

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 4 «УЛЫБКА»**

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол от 29 . 08.2022 г № 6

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад №4 «Улыбка»
Л.Н.Борзова
приказ от 01 .09.2022 г. № 6

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 2 ДО 7 ЛЕТ
МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 4 «УЛЫБКА»
НА 2022 - 2023 УЧЕБНЫЙ ГОД**

**Инструктор по физической культуре
Позднякова О.В.**

2022 -2023 год

СОДЕРЖАНИЕ

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. Пояснительная записка.....
- 1.1. Цели, задачи, принципы физического развития.....
- 1.2. Характеристика особенностей развития детей.....
2. Планируемые результаты освоения Программы.....

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

1. Описание образовательной деятельности по возрастным группам.....
2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы.....
3. Содержание коррекционной работы.....
4. Взаимодействие с семьей, социумом.....

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

1. План образовательной деятельности.....
2. Модель двигательного режима.....
3. Циклограмма.....
4. Организация развивающей предметно-пространственной среды.....
5. Перспективный план праздников и развлечений
6. Оценка качества реализации образовательной Программы.....
7. Программно-методическое обеспечение.....

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. Пояснительная записка

Полноценное физическое развитие дошкольника - это прежде всего своевременное формирование двигательных навыков и умений; развитие интереса к различным, доступным ребенку видам движений; воспитание положительных нравственно-волевых черт характера личности; содействие в стимулировании деятельности сердечно - сосудистой и дыхательной систем, в формировании опорно-двигательного аппарата, как основы правильной осанки.

Большое значение для развития дошкольника приобретают занятия по физической культуре не только в спортивном зале, но и на улице. Они являются одним из средств закаливания и профилактики заболеваний.

Гимнастические упражнения способствуют выработке точности, четкости движений. В процессе выполнения общеразвивающих движений развиваются быстрота реакции, координация, умение распределять внимание. Ритмичность упражнений формирует навыки рационального дыхания.

Рабочая программа – нормативно-управленческий документ образовательного учреждения, характеризующий систему организации образовательной деятельности инструктора по физической культуре. Нормативной основой рабочей программы являются:

- Закон РФ "Об образовании в Российской Федерации" Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 25.11.2013),
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»,
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013г. №1014 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»,

Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" Постановление от 28.09.2020г. № 28;

- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" Постановление от 27.10.2020 года № 32;

- - Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» Постановление от 28.01.2021 № 2.
- Конвенцией о правах ребёнка от 13.12.1989 г
- Устав МБДОУ «Детский сад № 4 «Улыбка»

Часть, формируемая участниками образовательных отношений представлена программами, разработанными педагогическим коллективом ДОУ:

- Программа «Здоровье» спортивного кружка «Будь здоров!»
- Программа дополнительная общеобразовательная общеразвивающая «Степ – аэробика».

1.1 Цели, задачи, принципы физического развития

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.).

Цель: гармоничное физическое развитие; формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой; формирование основ здорового образа жизни.

Задачи:

- 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.

Принципы физического развития:

1) Дидактические:

- систематичность и последовательность;
- развивающее обучение;
- доступность;
- воспитывающее обучение;
- учет индивидуальных и возрастных особенностей;
- сознательность и активность ребенка;
- наглядность.

2) Специальные:

- непрерывность;
- последовательность наращивания тренирующих воздействий;
- цикличность.

3) Гигиенические:

- сбалансированность нагрузок;
- рациональность чередования деятельности и отдыха;
- возрастная адекватность;
- оздоровительная направленность всего образовательного процесса;
- осуществление лично- ориентированного обучения и воспитания.

1.2. Характеристика особенностей развития детей

Возрастные особенности детей 2 – 3 лет

На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно-деловое общение ребёнка и взрослого; совершенствуется восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление. Развитие предметной деятельности связано с условием культурных способов действия с различными предметами. Развиваются соотносящие и орудийные действия. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой

взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта для подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребёнка. В ходе совместной с взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять простые словесные просьбы взрослых в пределах видимой наглядной ситуации.

Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом трёх лет. Ребёнок осознаёт себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

Возрастные особенности детей 3–4 лет

К четырём годам дети хорошо владеют в общих чертах всеми видами основных движений, возникает необходимость в двигательной импровизации, но они ещё не умеют соразмерять свои силы и возможности. Убедившись в трудности выполнения какого-либо упражнения, ребёнок прерывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий. Двигательная активность детей во многом обусловлена достаточно большим двигательным запасом и хорошей пространственной ориентировкой. Они стремятся к разным сочетаниям физкультурных пособий. Как чрезмерно подвижным, так и малоподвижным детям необходима помощь взрослого, который поможет показать разнообразные действия с пособиями: мячом, обручем, скакалкой и т.д. Важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Ребёнку трёх лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений.

Возрастные особенности детей 4–5 лет

У детей 4–5 лет продолжают развиваться и совершенствоваться двигательные умения и навыки, дети учатся творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закрепляют умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и

ног. Учатся бегать легко и ритмично, энергично отталкиваясь носком. Дети учатся ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учатся энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. Учатся прыжкам через короткую скакалку. У детей закрепляется умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук. В этом возрасте дети учатся кататься на двухколесном велосипеде по прямой и по кругу. У детей развиваются психофизические качества: быстрота, гибкость, выносливость, ловкость. Учатся выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознано относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивается у детей организованность, самостоятельность, инициативность, творчество.

Возрастные особенности детей 5 -6 лет

У детей 5-6 лет совершенствуются двигательные умения и навыки. Развивается культура движений и телесная рефлексия. Развиваются психофизические качества: быстрота, сила, выносливость, гибкость. Формируется умение осознанно и творчески выполнять движения. У детей закрепляется умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Они учатся бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учатся лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учатся прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, правильно отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учатся сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести в ходьбе. Всесторонне развивается личность ребенка, формируются физические, умственные, нравственные, эстетические, духовные качества.

Возрастные особенности детей 6 - 7 лет

У детей 6-7 лет формируется потребность в ежедневной двигательной деятельности. Совершенствуется техника основных видов движений, появляется естественность, легкость, точность, выразительность их выполнения. Закрепляется умение соблюдать заданный темп при ходьбе и беге. Дети учатся сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Учатся перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учатся перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном темпе. Также у детей развиваются психофизические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость. Дети продолжают упражняться в статическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений и ориентировку в

пространстве. Закрепляют навыки спортивных упражнений. Учатся самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвуют в уходе за ними. Продолжают учиться самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

2. Планируемые результаты освоения Программы **Вторая группа раннего возраста (2 - 3 года)**

1. Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь на других детей.
2. Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед и т.д.
3. Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч.
4. Умеет ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезть через бревно, лежащее на полу.

Младшая группа (3-4 года)

1. Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.
2. Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя. Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.
3. Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
4. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.
5. Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить;
6. Метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Средняя группа (4-5 лет)

1. Владеет всеми основными видами движений
2. Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой;
3. Отбивает мяч об пол не менее 5 раз подряд, может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.
4. Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
5. Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м). Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняет поворот переступанием, поднимается на горку.
6. Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.

7. Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

Старшая группа (5-6 лет)

1. Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
2. Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
3. Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.
4. Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.
5. Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
6. Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами.
7. Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

Подготовительная группа (6-7 лет)

1. Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
2. Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега- 180 см; в высоту с разбега —не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
3. Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
4. Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.
5. Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции. Следит за правильной осанкой.
6. Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.
7. Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

1. Описание образовательной деятельности по возрастным группам

Группа общеразвивающей направленности для детей от 2 до 3 лет

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Проявляет желание играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.

Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь на других детей. Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед и т. д. Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч. Умеет ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезть через бревно, лежащее на полу.

Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными

Группа общеразвивающей направленности для детей от 3 до 4 лет

Продолжать развивать разнообразные виды движений. 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.

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.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья.

Закреплять умение ползать.

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

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.

Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.

Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

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

Группа общеразвивающей направленности для детей от 4 до 5 лет

Формировать правильную осанку.

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

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

Приучать к выполнению действий 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).

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

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

Приучать к выполнению действий по сигналу.

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

Группа общеразвивающей направленности для детей от 5 до 6 лет

Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, 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.

Приучать 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.

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

Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.

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

Группа общеразвивающей направленности для детей от 6 до 7 лет

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

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

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

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

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.

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

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность. Инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

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

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.

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

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

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Степ – аэробика» (платная)

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Степ – аэробика» реализуется с детьми старшей и подготовительной групп с сентября по май.

Цель:

Развитие физических качеств средствами физкультурно - спортивной «Степ – аэробики».

Задачи:

I степень обучения (ознакомительный уровень)

1. Год обучения

Задачи:

1. **Обучающие.**
 - Научить детей правильно пользоваться дыханием;
 - Формирование правильной осанки, умения ритмически согласованно выполнять простые движения под музыку.

- Сформировать знания о степ грамоте (знание основных степ терминов).

1. **Развивающие.**

- Развивать двигательные способности детей и физические качества (быстроту, силу, гибкость, подвижность в суставах, ловкость, координацию движений и функцию равновесия для тренировки вестибулярного аппарата ребенка).

2. **Воспитательные.**

- Привить интерес и любовь к спорту;
- Воспитание смелости, доброжелательности, усидчивости, чувство уверенности в себе.

2 год обучения

1. **Обучающие.**

- Гармоническое развитие всех звеньев опорно-двигательного аппарата;
- Формирование правильной осанки;
- Научить владению элементам актерского мастерства (воображение, жесты, мимика);

2. **Развивающие.**

- Содействие развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.
- Развитие творческих способностей.

3. **Воспитательные.**

- Научить культуре общения друг с другом;
 - ✓ Воспитание смелости, доброжелательности, выдержки.
1. Гармоническое развитие всех звеньев опорно-двигательного аппарата, формирование правильной осанки.
 2. Развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей.
 3. Содействие развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.

4. Развитие творческих способностей.
5. Воспитание смелости, доброжелательности, выдержки.

Планируемые результаты освоения детьми программного материала:

Должны знать:

- ✓ Общие термины;
- ✓ Основы техники степ - аэробики.

Должны уметь:

- ✓ Развивать чувство ритма, темпа, согласованность движений с музыкой;
- ✓ Соблюдать правильную осанку.
- ✓ Выполнять упражнения на степ – платформе правильно и чётко.

Спортивный кружок «Будь здоров!» (бесплатный)

Работа спортивного кружка «Будь здоров» рассчитана на детей в возрасте 6-7 лет.

Цель:

приобщение детей к спорту, здоровому активному образу жизни через физкультурно-спортивную организованную модель в ДОУ.

Задачи:

1. Познакомить детей с программой ГТО и традицией их проведения.
2. Расширить и закрепить знания детей и родителей о здоровом образе жизни.
3. Продолжать развивать двигательные навыки и физические качества детей.
4. Совершенствовать физические способности в совместной двигательной деятельности детей.
5. Содействовать развитию интереса к занятиям физической культурой и спортом.
6. Повысить профессиональное мастерство педагогов дошкольного учреждения по теме «здоровый образ жизни».
7. Создать единое воспитательно-образовательное пространство на основе доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями.

Пути реализации:

1. Тематические интегрированные занятия;
2. Мониторинговые процедуры (диагностика особенностей развития физических качеств и освоения основных движений у дошкольников);
3. Спортивные соревнования различного уровня;
4. Кружковая работа по физкультуре с детьми;
5. Подготовка сборной команды детского сада для участия в спортивных соревнованиях;

6. Ежедневное проведение утренней гимнастики и гимнастики после сна;
7. Проведение игр, эстафет, викторин, конкурсов спортивной направленности;
8. Привлечение родителей для реализации физкультурно-спортивной модели ДОУ;
9. Консультации для родителей;
10. Контроль медицинской сестры за состоянием здоровья каждого ребенка;
11. Применение различных методов закаливания и оздоровления детей.

2. Формы, способы, методы и средства реализации Программы

Формы, способы, методы и средства реализации Программы подбираются с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Формы организации образовательной деятельности

- индивидуальная - позволяет индивидуализировать обучение (содержание, методы, средства), наиболее эффективна для работы с детьми, имеющими индивидуальные образовательные потребности (по индивидуальным образовательным маршрутам);
- групповая - группа делится на подгруппы, число занимающихся может быть разным – от 3 до 8, в зависимости от возраста и уровня развития детей, основания для комплектации: личная симпатия, общность интересов, уровни развития, при этом педагогу, в первую очередь, важно обеспечить взаимодействие детей в процессе обучения;
- фронтальная - работа со всей группой, четкое расписание, единое содержание, при этом, содержанием организованной образовательной деятельности может быть деятельность художественного характера, достоинствами формы являются четкая организационная структура, простое управление, возможность взаимодействия детей, экономичность обучения; недостатком – трудности в индивидуализации обучения.

**Формы работы с детьми по образовательной области
«Физическое развитие»**

Формы образовательной деятельности		
Режимные моменты	Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей
Формы организации детей		
Индивидуальные Подгрупповые Групповые	Групповые Подгрупповые Индивидуальные	Индивидуальные Подгрупповые
Формы работы		
<ul style="list-style-type: none"> • Игровая беседа с элементами движений • Интегративная деятельность • Утренняя гимнастика • Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера • Игра • Контрольно-диагностическая деятельность • Экспериментирование • ОД по физической культуре • Спортивные и физкультурные досуги • Спортивные состязания • Проектная деятельность 	<ul style="list-style-type: none"> • Игровая беседа с элементами движений • Интегративная деятельность • Утренняя гимнастика • Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера • Игра • Контрольно-диагностическая деятельность • Экспериментирование • ОД по физической культуре • Спортивные и физкультурные досуги • Спортивные состязания • Проектная деятельность 	<ul style="list-style-type: none"> • Во всех видах самостоятельной деятельности детей • Двигательная активность в течение дня • Игра • Утренняя гимнастика • Самостоятельные спортивные игры и упражнения

Формы организации образовательной деятельности по физическому развитию:

- **Занятие тренировочного типа**, которое направлено на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного

устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др.

- **Фронтальный способ.** Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

- **Поточный способ.** Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

- **Групповой способ.** Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

- **Индивидуальный способ.** Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

- **Контрольно-проверочные занятия,** целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений (бег на скорость на 10 м с хода, прыжки в длину с места, метание мешочка вдаль, бросание мяча вверх и ловля его, бросание набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками и т.д)

Структура ОД по физической культуре общепринята: вводная, основная и заключительная часть.

Вводная часть обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. В эту часть включают упражнения в построениях, перестроениях; различные варианты ходьбы, бега, прыжков с относительно умеренной нагрузкой; несложные игровые задания.

Основная часть (самая большая по объему и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами занятия. В эту часть включают упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально – волевых качеств личности. Эти общеразвивающие упражнения, проводящиеся с разным темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные

группы, способствуют формированию правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве. Одно из ведущих мест в основной части занятия занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности. В содержание основной части занятия входят также подвижные игры большой и средней интенсивности, несложные игровые задания, эстафеты.

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей.

В содержание этой части входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

Методы и приемы реализации программы

<u>Наглядные</u>	- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физоборудования, зрительные ориентиры); - тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора)
<u>Словесные</u>	объяснения, пояснения, указания; - подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к детям и поиск ответов; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция. - слушание музыкальных произведений
<u>Практические</u>	- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями; - выполнение упражнений в игровой форме; - выполнение упражнений в соревновательной форме; - самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений

Формы организации образовательного процесса

Название программы	Формы организации детей	Формы работы	Методы и приемы
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Степ – аэробика»	Групповая	Игры, игровые упражнения	Словесные (объяснение, напоминание, поощрение) Наглядные (демонстрация атрибутов, показ) Игровые Практические (упражнения)
Спортивный кружок «Будь здоров»	Групповая	Игры, виды испытаний, игровые упражнения	Словесные (объяснение, напоминание, поощрение) Наглядные (демонстрация, показ) Игровые.Практические(упражнения)

3. Система коррекционной работы по оздоровлению дошкольников

Профилактика

1. Комплексы упражнений по профилактике сердечно - сосудистой системы
2. Комплексы по профилактике плоскостопия
3. Комплексы по профилактике нарушений осанки + сон без маек и подушек
4. Дыхательная гимнастика
5. Снятие умственной усталости во время занятий (релаксационные паузы, физкультминутки, массаж ушных раковин)
6. Прогулки + динамический час
7. Закаливание:
 - Сон без маек
 - Ходьба босиком
 - Обширное умывание
 - Топтание по коврику с шипами
 - Оптимальный двигательный режим
 - Закаливание: хождение по коврику с шипами, по ребристой доске, пуговичному коврику, по полу босиком с элементами профилактики плоскостопия

1. Взаимодействие с семьей, социумом. План работы с родителями по сохранению и укреплению здоровья детей разного возраста.

№ п.п	Мероприятия	Группа	Ответственные	Сроки проведения
1.	Родительское собрание «Степ – аэробика - шаг навстречу здоровью»	старшая группа, подготовительная группа	Инструктор ФИЗО	Сентябрь
2.	Пополнение и расширение знаний через информационно-теоретическое содержание в групповых родительских «Уголках здоровья».	Все группы	Инструктор ФИЗО, медсестра	В течение года
3.	Индивидуальные беседы с родителями по результатам диагностики физической подготовленности детей, пути ее совершенствования	Все группы	Инструктор ФИЗО	Октябрь
4.	Консультация «Сдоровьесберегающие технологии»	Все группы	Инструктор ФИЗО	Октябрь
5.	Анкетирование. «Условия здорового образа жизни в семье».	Подготовительная группа	Инструктор ФИЗО	Ноябрь
6.	Подготовить материал для наглядной агитации «Осанка вашего ребёнка»	Все группы	Инструктор ФИЗО, воспитатели	Декабрь
7.	Провести консультацию на тему «Зимние травмы»	Средняя, старшая группа	Инструктор ФИЗО, воспитатели	Январь
8.	Помощь родителей в изготовлении и приобретении атрибутов и пособий.	Все группы	Инструктор ФИЗО, воспитатели	В течение года
9.	Привлечение родителей к активному участию в спортивных праздниках и развлечениях.	Все группы	Воспитатели, инструктор ФИЗО, музыкальный руководитель	В течение года
10.	Папка – передвижка «Учимся кататься на лыжах»	Средняя, старшая, подготовительная группа	Инструктор ФИЗО, музыка	Январь
11.	Развлечение «День защитника Отечества»	Средняя, старшая, подготовительная	Воспитатели, инструктор ФИЗО, музыкальный	Февраль

		группа	руководитель	
12.	Конкурс мини-плакатов «Мой спортивный выходной»	Все группы	Воспитатели, инструктор ФИЗО	Февраль
13.	Консультации «Пессимизм и здоровье»	Средняя, старшая, подготовительная группа	Инструктор ФИЗО	Март
14.	Конкурс рисунков «Зарядка»		Воспитатели, инструктор ФИЗО	Март
15.	Анкетирование родителей: «Анализ работы детского сада по укреплению здоровья детей»	Все группы	Инструктор ФИЗО	Апрель
16.	Консультация «Четыре заповеди мудрого родителя»	Средняя, старшая, подготовительная группа	Инструктор ФИЗО	Апрель
17.	Принять участие в проведении групповых родительских собраний по результатам работы за год.	Все группы	Инструктор ФИЗО	Май
18.	Спортивный праздник «День семьи»	Старшая группа	Воспитатели, инструктор ФИЗО, музыкальный руководитель	Май
19.	Оформить фотовыставку о празднике, посвященному Дню Защиты детей.	Все группы	Воспитатели, инструктор ФИЗО, музыкальный руководитель	Июнь
20.	Консультация о пользе водных, солнечных и воздушных процедур в летний период.	Все группы	Инструктор ФИЗО,	Июнь
21.	Провести индивидуальные беседы с родителями о необходимости приобретения спортивной формы детям. Организовать фото и видео съёмку для оформления фоторепортажей, стенгазет. Консультации для родителей «Исправляем осанку детей».	Все группы	Инструктор ФИЗО	Август

5. Организация мероприятий досугов и праздников, совместно с родителями

№ п/п	Тема	Контингент воспитанников	Срок реализации
1	Музыкально-спортивный праздник «День матери».	Подготовительная группа	Ноябрь
2	Музыкально-спортивное развлечение «День защитника отечества»	Старшая и подготовительная группа	Февраль
3	Музыкально-спортивный праздник «День семьи»	Старшая группа	Май

Консультации для родителей

№ п/п	Тема	Сроки реализации
1	«Степ-аэробика - шаг навстречу здоровью»	Сентябрь
2	«Сдоровьесберегающие технологии»	Октябрь
3	«Зимние травмы»	Декабрь
4	Консультации «Пессимизм и здоровье»	Март

III. Организационный раздел

1. План образовательной деятельности по физическому развитию

Вид ОД	Группы общеразвивающей направленности				
	от 2 - 3	от 3- 4	от 4 - 5	от 5 - 6	от 6 - 7
Инвариантная часть					
Физическая культура	3/30	3/45	3/60	3/75	3/90
Итого					
Вариативная часть					
Спортивный кружок «Будь здоров»					1/30
Кружок «Степ – аэробика»				2/25	2/30

Длительность образовательной деятельности зависит от возраста детей и составляет:

-для детей 2 – 3 лет 09 минут

-для детей 3 – 4 лет 15 минут

-для детей 4 – 5 лет 20 минут

-для детей 5 – 6 лет 25 минут

-для детей 6 – 7 лет 30 минут

2. Модель двигательного режима

<i>Формы организации</i>	<i>Младшая группа</i>	<i>Средняя группа</i>	<i>Старшая группа</i>	<i>Подготовительная группа</i>
ОД по физическому развитию детей в помещении	2 раза в неделю/ 15 мин.	2 раза в неделю 20 мин.	2 раза в неделю 25 мин.	2 раза в неделю 30 мин.
ОД по физическому развитию детей на воздухе	1 раз в неделю/15 мин	1 раз в неделю 20 мин.	1 раз в неделю 25 мин.	1 раз в неделю 30 мин.
Утренняя гимнастика	Ежедневно/5-6 мин	Ежедневно 6-8 мин.	Ежедневно 8-10 мин.	Ежедневно /10-12 мин.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 15-20 мин	Ежедневно 20-25 мин	Ежедневно 20-25 мин.	Ежедневно 25-30 мин.
Упражнения после дневного сна	Ежедневно 15-20 мин.	Ежедневно 20-25 мин.	Ежедневно 5-10 мин	Ежедневно 5
Спортивные игры	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю
Физкультминутка	Ежедневно 3-5 мин. в зависимости от	Ежедневно 3-5 мин. в зависимости от содержания ООД	Ежедневно 3-5 мин. в зависимости от содержания ОД	Ежедневно 3-5 мин. в зависимости от содержания ОД
Двигательная разминка во время перерыва в процессе ОД	Ежедневно/5-7 мин	Ежедневно 5-7 мин	Ежедневно 8-10 мин.	Ежедневно 8-10 мин.
Дифференцированные игры-упражнения на прогулке	Ежедневно на вечерней прогулке 8-10 мин	Ежедневно на вечерней прогулке 8-10 мин.	Ежедневно на вечерней прогулке 10-12 мин.	Ежедневно на вечерней прогулке 12-15 мин.
Прогулки-походы (можно в сочетании с экскурсиями)	2-3 раза в месяц	2-3 раза в месяц	2-3 раза в месяц	2-3 раза в месяц
Спортивные упражнения (катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах)	Целенаправленное обучение не реже	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю 10 мин	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю 15 мин.	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю 20 мин.
Оздоровительный бег	-	-	2 раза в неделю на утренней прогулке 3-7	2 раза в неделю на утренней прогулке 3-7
Физкультурный досуг	1 раз в месяц/15 мин.	1 раз в месяц 30-40 мин	1 раз в месяц 30-50 мин.	1 раз в месяц до 60 мин.
День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Спортивные праздники на воздухе	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Спортивные секции, кружки, дополнительные услуги	По желанию родителей 1 раз в неделю/ 15 мин.	По желанию родителей 1-2 раза в неделю 20 мин.	По желанию родителей 1-2 раза в неделю 25 мин.	По желанию родителей 1-2 раза в неделю 30 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя	Ежедневно под руководством воспитателя	Ежедневно под руководством воспитателя	Ежедневно под руководством воспитателя

**3.Циклограмма рабочей недели
инструктора по физической культуре Поздняковой О.В.
МБДОУ «Детский сад № 4 «Улыбка» на 2022 - 2023 учебный год**

Дни недели	Зарядка	Групповые занятия	Индивидуальные занятия	Уборка спортивного зала	Работа с педагогами, воспитателями	Работа с родителями	Оформление документации	Методическая работа
Понедельник	8.00-8.35	9.00-11.00		11.00 - 11.30	13.00-14.00	8.35-9.00	11.30-12.30	12.30-13.30
Вторник	8.00-8.35	9.00-11.50		11.50-12.30			12.30-13.30	
Среда	8.00-8.35	9.00-11.15	11.15-12.00	12.00-13.00			8.35-9.00	13.00-14.00
Четверг	8.00-8.35	9.00-11.40		11.40-12.10	12.10-13.10		13.10 - 13.30	13.30-14.00
Пятница	8.00-8.35	9.00-11.40		11.40-12.40	12.40-13.40	8.35-9.00		13.40-14.00

4. Организация развивающей предметно-пространственной среды



Предметно-развивающая среда с учетом взросления дошкольников, то есть в соответствии с возрастными особенностями их физического развития и этапами становления различных видов физкультурно-оздоровительной деятельности, наполнена следующим оборудованием.

№	Наименование оборудования	Количество
<i>Для физкультурного зала</i>		
1	Мешочки для метания с песком 100–120 г	24
2	Большие мешочки 500 г	22
3	Короб для спортивного инвентаря	5
4	Флажки разноцветные	20
5	Мячи (различного диаметра)	41
6	Комплект мячей-массажеров (различного диаметра)	18
7	Фитбол мячи (диаметр не менее 45 см)	4
8	Теннисные мячи	21
9	Баскетбольные мячи	2
10	Баскетбольное кольцо	3
11	Футбольный мяч	1
12	Сухой бассейн для зала с комплектом шаров (диаметр бассейна 1.40, шаров диаметром 8 см не менее 1500 шт.)	1
13	Скакалки	22

14	Мишени	5
16	Платочки	24
17	Погремушки	30
18	Кубики	60
19	Канат	3
20	Коврик массажный 32х 32см резиновый	
21	Гантели (не стандартные)	33
22	Пирамиды пластиковые	2
23	Скакалки	20
24	Лыжи	16
25	Комплект хоккейного набора	3
26	Хоккейные клюшки	14
27	Обруч плоский 42 х 42см диаметром (алю-е, плас-е)	32
28	Обруч плоский 30 х 30см диаметром (алю-е, плас-е)	23
29	Баскетбольные кольца	3
30	Гимнастические палки	24
31	Вертикальный обруч	2

5. Перспективный план праздников, развлечений

Месяц	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Сентябрь	Оздоровительный досуг «По осенним дорожкам» III-IV неделя	«Игры – забавы с котом Барсиком» I-II неделя	Музыкально-спортивное развлечение «День Знаний» I-II неделя	Музыкально-спортивное развлечение «Знать дошкольники должны – им строить будущее страны» I-II неделя	Музыкально-спортивное развлечение «Путешествие в страну Знаний» I-II неделя
Октябрь	Оздоровительный досуг «Мишка на прогулке» III-I (ноября)	Спортивное развлечение «Мы растем сильными и смелыми» I-II неделя	Оздоровительный досуг «Здоровье дарит Айболит» I-II неделя	Развлечение (музыкально-спортивное) «Открытый день здоровья» I-II неделя	Развлечение (музыкально-спортивное) «Открытый день здоровья» I-II неделя
Ноябрь	Музыкально-спортивные игры «К зайке в гости» II неделя	Спортивное развлечение «Кто быстрее?» II неделя	Спортивное развлечение «В гостях у сказки» II неделя	Развлечение (музыкально-спортивное) «День народного единства» II неделя Развлечение (музыкально-спортивное) «День матери». III- IV неделя	Развлечение (музыкально-спортивное) «День народного единства» II неделя Праздник (музыкально-спортивный) «День матери». III- IV неделя

Январь	Досуг «Зимние забавы» I-IV неделя	Досуг «Зимние радости» I-IV неделя	Оздоровительный досуг «Весёлые старты» I-IV неделя	Развлечение «Зимние состязания» I-IV неделя	Спортивное развлечение «Зимние катания» I-IV неделя
Февраль	Развлечение «Игры-забавы» I – III неделя	Развлечение «День защитника отечества» I - III неделя	Развлечение «День защитника отечества» I - III неделя	Развлечение «День защитника отечества» I - III неделя	Развлечение «День защитника отечества» I - III неделя
Март	Спортивное развлечение «Мы смелые и умелые»	Игры - забавы «Потешки да шутки» II-IV неделя	Развлечение (музыкально-спортивное) «Широкая масленица». II-III неделя	Развлечение (музыкально-спортивное) «Широкая масленица». II-III неделя Развлечение (музыкально-спортивное) «Были и небылицы». IV неделя	Развлечение (музыкально-спортивное) «Широкая масленица». II-III неделя Развлечение (музыкально-спортивное) «Шутку шутить – людей насмешить!» IV неделя
Апрель	Игры - забавы «Весенние лужицы» (улица) I-IV неделя	Мини игра «Есть у нас огород» I-IV неделя	Развлечение «Спорт – это сила и здоровье» IV- I(мая)	День – подвижных игр	Спортивное развлечение «Путешествие в Спортландию» I-II неделя
Май	Музыкально-спортивное развлечение «На бабушкином дворе» II-III неделя	Музыкально - спортивное развлечение «Наступило лето» II-III неделя	Музыкально - спортивное развлечение «Наступило лето» II-III неделя	Праздник (музыкально – спортивный) «День семьи» II-III неделя	

В летний период детский сад работает в каникулярном режиме.

6. Оценка качества реализации образовательной Программы.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ:

Диагностическая работа образовательного процесса (мониторинг освоения образовательной программы) проводится педагогами, ведущими занятия с дошкольниками 2 раза в год (август – май).

С помощью средств диагностической работы образовательного процесса можно оценить степень продвижения дошкольника в образовательной программе. Форма проведения мониторинга преимущественно представляет собой наблюдение за активностью ребенка в различные периоды пребывания в дошкольном учреждении, анализ продуктов детской деятельности и специальные педагогические пробы, организуемые педагогом.

Освоения образовательной программы проводится педагогом на основе наблюдения и анализа продуктов детских видов деятельности. В ходе мониторинга заполняется таблица.

Диагностика освоения содержания программы. Образовательная область «Физическое развитие».

Диагностическая работа	
Группа детского сада	
Дата проведения мониторинга	
	Уровень овладения необходимыми навыками и умениями по образовательным областям
Фамилия, Имя ребёнка	Физическая культура

Оценка уровня развития:

1 балл - большинство компонентов недостаточно развиты;

2 балла - отдельные компоненты не развиты;

3 балла - соответствует возрасту;

4 балла - высокий.

Анализ полученных данных позволяет оценить эффективность образовательной программы и организацию образовательного процесса в группе детского сада.

№ п/п	Направления развития	Образовательная область	Диагностические методики	Возрастная группа	Ответственные
1.	Физическое	«Физическая культура»	Экспресс-анализ и оценка детской деятельности (О.А. Софонова «Методические основы»)	Все возрастные группы	инструктор по физической культуре
			Наблюдение, беседа, игровой тест (на основе дидактических игр)	Все возрастные группы	воспитатели

Показатели физической подготовленности

		3 года	4 года	5 лет	6 лет	7 лет
Скорость бега на 10м с хода (сек)	мальчики	3,5 – 2,8	3,3 – 2,4	2,5 – 2,1	2,4 – 1,9	2,2 – 1,8
	девочки	3,8 – 2,7	3,4 – 2,6	2,7 – 2,2	2,5 – 2,0	2,4 – 1,8
Скорость бега на 30м со старта (сек)	мальчики	11,0 – 9,0	10,5 – 8,8	9,2 – 7,9	8,4 – 7,6	8,0 – 7,4
	девочки	12,0 – 9,5	10,7 – 8,7	9,8 – 8,3	8,9 – 7,7	8,7 – 7,3
Длина прыжка с места (см)	мальчики	47 – 67,6	53,5 – 76,6	81,2 – 102,4	86,3 – 108,7	94 – 122,4
	девочки	38,2 – 64	51,1 – 73,9	66 – 94	77,7 – 99,6	80 – 123
Дальность броска правой рукой (м)	мальчики	1,8 – 3,6	2,5 – 4,1	3,9 – 5,7	4,4 – 7,9	6,0 – 10,0

	девочки	1,5 – 2,3	2,4 – 3,4	3,0 – 4,4	3,3 – 5,4	4,0 – 6,8
Дальность броска левой рукой (м)	мальчики	2,0 – 3,0	2,0 – 3,4	2,4 – 4,2	3,3 – 5,3	4,2 – 6,8
	девочки	1,3 – 1,9	1,8 – 2,8	2,5 – 3,5	3,0 – 4,7	3,0 – 5,6
Дальность броска набивного мяча весом 1кг из-за головы (см)	мальчики	119 – 157	117 – 185	187 – 270	221 – 303	242 – 360
	девочки	97 – 153	97 – 178	138 – 221	156 – 256	193 - 313
Скорость бега	90м			30,6 – 25,0		
	120м				35,7 – 29,2	
	150м					41,2 – 33,6

7. Программно-методическое обеспечение Программы и технологии:

«От рождения до школы». Общеобразовательная программа дошкольного образования /Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. - М.: «Мозаика-Синтез», 2015.

«Планирование на каждый день» программа от рождения до школы (ранний возраст 2-3 года)

источников информации:

<http://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2013/01/22/perpektivno-kalendarnyy-plan-obrazovatel'naya-oblast-fizicheskaya> Глазырина Л.Д. Физическая культура в старшей группе детского сада. – М., Владос, 2005.

Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Рунова М.А. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных учреждений. – М., Мозаика-Синтез, 1999.

Т.И. Осокина «Детские подвижные игры народов СССР»

В.И. Васюкова, Г.П. Лескова «Общеразвивающие упражнения в детском саду»

Глазырина Л.Д. "Физическая культура – дошкольникам"; Береснева З.И. "Здоровый малыш"; Пензулаева Л.И «Физическая культура в детском саду» для занятий с детьми 3-4 лет . Младшая группа. Соответствует ФГОС. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ, Москва, 2014

Пензулаева Л.И «Физическая культура в детском саду» для занятий с детьми 4-5 лет . Средняя группа. Соответствует ФГОС. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ, Москва, 2014

Пензулаева Л.И «Физическая культура в детском саду» для занятий с детьми 5-6 лет . Старшая группа. Соответствует ФГОС. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ, Москва, 2014

Пензулаева Л.И «Физическая культура в детском саду» для занятий с детьми 6-7 лет . Подготовительная группа. Соответствует ФГОС. Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ, Москва, 2014 Яковлева Л.В. Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей

