Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Уральский детский сад «Одуванчик»

Принята
педагогическим советом
протокол от 31.08.2020г №1

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МБДОУ
«Уральский детский сад
«Одуванчик»
_____ И.Н. Матусан
Приказ №35-од
от 31.08.2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

организации воспитательно – образовательной деятельности
инструктора по физической культуре
с детьми 3-7 лет
на 2020-2021 учебный год

Разработана: Катаоко А.В. инструктор по физической культуре

п. Урал
2020 год

Содержание

1. Целевой раздел	2
1.1.Пояснительная записка	
1.2. Цели и задачи реализации Программы	2
1.3. Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.4. Интеграция образовательной области «Физическая культура» с образовательными областями	4
1.5. Характеристика особенностей физического развития детей 3-7 лет	5
1.6. Планируемые результаты как целевые ориентиры освоения Программы	6
1.7.Педагогический мониторинг освоения содержания образовательной программы	8
2. Содержательный раздел	10
2.1. Содержание образовательной деятельности в образовательной области «Физическое развитие»	11
2.2 Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы	11
2.3. Часть, формируемая участниками образовательного процесса	12
- Особенности образовательной деятельности и культурных практик	14
- Способы поддержки детской инициативы	14
- Содержание коррекционной работы	15
- Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	16
- Особенности взаимодействия с педагогами ДОУ	18
- Региональный компонент	19
3. Организационный раздел	22
- Условия реализации рабочей программы	23
- Особенности организации предметно – пространственной развивающей среды	23
- Методическое обеспечение рабочей программы	24
	26
Приложения	
Приложение 1 Список детей по группам	
Приложение 2 Листы здоровья	
Приложение 3 График ежедневной организации физического развития	
Приложение 4 Расписание НОД	
Приложение 5 Перспективное планирование образовательной деятельности	
Приложение 6 Режимы двигательной активности	
Приложение 7 Планирование гимнастики после дневного сна	
Приложение 8 План физкультурно – оздоровительной работы	
Приложение 6 Планирование работы с родителями	
Приложение 7 Планирование работы с воспитателями	

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания. Очень важной, составной частью гармонической личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Рабочая программа инструктора по физической культуре по физическому развитию детей дошкольного возраста разработана в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования МБДОУ «Уральский детский сад «Одуванчик» с учетом Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой (Мозаика-Синтез, 2014).

Нормативной основой рабочей программы являются:

Закон РФ «Об образовании РФ» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;

Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. N 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" (далее – ФГОС ДО);

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" (далее – СанПиН);

Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. N 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. N 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог

(педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;

Устав МБДОУ «Уральский детский сад «Одуванчик»;

Программа рассчитана для детей 3-7 лет в группах общеразвивающей и комбинированной направленности.

Содержание Рабочей программы в соответствии с требованиями ФГОС ДО включает три основных раздела – целевой, содержательный и организационный.

Программа включает в себя комплексную систему физкультурно-оздоровительной работы, реализует формы и средства физического воспитания и определяет содержание и структуру образовательной области «Физическое развитие», реализуемое через совокупность направлений: «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни», «Физическая культура».

Содержание рабочей программы реализуется с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников в возрасте 3-7 лет, их гендерной направленности, уровнем двигательной активности, а так же особыми возможностями здоровья и спецификой ДОО.

1.2. Цель и задачи реализации Программы

Цель рабочей программы: создание условий для развития у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничного физического развития с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, формирование у детей основ здорового образа жизни.

Задачи рабочей программы

- ✓ Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
- ✓ 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.

В Программе сформулированы и конкретизированы задачи по физическому развитию для детей младшей, средней, старшей, подготовительной к школе групп.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

Реализуемая Программа строится на принципах ФГОС ДО (ФГОС ДО п. 1.2.):

- поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека,

самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;

- личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей;
- уважение личности ребенка;
- реализация Программы в формах, специфических для детей дошкольного возраста, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

Реализуемая Программа учитывает основные принципы дошкольного образования, указанные в ФГОС ДО: (ФГОС ДО п. 1.4.):

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) 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 (индивидуализация дошкольного образования);
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество детского сада 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.

1.4. Интеграция образовательной области «Физическая культура» с образовательными областями

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

Образовательная область	**Задачи**
«Социально-коммуникативное развитие»»	Развитие игрового опыта совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждение к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развитие умения четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций в проблемных моментах и пожеланиях. Развитие коммуникативных способностей при общении со

	сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.
«Художественно-эстетическое развитие»	Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей.
«Речевое развитие»	Обогащение активного словаря на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развитие звуковой и интонационной культуры речи в подвижных и малоподвижных играх.
«Познавательное развитие»	Обогащение знания о двигательных режимах, видах спорта. Развитие интереса к изучению себя и своих физических возможностей: осанки, стопы, роста, движения. Формирование представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

1.5. Характеристика особенностей физического развития детей 3-7 лет

Вторая младшая группа (3 – 4 года)

На 4-м году жизни возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время внимание у детей неустойчиво, они отвлекаются и часто переходят от одного вида деятельности к другому. В этом возрасте ребёнок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он ещё не заботится о результатах своих действий, поглощён самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают всё более преднамеренный характер. Ребёнок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению воспитателя, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление.

Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребёнок может соблюдать определённую их последовательность. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребёнок более сознательно следит за воспитателем, когда он даёт образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.

Средняя группа (4-5 лет).

Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испробовать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в невозможности выполнения двигательного действия, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убеждён в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится

в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы.

Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Всё это обусловливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу.

Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.

Старшая группа (5-6 лет).

Двигательная деятельность ребёнка становится всё более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группки по интересу к тому или иному виду упражнений.

На 6-м году жизни ребёнка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребёнка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребёнком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обусловливает большую её объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растёт уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путём целенаправленного развития двигательных качеств.

В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности

детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

Подготовительная к школе группа (6-7 лет).

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фразы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений.

Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

1.6. Планируемые результаты как целевые ориентиры освоения Программы

В соответствии с ФГОС ДО требования к планируемым результатам освоения основной образовательной программы МБДОУ устанавливаются в виде целевых ориентиров «на выходе» из раннего и дошкольного возраста.

Целевые ориентиры образования в раннем возрасте:

- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазание, перешагивание и пр.)

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования (ФГОС ДО п. 4.6):

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

Описание возрастных особенностей развития детей 3-4 лет

3-4 года	Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками	Антропометрические показатели (рост, вес) в норме. Владеет соответствующими возрасту основными движениями. Имеет потребность в двигательной активности, проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной деятельности. Участвует в совместных играх и выполняет физические упражнения. Пользуется физкультурным оборудованием в свободное время. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания. Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни
4-5 лет	Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками	Антропометрические показатели (рост, вес) в норме. Владеет соответствующими возрасту основными движениями. Сформирована потребность в двигательной активности, проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной деятельности. Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях. Пользуется физкультурным оборудованием в свободное время. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, самостоятельно соблюдает правила поведения во время еды, умывания. Знаком с понятиями «здоровье», «болезнь». Имеет элементарные представления о ценности и составляющих здорового образа жизни: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений

5-6 лет	Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками	Антропометрические показатели (рост, вес) в норме. Владеет соответствующими возрасту основными движениями. Проявляет интерес к участию в п/и и физических упражнениях. Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Пользуется физкультурным оборудованием в свободное время. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения во время еды, умывания. Имеет элементарные представления о ценности и составляющих здорового образа жизни: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений. Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье
6-7 лет	Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками	Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры; соблюдает элементарные правила здорового образа жизни, закаливания; осознает необходимость соблюдения правил гигиены в повседневной жизни

1.7. Педагогический мониторинг освоения содержания образовательной программы

При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста), связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) 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.

Мониторинг проводится 2 раза в год (на начало и конец учебного года). Длительность проведения 2-3 недели. Мониторинг проводится по методике Верещагиной Н.В. : «Диагностика педагогического процесса в дошкольной образовательной организации» - СПб.: ООО «Издательство «Детство - ПРЕСС», 2014.-16. (см. Приложение)

Предварительная работа: знакомство с листами здоровья воспитанников (см. Приложение 2), определение антропометрических данных, групп здоровья детей и совместное с медицинскими сотрудниками ДОО определение степени физической нагрузки на физкультурных занятиях.

С целью осуществления индивидуального подхода при назначении различных средств физического воспитания выделяются 2 группы детей: 1 - основная группа, - не имеющая никаких медицинских и педагогических противопоказаний и ограничений для занятий физической культурой и 2 - ослабленная группа, — имеющая ограничения временного характера в величине и интенсивности физической нагрузки.

К ослабленной группе относятся дети 2, 3 и 4 групп здоровья, в основном часто болеющие («группа риска»). Дети, отнесенные к ослабленной группе, должны иметь индивидуальные назначения закаливающих мероприятий, в рамках всех разделов физического воспитания в детском саду получать более низкую физическую нагрузку. Для этого при проведении физкультурных занятий, подвижных игр, спортивных упражнений следует уменьшать число повторений каждого упражнения в игре, при выполнении спортивных и беговых упражнений. С такой же нагрузки должны начинать дети, вернувшиеся в дошкольное образовательное учреждение после болезни (ОРЗ, обострение хронического тонзиллита, хронического бронхита и др.).

2. Содержательный раздел

2.1.Содержание образовательной деятельности в образовательной области «Физическое развитие»

Примерная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой- издание 3-е, исп. и доп., МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2014			
младшая группа 3-4 года	**средняя группа 4-5 лет**	**старшая группа 5-6 лет**	**подготовительная группа 6-7 лет**
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни			
стр. 130	стр. 130-131	стр. 131	стр. 131-132
Физическая культура			
стр. 132- 133	стр. 133-134	стр. 134	стр. 135

Принципы физического развития

дидактические	специальные	гигиенические
- систематичность и последовательность - доступность - учет индивидуальных и возрастных особенностей - сознательность и активность ребенка - наглядность	- непрерывность -последовательность наращивания тренирующих воздействий - цикличность	- сбалансированность - рациональность чередования деятельности и отдыха - возрастная адекватность - оздоровительная направленность всего образовательного процесса - осуществление личностно – ориентированного обучения и воспитания

2.2. Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы

В системе физического воспитания в детском дошкольном учреждении инструктором по физическому развитию используются следующие основные организационные формы двигательной деятельности детей (График ежедневной организации физического развития в дошкольных группах см. Приложение 3):

- физкультурные занятия;
- гимнастика после дневного сна;
- активный отдых – физкультурные досуги, физкультурные праздники, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм), дни здоровья.

Основной формой учебной работы является физкультурное занятие. Занятия по физической культуре проводятся на основе пособия Л.И. Пензулаевой. Перспективное планирование образовательной деятельности по возрастам см. Приложение 5.

Гимнастика после дневного сна

Сон играет важнейшую роль в режиме дня ребёнка. От того, как проснётся ребенок, зависит его настроение, состояние здоровья и то, как он проведёт остаток дня.

Гимнастика после сна — это комплекс упражнений, которые обеспечивают нерезкий переход от спокойствия к бодрствованию.

Цель - подъём мышечного тонуса и улучшение настроения детей с помощью воздушных ванн и физических упражнений.

Задачи:

- профилактика простудных заболеваний;
- укрепление дыхательного аппарата;
- предотвращение развития проблем с осанкой, плоскостопия;
- воспитание привычки разминать тело после пробуждения.

Для реализации поставленных задач, каждый день подбираются упражнения направленные на:

- приведение в тонус нервной системы (то есть предотвращение раздражительности, тревожности, которые могут возникнуть после пробуждения);
- улучшение работы основных систем организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, а также стабилизация защитных функций организма);
- создание позитивной атмосферы в группе.

Гимнастика после сна включает:

- упражнения сразу после пробуждения — в кровати;

- занятия с использованием тренажёров (например, массажных ковриков, мячей и пр.);

-корригирующие задания на предотвращение плоскостопия, искривления позвоночника и пр.;

- дыхательная гимнастика.

На выполнение гимнастики в целом уходит 5–10 минут.

Гимнастика после дневного сна проводится в соответствии с пособием Т.Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников» см. Приложение 7.

Активный отдых дошкольников включает в себя физкультурные досуги, физкультурные праздники, пешеходные прогулки и дни здоровья.

Физкультурные праздники являются своеобразной формой показа достижений детей в различных видах движений, в проявлении таких качеств, как ловкость, быстрота, ориентировка в пространстве, инициативность, настойчивость, находчивость, смелость. Физкультурные праздники в детском саду проводятся 2 раз в год: в середине года – зимний праздник; летний праздник в конце учебного года. Физкультурные праздники организуются на открытом воздухе и лишь в отдельных случаях – в физкультурном зале. Длительность праздника не превышает полутора часов.

В теплое время года целесообразно организовывать пешеходные прогулки, экскурсии. Продолжительность прогулок или экскурсий для детей старшего дошкольного возраста не превышает 30 - 40 мин в один конец. Длина пути для 6 - 7 - летних детей составляет не более 1,5 - 2,0 км в один конец, для детей 4 - 5 лет - не более 1,0 - 1,5 км. После каждых 10 - 15 минут пути устраиваются остановки для отдыха продолжительностью 5 минут. По прибытии в парк детям раздают физкультурные пособия (мячи, скакалки, обручи) для активной деятельности. Кроме того, с детьми проводятся подвижные игры.

В режим детской жизни, как форма физкультурно - оздоровительной работы, входит День здоровья. Он проводится 1 раз в квартал. В этот день отменяются все учебные занятия, режим дня насыщается активной двигательной деятельностью детей, самостоятельными играми, музыкальными развлечениями. В теплое время года вся жизнь детей выносится на открытый воздух, в холодное - пребывание дошкольников на открытом воздухе по возможности удлиняется. В День здоровья организуются простейшие туристские походы, прогулки за пределы участка детского сада.

Все формы работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим, обеспечивающий ежедневные занятия ребенка физической культурой.

Средства физического воспитания детей дошкольного возраста

К средствам физического воспитания относятся гигиенические факторы, естественные силы природы, физические упражнения (Д.В. Хухлаева, 1984).

Полноценное решение задач физического воспитания достигается только при комплексном применении всех средств, так как каждое из них по - разному влияет на организм.

Гигиенические факторы включают в себя режим дня, занятий, сна, бодрствования, питания; гигиену одежды, обуви, участка, групповой комнаты, зала, физкультурных снарядов и пособий. Эти факторы повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм (Н.Н. Кожухова, 2002).

Естественные силы природы (солнце, воздух, вода) повышают функциональные возможности органов и систем и работоспособность организма. Они имеют огромное значение для закаливания организма, тренировки механизмов терморегуляции. Сочетание естественных сил природы с физическими упражнениями улучшает обменные процессы и защитные функции организма (Э.Я. Степаненкова, 2005).

Физические упражнения - основное средство физического воспитания. Они используются для решения комплекса оздоровительных и воспитательных задач, всестороннего развития личности ребенка, профилактики и коррекции психофизического состояния организма (Э.Я. Степаненкова, 2005).

Методы физического воспитания детей дошкольного возраста:

Словесный метод обращен к сознанию детей, помогает осмысленно поставить перед ребенком двигательную задачу, раскрыть содержание и структуру движения.

К нему относятся: объяснение, пояснение, указания, подача команд, вопросы к детям, словесная инструкция

Наглядный метод: его цель создать зрительное, слуховое, мышечное представление о движении. Важно обеспечить яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений ребенка.

Практический метод: его цель - закреплять на практике знания, умения и навыки основных движений, способствовать созданию мышечных представлений о движении, повторение упражнений без изменения и с изменениями, повторение упражнений в игровой форме, проведение упражнений в соревновательной форме (Н.Н. Кожухова, 2002).

Закаливание детей на занятии по физической культуре включает физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе; а так же проведение гимнастики после дневного сна.

2.3. Часть, формируемая участниками образовательного процесса

Особенности образовательной деятельности и культурных практик

Во второй половине дня организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. В культурных практиках воспитателем создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения,

сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер. Одной из форм культурных практик является физкультурно - досуговая деятельность, направленная на усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщение к спорту и здоровому образу жизни. Такие мероприятия проводятся один раз в неделю в форме веселых игр, забав, эстафет. Длительность его составляет 15 - 30 мин (в зависимости от возраста детей). Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и воспитывается чувство коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развитие выдержки и внимания, целеустремленности, смелости, упорства, дисциплинированности и организованности.

План физкультурно - досуговой деятельности см. Приложение 8

Способы поддержки детской инициативы

В образовательном процессе ребёнок и взрослые (педагоги, родители, медицинский персонал) выступают как субъекты педагогической деятельности, в которой взрослые определяют содержание, задачи, способы их реализации, а ребёнок творит себя и свою природу, свой мир.

Детям предоставляется широкий спектр специфических для дошкольников видов деятельности, выбор которых осуществляется при участии взрослых с ориентацией на интересы, способности ребёнка.

Ситуация выбора важна для дальнейшей социализации ребёнка, которому предстоит во взрослой жизни часто сталкиваться с необходимостью выбора. Задача педагога в этом случае - помочь ребёнку определиться с выбором, направить и увлечь его той деятельностью, в которой, с одной стороны, ребёнок в большей степени может удовлетворить свои образовательные интересы и овладеть определёнными способами деятельности, с другой — педагог может решить собственно педагогические задачи.

Включаясь в разные виды деятельности, ребёнок стремится познать, преобразовать мир самостоятельно за счёт возникающих инициатив.

Взрослым необходимо научиться тактично сотрудничать с детьми: не стараться всё сразу показывать и объяснять, не преподносить сразу какие-либо неожиданные сюрпризные, шумовые эффекты и т.п. Необходимо создавать условия, чтобы дети о многом догадывались самостоятельно, получали от этого удовольствие.

Обязательным условием взаимодействия педагога с ребёнком является создание развивающей среды, насыщенной социально значимыми образцами деятельности и общения, способствующей формированию таких качеств личности, как: активность, инициативность, доброжелательность и др. Важную роль здесь играет сезонность и событийность образования дошкольников. Чем ярче будут события, происходящие в детской жизни, тем больше вероятность того, что они найдут отражение в деятельности ребёнка, в его эмоциональном развитии.

Содержание коррекционной работы

В группах комбинированной направленности осуществляется совместное образование здоровых детей и детей с ОВЗ в соответствии с образовательной программой дошкольного учреждения, с учетом особенностей психофизического развития и возможностей воспитанников.

В ДОУ функционируют комбинированные группы, в которых воспитанники имеют статус «ребенок с ограниченными возможностями здоровья». Обучение данной категории воспитанников осуществляется по Адаптированной основной образовательной программе дошкольного образования детей согласно решения ТПМПК.

Индивидуальная работа с такими детьми проводится в режимные моменты, во время свободной деятельности детей, а также в составе групповых занятий в течение всей недели.

Особенности организации коррекционной работы.

Основная задача коррекционно-педагогической работы — создание условий для всестороннего развития ребенка с ОВЗ в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников.

При правильно организованном физическом воспитании можно не только укрепить здоровье, но и скорректировать имеющиеся нарушения моторики, предупредить формирование неправильных двигательных стереотипов. Поэтому физическое воспитание в детском саду – является важной частью общей системы воспитания и обучения детей с нарушенным речевым развитием.

Основная цель в образовательной области «Физическое развитие» в работе с ребенком с ОВЗ — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации. Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей и в семье, и в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников. В режиме должны быть предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи. Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

Особенности физического развития детей с ОВЗ

Всестороннее обследование двигательной сферы детей с ОВЗ позволяет обнаружить ряд закономерностей в отставании их физического развития. К ним относятся:

- гипер - или гиподинамия;
- мышечная напряженность или снижение мышечного тонуса;
- нарушение общей моторики, особенно ациклических движений (лазание, прыжки в длину, метание);
- нарушение ручной моторики;

- общая скованность и замедленность выполнения движений;
- несформированность функций равновесия;
- недостаточное развитие чувства ритма;
- нарушение ориентировки в пространстве;
- замедленность процесса освоения новых движений;
- нарушение осанки, плоскостопие;
- заметное отставание в показателях основных физических качеств: силы, ловкости, скорости.

Основные задачи по физическому воспитанию детей с ОВЗ

Основными задачами по физическому воспитанию для детей с тяжелыми нарушениями речи являются:

- развитие основных физических, двигательных качеств (ловкости, выносливости, координации движений, чувства равновесия, и др.);
- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- улучшение функций нервной, сердечно-сосудистой систем;
- развитие пространственно-координационных и ритмических способностей;
- формирование умений произвольно управлять своим телом, регулировать эмоции;
- развитие общей, сенсомоторной и речедвигательной моторики;
- развитие ориентации в пространстве.

Для решения этих задач используются различные упражнения, которые позволяют успокоить детей, снять мышечное и эмоциональное напряжение, что является главным условием для естественной речи:

- пальчиковая гимнастика;
- артикуляционная гимнастика;
- элементы логоритмики;
- релаксация, позволяющая расслабить мышцы рук, ног, туловища, лица.

Работоспособность коры головного мозга тесно связана с развитием моторики, в частности, мелкой моторики пальцев руки. Выполняя пальчиковую гимнастику, ребенок развивает мелкие движения рук. Пальцы и кисти приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений. Тренировка движений пальцев и кисти рук является важнейшим фактором, стимулирующим речевое развитие ребенка, способствующим улучшению артикуляционных движений, подготовки кисти руки к письму и стимулирующим развитие мышления ребенка.

Обязательным элементом коррекционной работы с детьми является зрительная гимнастика. Комплекс зрительной гимнастики также соответствует лексической теме недели.

Для более четкого восприятия упражнений для глаз применяются стихотворные формы словесных подсказок, которые содержат основную цель упражнения – сосредоточивания взгляда на предмете, перевод с одного предмета на другой, фиксацию взглядом действия рук, последовательное прослеживание, зрительную ориентировку в окружающем пространстве.

Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

В последние годы одной из основных задач, стоящих перед ДОО, является «взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития ребенка». На современном этапе у родителей часто наблюдается нехватка времени, недостаток знаний, а зачастую личные стереотипы не дают возможность быть активными участниками развития и воспитания своего ребёнка. Но, не смотря на различные жизненные проблемы, каждый из родителей хочет видеть своего ребёнка здоровым, сильным и крепким. Задача детского сада, в том числе и в лице инструктора по физической культуре помочь каждой семье вырастить и воспитать здорового человека во всех аспектах данного понятия. Движение – основное проявление жизни, в то же время оно является и средством гармоничного развития личности.

В настоящее время родители отдают предпочтение умственному развитию своих детей, стремясь быстрее научить их писать, читать, забывая при этом, что на формирование мыслительных способностей ребёнка влияет именно физическая деятельность. Темп современной жизни, загруженность работой родителей, зачастую не представляет возможности повлиять на малоподвижный образ жизни ребёнка своим примером. Не смотря на все обстоятельства для ребёнка, как и во все времена, семья – источник опыта, где он находит примеры для подражания. Если мы хотим вырастить здоровое поколение, то должны решать проблемы «всем миром»: детский сад, семья, общество. Главная цель педагогов дошкольного учреждения – профессионально помочь семье в воспитании детей, при этом, не подменяя ее, а дополняя и обеспечивая более полную реализацию ее воспитательных функций.

Цель взаимодействия инструктора по физической культуре и семьи: содействие повышению двигательной активности и общего физического развития детей через организацию целенаправленной совместной деятельности педагога и родителей.

Задачи:

- повышение компетенции родителей в физическом развитии и воспитании ребёнка,

-приобщение родителей к участию в жизни детского сада через поиск и внедрение наиболее эффективных форм работы,

- понятие и принятие индивидуальности ребёнка, доверие и уважение к нему, как к уникальной личности,

Для достижения положительного результата, инструктором по физической культуре используются разнообразные формы работы с семьей:

- открытые физкультурные занятия для родителей – дают возможность наглядно продемонстрировать состояние физического развития детей и их физическую подготовленность. Родители знакомятся с большим перечнем доступных упражнений и подвижных игр, способствующих развитию у детей двигательных навыков. Осваивают методы обучения упражнениям, чтобы в результате повторений закрепить приобретенные навыки;

- физкультурно-спортивные праздники – способствуют приобщению детей и родителей к физической культуре и спорту, совершенствованию движений, воспитывают у детей дисциплинированность, ответственность, дружбу. А также совместная двигательная деятельность способствует созданию положительных

эмоций, бодрого настроения, что является важным условием активного отдыха;

- день открытых дверей в спортивном зале - помогают детям совместно с родителями удовлетворить потребность в двигательной активности по своему выбору, отдавая предпочтения своим любимым упражнениям, а родителям узнать предпочтения своего ребёнка в выборе вида движения и уровне его освоения, а так же получить положительные эмоции при совместной двигательной активности;

- беседы - индивидуальные и групповые - в основном носят индивидуальный характер. Беседы лаконичны, значимы для родителей, побуждают собеседника к высказыванию. Обсуждаются характерные особенности ребёнка, возможные формы организации совместной деятельности дома, на улице, а так же рекомендуется литература по развитию движения у детей;

- консультации, целью которых является усвоение родителями определённых знаний, умений, помощь им в разрешении проблемных вопросов;

- разработка и оформление стендовой информации – позволяет познакомить родителей с задачами физического воспитания, с вопросами, касающимися здорового образа жизни, правильного питания, организации режима, закаливания, подбора физкультурного инвентаря и др.;

- родительское собрание – позволяет наладить более близкий контакт с семьёй воспитанников, обсудить интересующие вопросы, обменяться мнениями в том или ином направлении работы дошкольного учреждения, наметить дальнейшие планы;

- анкетирование – необходимо для выявления значимости отдельных факторов, предусматривающие получение разнообразных данных, сведений и характеристик. Они позволяют изучить культуру здоровья семьи, выявить индивидуальные особенности детей для построения дальнейшей работы с ними и внедрения эффективных программ физкультурно-оздоровительной направленности в семью.

Разнообразные формы работы с семьёй позволяют взаимодействовать с максимальным количеством родителей. Каждая семья может получать информацию в двухстороннем направлении наиболее приемлемым для себя образом. Как правило, взаимодействовать со специалистами родители начинают с индивидуальных бесед, посещения родительских собраний, получают информацию со стендов. Но постепенно родители становятся более компетентны в вопросах оздоровления и физического развития ребёнка, что побуждает их принимать участия в наиболее открытых мероприятиях, таких как праздники, мастер – классы.

Учитывая все аспекты существования современной семьи, в нашей ДОО ежегодно разрабатывается план работы инструктора по физической культуре с родителями см. Приложение 9.

Особенности взаимодействия с педагогами

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. Для повышения двигательной активности детей, формирования у них двигательной культуры, положительного эмоционального настроя необходима рациональность организации взаимодействия воспитателя и инструктора по физической культуре. При этом важна согласованность действий воспитателя и специалиста.

Взаимодействие инструктора по физической культуре с воспитателями на занятии по физическому развитию

Часть занятия	Действия инструктора по ФК	Действия воспитателя
Подготовка к занятию	Проветривает зал; Готовит спортивный инвентарь и атрибуты	Переодевает детей в спортивную форму; Отслеживает что бы все дети сходили в туалет; Проверяет отсутствие у детей в руках игрушек; В спортивный зал являются по расписанию; В зал входят организованно (в колонне по одному) и выполняют построение в шеренгу по одному; Строит детей по росту от самого высокого до самого низкого;
Мотивационный этап	Точные и четкие установки на предстоящую деятельность (последовательность выполнения задания, предполагаемые результаты)	Переключение внимания детей на предстоящую деятельность, стимулирует интерес к ней, создает эмоциональный настрой
Вводная часть	Устанавливает контакт с группой; Мобилизует внимание; Акцентирует внимание на правильность выполнения ходьбы и бега; Проводит построение, перестроение, разные виды ходьбы, в раннем и младшем возрасте выполняет все упражнения вместе с детьми в начале колонны	Обеспечивает организацию детей, активизацию внимания; Следит за качественным выполнением построения и перестроения; Контролирует дистанцию во время движения; Следит за осанкой и внешними признаками утомления; Проводит индивидуальную работу с детьми (негромкие указания, подсказки, тактильные прикосновения и т.д.)

		Уделяет особое внимание детям с отклонениями в физическом развитии и состоянии здоровья; В раннем и младшем возрасте находится в конце колонны; Выполняет все упражнения вместе с детьми, в старшем дошкольном возрасте стоя на месте, следит за осанкой и качеством выполнения упражнений
	Организует построение на ОРУ	Следит за соблюдением дистанции и порядком выполнения упражнений детьми; Выполняет раздачу и сбор атрибутов к ОРУ
ОРУ	Проводит ОРУ; Контролирует темп и качество выполнения	Находится сзади или сбоку от детей, следит за принятием исходного положения; Контролирует амплитуду и качество выполнения; Участвует в оказании индивидуальной помощи детям по необходимости
Основные движения	Показывает технику выполнения движений; Выбирает способ организации; Определяет роль и место воспитателя в зависимости от способа организации	Помогает расставлять инвентарь для ОВД и убрать его после выполнения детьми упражнений; Осуществляет страховку; Контролирует правильность выполнения движений
Подвижные игры	Организует подвижную игру; Следит за соблюдением правил игры, временем проведения и дозировкой	Принимает участие в подвижных играх (способствуя улучшению эмоционального настроя и повышению двигательной активности); Следит за признаками перевозбуждения и утомления, выводит из игры детей по мере утомления или по медицинским показаниям; Следит за дисциплиной, за безопасностью; Организует для выбывших из игры детей вариативную

		двигательную деятельность (массаж, пальчиковые игры др.)
Заключительная часть	Организует игру малой подвижности, релаксацию, рефлексию; Подводит итоги и оценку результатов занятия	Следит за самочувствием и контролирует восстановление дыхания детей; Словесно отмечает детей за успехи и достижения, тактично делает замечания детям, не справившимися с заданиями

План взаимодействия с педагогами см. Приложение 10

Педагоги интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях, в режимных моментах, в совместной и самостоятельной деятельности детей:

- использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (утренняя гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание;
- оказание взаимодействия и помощи друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а также в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности;
- формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности;
- активизация двигательной активности детей, проведение подвижных игр и упражнений, закрепляющие полученные знания.

Региональный компонент

В последние годы идея духовно-нравственного воспитания приобретает все большее значение, становится задачей государственной важности. При этом акцент делается на воспитание любви к родному дому и природе, малой Родине. Знакомство детей с родным краем, формирует у них такие черты характера, которые помогут им стать патриотом и гражданином своей Родины. Ведь, яркие впечатления о родной природе, об истории родного края, полученные в детстве, нередко остаются в памяти человека на всю жизнь. Любовь к Родине начинается с чувства любви к своему поселку. История поселка – это живая история, она отражается и в биографии семьи и в судьбе старшего поколения. Мы живем в поселке с необыкновенной историей.

Задачи использования регионального компонента:

- формирование представлений о традиционных для Красноярского края видах спорта, спортивных, подвижных (народных) играх.
- формирование интереса к спортивным событиям в своем поселке;
- совершенствование способов укрепления физического здоровья в климатических условиях Красноярского края;
- пробуждение интереса у детей к спортивным событиям России и Красноярского края, к знаменитым спортсменам, командам.

3. Организационный раздел

Условия реализации рабочей программы

Программа предполагает создание следующих психолого - педагогических условий, обеспечивающих развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами.

1. Личностно - порождающее взаимодействие взрослых с детьми, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр.; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и жизненных навыков.

2. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности, то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка, стимулирование самооценки.

3. Формирование игры как важнейшего фактора развития ребенка.

4. Создание развивающей образовательной среды, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности.

5. Сбалансированность репродуктивной (воспроизводящей готовый образец) и продуктивной (производящей субъективно новый продукт) деятельности, то есть деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности.

6. Участие семьи как необходимое условие для полноценного развития ребенка дошкольного возраста.

7. Профессиональное развитие педагогов, направленное на развитие профессиональных компетентностей, в том числе коммуникативной компетентности и мастерства мотивирования ребенка, а также владения правилами безопасного пользования Интернетом, предполагающее создание сетевого взаимодействия педагогов и управленцев, работающих по Программе.

Для реализации целей специалистам рекомендуется:

- проявлять уважение к личности воспитанника и развивать демократический стиль взаимодействия с ним и с другими педагогами;
- создавать условия для принятия воспитанником ответственности и проявления эмпатии к другим людям;
- обсуждать вместе с воспитанниками возникающие конфликты, помогать решать их, вырабатывать общие правила, учить проявлять уважение друг к другу;
- обсуждать с воспитанниками важные жизненные вопросы, стимулировать проявление позиции ребенка;
- обращать внимание воспитанников на тот факт, что люди различаются по своим убеждениями ценностям, обсуждать, как это влияет на их поведение;
- обсуждать с родителями (законными представителями) целевые ориентиры, на достижение которых направлена деятельность педагогов ДОУ, и включать членов семьи в совместное взаимодействие по достижению этих целей.

Система образования в ДОУ нацелена на то, чтобы у воспитанника развивалась игра и познавательная активность. В ДОУ созданы условия для проявления таких качеств воспитанников, как: инициативность, жизнерадостность, любопытство и стремление узнавать новое.

Адекватная организация развивающей предметно - пространственной среды стимулирует развитие уверенности в себе, оптимистическое отношение к жизни, дает право на ошибку, формирует познавательные интересы, поощряет готовность к сотрудничеству и поддержку другого в трудной ситуации, то есть обеспечивает успешную социализацию ребенка и становление его личности.

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа Я, тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

Начиная со второй младшей группы, в детском саду проводится по три занятия в неделю. Продолжительность одного занятия составляет: в младшей группе - 15 минут, в средней группе - 20 минут, в старшей группе - 25 минут, в подготовительной - 30 минут. При наличии у детей спортивной одежды и при отсутствии медицинских противопоказаний, одно из трех физкультурных занятий круглогодично проводится на открытом воздухе. Расписание непосредственно образовательной деятельности см. Приложение 4.

На основании требования ФГОС ДО и СанПИНа к организации физического воспитания, разработан оптимальный двигательный режим воспитанников с учетом состояния здоровья, возрастных, индивидуальных возможностей детей. Режимы двигательной активности детей см. Приложение 6.

Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Для организации физического развития детей в ДОУ имеется помещение для проведения занятий: спортивный зал (совмещенный с музыкальным). Для проведения физической культуры на воздухе на территории учреждения имеется спортивная площадка.

Физкультурный зал оснащен в достаточном количестве различным инвентарем, имеется необходимое физкультурное и игровое оборудование, технические средства. РППС зала трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная, безопасная, содержательная. Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы, что позволяет сделать физкультурные занятия более интересными и разнообразными с целью выполнения поставленными образовательными программами задач.

В зале создана развивающая предметно-пространственная среда для занятий физической культурой, которая оснащена современным спортивным оборудованием.

Материальная база

Мебель: стол письменный 2 шт., стул детский 10 шт., гимнастическая скамейка 5 шт, гимнастическая стенка, бактерицидная лампа, проектор с экраном, музыкальный центр, ноутбук.

Спортивный инвентарь см. таблицу

№	Наименование	Количество
1	Мяч баскетбольный	1
2	Мяч футбольный	1
3	Мяч волейбольный	1
4	Мяч диаметр 15 см	15
5	Мяч диаметр 20 см	1
6	Мяч диаметр 5 см	2
7	Мяч диаметр 7 см	10
8	Мяч большой с рожками	3
9	Шарики пластм.	40
10	Обруч большой	11
11	Обруч средний	8
12	Обруч плоский	15
13	Скакалка	10
14	Платочки	53
15	Ленточки	53
16	Веревки	2
17	Флажки Россия	26
18	Флажки красные	6
19	Кольцо плоское	21
20	Мешочек для метания	28
21	Палка гимнастическая	20
22	Дуги полукруглые	6
23	Кегли бол	14
24	Кегли мал	14
25	Кубики	25
26	Корзина бол	2
27	Бубен	3
28	Комплект вертикальных стоек	2
29	Погремушка	4
30	Канат для спортивных игр	1
31	Корзина баскетбольная	1
32	Летающая тарелка	2
33	Мешок для прыжков с ручками	1
34	Мешок для прыжков	1
35	Эстафетная палочка	2
36	Шорты эстафетные	2

37	Клюшки	2
38	Бейсбольная бита	1
39	Гантели детские пласт	2
40	Туннели	3
41	Насос ручной с иглой	2
42	Набор мягких модулей	1
Тренажеры		
43	Тренажер для прыжков со звуком	1
44	Тренажер «Твистер»	1
45	Тренажер «Батут»	1
46	Балансировочный диск	1
47	Тренажер «Кузнечик»	2
Массажное оборудование		
48	Массажная дорожка пл	3
49	Доска ребристая дер	1
50	Овал с шипами средний	5
51	Набор массажных ковриков «Малыш»	1
Игры		
52	«Островки» (14 шт)	1
53	«Городки»	1
54	«Кольцеброс»	2
55	«Несушка»	1
56	«Моталочка»	2
57	«Поймай мяч»	6
58	Пистолет с шарами	1

Методическое обеспечение рабочей программы

1. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы во второй младшей группе.
2. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе.
3. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе.
4. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе.
5. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет
6. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду.
7. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка.
8. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Для занятий с детьми 3-7 лет. - М., Мозаика-Синтез, 2015
9. Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для дошкольников