физк. праздник с участием	Старшие гр Подгот.гр

Февраль	<p>2. «Аты – баты, шли солдаты!»</p> <p>2. «Игры, которые лечат»</p>	<p>удовольствие родителям и детям от совместной двигательной деятельности.</p> <p>Познакомить родителей с подвижными играми и упражнениями, способствующими развитию у детей двигательных навыков, снижение «дефицита» положительных эмоций.</p>	Обмен опытом родителей	Младшие гр
Март	<p>1.«Значимость игр с мячом в подготовке детей к школе».</p> <p>2.«Как увлечь ребенка ритмической гимнастикой»</p>	<p>Познакомить родителей с понятием «мелкая моторика», формирование навыка письма через игры с мячом.</p> <p>Познакомить родителей с комплексами ритмической гимнастики. Доставить взрослым и детям удовольствие от совместной двигательной деятельности.</p>	Папка-передвижка Практическое занятие для мам	Подгот. гр. Ср.гр.
Апрель	<p>1.«Использование солнечных и воздушных ванн для укрепления здоровья».</p> <p>2. «Дыхание, сон и здоровье»</p>	<p>Познакомить с видами закаливания в детском саду. Дать практические рекомендации по закаливанию детей в домашних условиях.</p> <p>Познакомить родителей с важностью соблюдения режима дня и двигательной деятельности в семье.</p>	Консультация Папка-передвижка	Млад.гр Стар.гр.
Май	<p>1.«Семья – здоровый образ жизни».</p> <p>2.«Приобщение детей дошкольного возраста к</p>	<p>Пропаганда здорового образа жизни среди дошкольников и их родителей.</p> <p>Познакомить родителей со спортивной жизнью в детском саду за прошедший учебный год.</p>	Семейный вернисаж Фото-коллаж	Ср.гр Стар.гр

	физической культуре и спорту» 3.«Воздушные шары»	Приобщить взрослых к подготовке и участию в совместном празднике.	Семейный праздник	Младшие гр
Июнь	1.«Витамин роста». 2.«Босиком за здоровьем».	Дать родителям рекомендации по организации двигательной деятельности детей в семье в летний период. Познакомить родителей с приемами оздоровления детей дошкольного возраста природными факторами.	Папка-передвижка Практическое занятие	Млад.гр Сред.гр.
Июль	1.«Игры детей во дворе». 2.«В поход всей семьей».	Познакомить родителей с подвижными играми и упражнениями в летний период, для детей старшего дошкольного возраста.	Консультации. Практический показ	Стар.гр. Все группы
Август	1.«Мама, папа, я — спортивная семья». 2.«Спортивные успехи»	Создать атмосферу праздника от совместной двигательной деятельности. Повышать авторитет родителей. Пропаганда здорового образа жизни среди дошкольников и их родителей. Вовлечение родителей в единое образовательное пространство.	Спортивный праздник Фото - выставка	Старш.гр. Все группы

III Организационный раздел

3.1 Циклограмма педагогической деятельности инструктора по физической культуре

Афанасьевой О.Ф. на 2020-2021 учебный год

Понедельник	8.00-8.40 Утренняя гимнастика 8.40-9.05 Работа с родителями 9.05-9.35 Изготовление дидактического материала 9.35-9.55 Образовательная деятельность (ст. гр. «А») 9.55-10.20 Подготовка к образовательной деятельности 10.20-10.50 Образовательная деятельность (подг. гр) 10.50-11.10 Подготовка к образовательной деятельности 11.10-11.30 Образовательная деятельность (ср.гр. подвижные игры на свежем воздухе) 11.30-12.00 Индивидуальная работа с детьми 12.00-12.30 Обеденный перерыв 12.30-14.00 Работа с документацией 14.00-14.30 Оснащение пед.процесса
Вторник	8.00-8.40 Утренняя гимнастика 8.40-9.05 Работа с родителями 9.05-9.35 Изготовление дидактического материала 9.35-9.55 Образовательная деятельность (ст.гр) 9.55-10.20 Подготовка к образовательной деятельности 10.20-10.50 Образовательная деятельность (подг. Гр. «А») 10.50-11.05 Подготовка к образовательной деятельности 11.05-11.20 Образовательная деятельность (2мл.гр подвижные игры на свежем воздухе) 11.20-12.00 Индивидуальная работа с детьми 12.00-12.30 Обеденный перерыв 12.30-13.30 Работа с педагогами 13.30-14.30 Работа с документацией
Среда	8.00-8.40 Утренняя гимнастика 8.40-9.00 Работа с родителями 9.00-9.15 Образовательная деятельность(2мл.гр.) 9.15-10.10 Индивидуальная работа с детьми 10.10-10.20 Подготовка к образовательной деятельности 10.20-10.50 Образовательная деятельность (подг.гр.)

	<p>10.50-11.00 Подготовка к образовательной деятельности 11.00-11.25 Образовательная деятельность (ст.гр игры на свежем воздухе) 11.25-11.35 Подготовка к образовательной деятельности 11.35-12.00 Образовательная деятельность (ст. «А» гр игры на свежем воздухе) 12.00-12.30 Обеденный перерыв 12.30-13.30 Работа с документацией 13.30-14.30 Оснащение пед. процесса</p>
Четверг	<p>8.00-8.40 Утренняя гимнастика 8.40-9.00 Работа с родителями 9.00-9.20 Образовательная деятельность (ср.гр) 9.20-9.35 Подготовка к образовательной деятельности 9.35-9.55 Образовательная деятельность (ст.гр «А») 9.55-10.25 Изготовление дидактического материала 10.25-11.05 Индивидуальная работа 11.05-11.15 Подготовка к образовательной деятельности 11.15-11.45 Образовательная деятельность (подг.гр «А») 11.45-12.00 12.00-12.30 Обеденный перерыв 12.30-13.30 Пед.час 13.30-14.30 Работа с документацией</p>
Пятница	<p>8.00-8.40 Утренняя гимнастика 8.40-9.00 Работа с родителями 9.00-9.15 Образовательная деятельность (2мл.гр) 9.15-9.35 Подготовка к образовательной деятельности 9.35-9.55 Образовательная деятельность (ст.гр) 9.55-10.20 Изготовление дидактического материала 10.20-10.50 Образовательная деятельность (под.гр «А») 10.50-11.15 Индивидуальная работа с детьми 11.15-11.45 Образовательная деятельность (подг.гр игры на свежем воздухе) 11.45-12.00 Индивидуальная работа с детьми 12.00-12.30 Обеденный перерыв 12.30-13.30 Работа с педагогами 13.30-14.30 Работа с документацией</p>

3.2 Модель двигательной деятельности

Виды занятий и форма двигательной активности	Мл. возраст	Ср. возраст	Ст. возраст	Подг. возраст	Особенности организации	
1. Физкультурно-оздоровительные занятия						
1.1	Утренняя гимнастика	6-8'	6-8'	8-10'	8-10'	Ежедневно в сп/зале, группе, на воздухе
1.2	Двигательная разминка во время перерыва м/занятие	10'	10'	10'	10'	Ежедневно
1.3	Физкульт. минутка	1,5-2'	2'	2'	2'	Ежедневно по необходимости от вида, содержания занятия
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на прогулках	6-10'	10-15'	20-25'	20-25'	Ежедневно во время прогулок
1.5	Дифференцированные игры-упражнения на прогулке	5-8'	5-8'	12-15'	12-15'	Ежедневно во время вечерних прогулок
1.6	Физ. упражнения после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	5-10'	5-10'	5-10'	10-12'	Ежедневно
1.7	Оздоровительный бег	---	3-7'	3-7'	8-10'	2 раза в неделю подгруппами (5-7 чел.) в утр. прогулку
2. Учебные занятия						
2.1	По физической культуре	15'	20'	25'	30'	3 раза в неделю, одно - на участке для детей 5-7 лет (до 15 ⁰ С) В непогоду - в спорт/зале
3. Самостоятельные занятия						
3.1	Самостоятельная двигательная активность	Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей			Ежедневно в помещении и на открытом воздухе	
4. Спортивно-оздоровительная деятельность						
4.1	Неделя здоровья (каникулы)				2 раза в год	
4.2	Физкультурный досуг	20-30'	20-30'	35-40'	40-50'	1 раз в 2 месяца во II ^{ой} половине дня 2-3 раза в год
4.3	Физкультурный спортивный праздник	30-40'	50-60'	60-80'	60-80'	2 раза в год в сп/зале или на воздухе
5. Дополнительные виды занятий						
5.1	Секционно-кружковые занятия	15' 1 раз в	20' 2 раза в	25' 2 раза в	30' 2 раза в	По желанию родителей и детей

		неделю	неделю	неделю	неделю	
6. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи						
6.1	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях ДОУ					Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья

3.3. Развивающая предметно-пространственная среда

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства детского сада, а также территории, прилегающей к нему, приспособленной для реализации Программы, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей. Также обеспечивается реализация различных образовательных программ.

В детском саду созданы условия для организации инклюзивного образования, т.к. воспитываются дети и с нарушениями речи.

При осуществлении образовательной деятельности учитываются национально-культурные, климатические условия, возрастные особенности детей.

Проанализируем развивающую предметно пространственную среду в соответствии с требованиями ФГОС ДО.

Всё игровое оборудование, инвентарь, дидактический материал расположен в свободном доступе для детей, соблюдается позиция расположения на уровне вытянутой руки ребёнка. В зале наблюдается определенное зонирование, т.е. наличие различных пространств (для игры, конструирования и пр.).

Насыщенность различных зон осуществляется ИФК, учитывая возрастные, индивидуальные особенности детей, а также руководствуясь задачами ООП ДОО. В спортивном зале имеются модули, с помощью которых, можно легко поменять пространство в зависимости от образовательной ситуации и меняющихся интересов детей. Также хочется отметить использование в пространстве спортивного зала полифункциональные материалы: мягкие модули, конструкторы, бросовый материал, макеты и т.д. При организации развивающей предметно-пространственной среды соблюдается принцип безопасности: располагаются модули и спортивный инвентарь так, чтобы дети свободно перемещались по залу, вовремя убираются из пользования детей сломанные, травмоопасные игрушки и т.д.

Инструктор использует своё творческое видение в преобразовании пространства спортивного зала: дидактические игры, дорожки здоровья, массажные коврики, зрительные тренажеры, мешочки для равновесия и метания, тренажеры для развития мелкой моторики рук, инвентарь для игр разной интенсивности сделанные руками педагога. В разное время года создается благоприятная среда для организации игровой, двигательной, познавательной и др. деятельности на спортивной площадке «Здоровей-ка» детского сада. В зимний период присутствуют различные снежные фигуры, лыжня, дорожки для скольжения, горки, площадка для игры в зимний футбол и хоккей.

Таким образом, развивающая предметно-пространственная среда в спортивном зале и спортивной площадке на улице организована с учётом требований ФГОС ДО, а также осуществляется творческий подход в её преобразовании.

3.4. Учебно-методическое обеспечение Программы

№ п/п	Образовательные области	Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий,
-------	-------------------------	---

		объектов физической культуры и спорта с перечнем основного оборудования
1	Физическое развитие	<p>Музыкальный зал Для проведения двигательной деятельности: спортивные модули, батут, маты, детские тренажеры, фитболы, степы, спортивное оборудование и спортивный инвентарь: Для ОРУ: кубики, треугольники, трубочки тонкие, гимнастические палки, флажки, ленточки, гантели, бревнышки, трубочки толстые, обручи; Для метания, работа с мячом: «Снежки», мешочки с песком, мячи разных размеров; Для прыжков: скакалки, кочки; для лазанья: дуги разных разной высоты, тоннель, обруч на стойке; Ходьба и бег: ориентиры, кегли, конусы, канат, доска прямая, лыжи, палки лыжные; Многофункциональное пособие: геометрические фигуры мягкие из поролона, бруски и куб деревянные.</p> <p>Спортивная площадка Для организации физкультурно-оздоровительной работы: футбольные ворота, спортивный комплекс, бревно для ходьбы для соблюдения равновесия, лабиринты, яма для прыжков, лесенки для лазанья.</p>

2. Средства обучения и воспитания

№ п/п	Наименование	Количество
1	Двигательная деятельность	
	Оборудование спортивного зала:	2шт
	1. Гимнастические скамьи	6шт
	2. Дуги для подлезания – высота, 40, 50, 60 см.	2шт
	3. Мат мягкий.	2шт
	4. Тоннель из ткани.	2шт
	5. Многофункциональные стойки	2шт
	6. Дорожка здоровья.	1шт
	7. Дорожки для профилактики плоскостопия.	2шт
	8. Обруч пластмассовый, диаметр 60 см.	20шт
	9. Палки гимнастические пластмассовые	25шт
	10. Ключки пластмассовые.	6шт
	11. Городки пластмассовые.	2набора
	12. Конусы – ориентиры.	6шт
	13. Батут.	6шт
	14. Мячи:	1шт
	7,5 см.	24шт
	10 см	12шт
	20 см.	25шт
	15 см.	10шт
	45см.	10шт
	50с	5шт
	Футбольный.	1шт
	Баскетбольный.	1шт

Набивной 1 кг. 15. Скакалки. 16. Ленточки на кольцах – 19 см. 17. Шнуры разной длины 18. Кубики раздаточные 19. Погремушки 20. Кубики h-10 см. 21. Кубы h-30 см 22. Ребристая доска дл-1,5м. 23. Гантели пластмассовые 24. Платочки 25. Кегли 26. Самокат 28. Султанчики 29. Летающая тарелка	1шт 20шт 20шт 2шт 44шт 20шт 4шт 2шт 1шт 30шт 24шт 30шт 2набора 2шт 24шт 22шт
Спортивная площадка: Волейбольная сетка Щит баскетбольный Дуги для лазания Шведская стенка Ворота футбольные Беговая дорожка Министадион Нестандартное оборудование – скаты, веревочная стенка – сетка, сетка-корзина для мячей. Мишени. Бревно Перекладина	1шт 1шт 3шт 1шт 2шт 1шт 1шт 2шт 1шт

3. Методические материалы

Учебные издания в бумажном и электронном виде

1 «От рождения до школы» : примерная образовательная программа дошкольного образования/ Веракса Н.Е. (и др.) . – М: издательство Мозаика-Синтез, 2016

2. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» средняя группа. – М: издательство Мозаика-Синтез, 2010.

3. Л.И. Пензулаева. «Физическая культура в детском саду» старшая группа. – М: издательство Мозаика-Синтез, 2010.

4. Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду» подготовительная к школе группа. – М: издательство Мозаика-Синтез, 2010.

5. Н.В. Полтавцева , Н.А. Гордова: «Физическая культура в дошкольном детстве, для детей 3-4 лет. М.: Просвещение, 2004

6. Н.В. Полтавцева , Н.А. Гордова: «Физическая культура в дошкольном детстве, для детей 4-5 лет; М.: Просвещение, 2004

7. Н.В. Полтавцева , Н.А. Гордова: «Физическая культура в дошкольном детстве, для детей 5-6 лет; М.: Просвещение, 2004

- 8.Н.В. Полтавцева , Н.А. Гордова: «Физическая культура в дошкольном детстве, для детей 7 лет; М.: Просвещение, 2004
9. Н.А. Глазырина: «Физическая культура – дошкольникам, средний возраст»; М.: Гуманит. Изд.центр Владос,2001
- 10.Н.А. Глазырина: «Физическая культура – дошкольникам, старший возраст»; М.: Гуманит. Изд.центр Владос,2001
- 11.Е.И. Подольская. Необычные физкультурные занятия для дошкольников Волгоград: Учитель,2011
- 12.А.И Смирнова. Влияние физических упражнений на развитие общей и мелкой моторики («Школа мяча») Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных учреждений-Тольятти «Развитие через образование». -2004.
- 13.С.Е. Большакова. Формирование мелкой моторики рук: Игры и упражнения М.: ТЦ Сфера, 2014
14. . Н.С. Голицына. «Нетрадиционные занятия в дошкольном образовательном учреждении», 2010
15. Анисимова М.С., Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста». - СПб.: ООО «Издательство» Детство -Пресс», 2014.
16. Н.А.. Фомина. Сказочный театр физической культуры:физкультурные занятия с дошкольниками в музыкальном ритме сказок Волгоград: Учитель, 20011.
- 17.В.В. Гаврилова Занимательная физкультура для детей 4-7 лет Планирование, конспекты занятий. Волгоград: Учитель,2013.
18. О.В. Музыка. Физкультурно-оздоровительная работакомплексное планирование по программе под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой. Младший, средний, старший дошкольный возраст. Волгоград: Учитель,2010
- 19.Н.А. Тимошкина. Методика использования русских народных игр в ДОУ (старший возраст) М.: Центр педагогического образования,2008
- 20.М.Ю.Картушина. Физкультурные сюжетные занятия с детьми 5-6 лет М.: ТЦ Сфера,2012.
21. М.Ю.Картушина. Физкультурные сюжетные занятия с детьми 3-4 лет М.: ТЦ Сфера,2012.
- 22.Т.Е. Харченко Спортивные праздники в детском саду.-2-е изд. –М.: ТЦ Сфера 2017.
23. И.Е. Аверина «Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ» Айрис-Пресс, М.: 2007.
24. О.И. Бочкарева. Система работы по формированию здорового образа жизни. Старшая группа- Волгоград: ИТД «Корифей», 2008.

Методическая литература, позволяющая ознакомиться с содержанием парциальных программ, методик, форм организации образовательной работы

- 1.Н.В. Полтавцева , Н.А. Гордова: «Физическая культура в дошкольном детстве, для детей 3-4 лет. М.: Просвещение, 2004
- 2.Н.В. Полтавцева , Н.А. Гордова: «Физическая культура в дошкольном детстве, для детей 4-5 лет; М.: Просвещение, 2004

3.Н.В. Полтавцева , Н.А. Гордова: «Физическая культура в дошкольном детстве, для детей 5-6 лет; М.: Просвещение, 2004

4.Н.В. Полтавцева , Н.А. Гордова: «Физическая культура в дошкольном детстве, для детей 7 лет; М.: Просвещение, 2004

5.Е.И. Подольская. Необычные физкультурные занятия для дошкольников Волгоград: Учитель,2011

6.А.И Смирнова. Влияние физических упражнений на развитие общей и мелкой моторики («Школа мяча») Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных учреждений-Тольятти «Развитие через образование». -2004.

7. . Н.С. Голицына. «Нетрадиционные занятия в дошкольном образовательном учреждении», 2010

8. Анисимова М.С., Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста». - СПб.: ООО «Издательство» Детство -Пресс», 2014.

9. Н.А.. Фомина. Сказочный театр физической культуры: физкультурные занятия с дошкольниками в музыкальном ритме сказок Волгоград: Учитель, 20011.

Электронные образовательные ресурсы

25.Диск Утренняя гимнастика в детском саду комплексы упражнений для детей 3-7 лет
Издательство Учитель, 2013

26. Диск: «Воспитатель года – 2015г.-открытое НОД по сказке «Приключения Буратино»

27. Аудио-запись с сюжетно-ролевой ритмической гимнастикой.

28. Запись на электронном носителе ритмической гимнастики «Супер Микс» по возрастам.