

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 53»

ПРИНЯТО на Педагогическом совете МБДОУ «Детский сад № 53» Протокол № 1 от 29.08.2024г.	УТВЕРЖДЕНО Заведующий МБДОУ «Детский сад № 53» _____/ С.С. Бушмакина. Приказ № 102-ОД от « 29 » августа 2024 года
--	--

Изменения
к рабочей программе
по физическому развитию
на 2023-2028 учебный год

Составитель:
инструктор по физкультуре
С.Н. Зорина,
высшая квалификационная
категория

Глазов, 2024 год

Содержание

I. Целевой раздел

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цели и задачи программы в образовательной области «Физическое развитие»
- 1.3. Характеристика контингента воспитанников
- 1.4. Характеристика физического развития детей по возрастам
- 1.5. Целевые ориентиры физического развития дошкольников
- 1.6. Диагностика физического развития детей
- 1.7. Принципы и подходы программы

II. Содержательный раздел

- 2.1. Образовательная деятельность с детьми
- 2.2. Взаимодействие с семьёй
- 2.3. Программные задачи физического развития по возрастам
- 2.4. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы
- 2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы

III. Организационный раздел

- 3.1. Учебно – методическое обеспечение программы
- 3.2. Организация образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников
- 3.3. Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды физкультурного зала

IV. Дополнительный раздел

- 4.1. Самообразование инструктора по физкультуре

Краткая презентация Программы

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа по физическому развитию детей МБДОУ «Детский сад №53» разработана на основании образовательной программы детского сада, в соответствии с Федеральной образовательной программой дошкольного образования и требованиями ФГОС ДО.

Рабочая программа по развитию детей дошкольного возраста обеспечивает развитие детей от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению – «Физическое развитие».

«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.)» (п.2.6.ФГОС ДО).

Перспективное планирование по физическому развитию составлено по книге под редакцией М.Д. Маханёвой и парциальной программе физического развития детей 3-7 лет «Малыши-крепьши» Бережновой О.В., Бойко. Ранее это планирование успешно использовалось в работе, адаптировано по каждому возрасту, принесло свои результаты.

Таким образом, на основе парциальной программы физического развития детей 3-7 лет «Малыши-крепьши» / Бережновой О.В., Бойко В.В., с использованием педагогической технологии М.Д. Маханевой «Воспитание здорового ребёнка», которая содержит общую характеристику средств, обеспечивающих здоровье ребёнка (гигиенические, закаливание, физические упражнения) и программное содержание физкультурных занятий проводимых в зале, построена комплексная система физкультурно – оздоровительной работы ДОУ.

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Комментарии Минобрнауки России к ФГОС дошкольного образования от 28.02.2014 г. № 08-249;
- Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Приказ России от 28.12.2010г. «Об утверждении и введении в действие федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
- ФОП ДО от 25.11.2022 г. № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования";
- Образовательная программа ДОУ;
- Устав МБДОУ – д/с 53.

1.2 Цели и задачи

Цели:

охрана и укрепление здоровья ребёнка, формирование привычки к ЗОЖ, развитие его физических качеств, совершенствование двигательных навыков на основе индивидуально-дифференцированного подхода.

Задачи:

- охрана и укрепление здоровья детей, обеспечение их физической и психологической безопасности, эмоционального благополучия;
- формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей ЗОЖ (гигиенических навыков, приёмов закаливания и др.);
- развитие основных физических качеств ребёнка (скорости, гибкости, силы, выносливости, ловкости) и умения рационально их использовать в повседневной жизни;
- развитие инициативности, самостоятельности, и ответственности ребёнка;
- воспитание воли, основ патриотизма, смелости, настойчивости и дисциплинированности.
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей.

1.3 Характеристика контингента воспитанников

Количество воспитанников, занимающихся физкультурой в ДОУ, составляет 142 ребенка. 38 детей - 3 группу здоровья (без противопоказаний к занятиям физкультурой, но с отказом от соревновательной деятельности), остальные 104 ребенка имеют 2 группу здоровья, без противопоказаний к занятиям по физкультуре. Дошкольники имеют хороший уровень физической подготовленности: на конец учебного года высокий уровень развития физических качеств составлял 42%, средний – 46,8%. На момент окончания учебного года большинство детей справляются с программным содержанием раздела «Физическое развитие». Низкий уровень физической подготовленности

11,2 % имеют дети младших и средних групп – часто болеющие и редко посещающие детский сад. С этими детьми воспитатели проводят индивидуальную работу, родителям даются рекомендации.

1.4 Характеристика физического развития детей младшей группы 3-4 года

В младшем дошкольном возрасте совершенствуются все физиологические функции и процессы организма. (м: 16,3кг, 102,4см; д: 15,9кг, 100,7см).

Движения становятся более разнообразными и координированными. Дети активно двигаются, упражняются в ходьбе, беге, прыжках, ползании и лазании, катании, бросании и ловле предметов.

Однако большинство детей не в полной мере согласуют движения рук и ног в процессе ходьбы и бега. Они часто опускают голову и плечи, смотрят под ноги, походка остаётся ещё тяжёлой. В тоже время ходьба становится более уверенной: уменьшаются раскачивания и повороты плеч в сторону шага, свободнее становятся движения рук. Малыши любят ходить и

бегать враспынную, по кругу, за воспитателем, но их бег ещё не равномерен, движения рук неэнергичны. Дети данного возраста с удовольствием подпрыгивают на месте, вверх, доставая подвешенные предметы, перепрыгивают из обруча в обруч; продвигаются вперёд прыжками, прыгают в длину с места и спрыгивают с небольшой высоты. При этом малыши прыгают тяжело, на всю ступню и неуверенно спрыгивают с высоты (на прямые ноги). В самостоятельной деятельности используются разные виды ползания: на низких и высоких четвереньках. Движения ползания достаточно уверенные. Лазание по лесенке, стремянке, гимнастической стенке требуют от детей большого напряжения: они передвигаются достаточно медленно и в произвольном темпе, используя приставной шаг. Упражнения в бросании и ловле мяча, предметов вдаль, в горизонтальную цель, друг другу становятся у детей всё более координированными. К 4 годам появляется подготовительная фаза движений бросания: отведение рук вниз, назад и в сторону и т.д. однако замах рукой ещё слабый, между замахом и броском отмечается длительная пауза. У малышек остаётся неуверенность в бросании и ловле мяча и разных предметов: они напрягают руки и плечи, сжимают пальцы или, наоборот, широко их расставляют. На 4 году жизни у детей формируются элементарные навыки совместной игровой и двигательной деятельности. В самостоятельной деятельности дети всё больше начинают использовать разные упражнения ОВД. Обладая определённым запасом движений, дети ещё не способны заботиться о результатах своих действий, они поглощены самим процессом. Наряду с этим движения дети постепенно приобретают всё более акцентированный характер. Они уже способны выполнять различные движения по своему усмотрению и по указанию воспитателя. Малыши начинают и заканчивают движение в соответствии с музыкой или по сигналу, ритмично ходят и бегают под музыку. Детям младшего возраста свойственна подражательная деятельность. Это объясняется тем, что накопленный двигательный опыт позволяет ему управлять своими движениями, ориентируясь на образец. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания действиям знакомых образов. Дети более сознательно следят за показом движений педагога, стараясь выслушивать все его пояснения. Сюжеты подвижных игр становятся более разнообразными. Однако основным их содержанием продолжает оставаться воспроизведение действий животных, птиц, транспорта, предметной деятельности людей. У детей 4 года происходит разветвление разных видов деятельности, что способствует значительному увеличению двигательной активности в течение дня. На занятии по физкультуре

показатели двигательной активности колеблются от 850 до 1370 движений в зависимости от состояния здоровья и индивидуальных возможностей.

Характеристика физического развития детей средней группы 4-5 лет

На пятом году жизни происходит дальнейшее развитие детского организма, совершенствуются все физиологические функции и процессы (м: 18,6кг, 109см, д: 17,9кг, 107,6см).

У детей интенсивно развиваются моторные функции. Их движения носят преднамеренный и целеустремлённый характер. Детям интересны наиболее сложные движения и двигательные задания, требующие проявления скорости, ловкости и точности выполнения. Они овладевают в общих чертах всеми видами основных движений, которые становятся более координированными. Достаточно хорошо усвоены разные виды ходьбы. У детей оформляется структура бега, отмечается устойчивая фаза полёта. Однако беговой шаг остаётся ещё недостаточно равномерным, скорость невысока, отталкивание не сильное, полёт короткий. Дальность прыжка ещё ограничена слабостью мышц, связок, суставов ног, недостаточным умением концентрировать свои умения. При метании предмета ещё недостаточно проявляется слитность замаха и броска, но в результате развития координации движений и глазомера дети приобретают способность регулировать направление полёта и силу. От 4 до 5 лет у детей формируются навыки ходьбы на лыжах, катания на санках, скольжения на ледяных дорожках, езды на велосипеде и самокате. Дети пытаются соблюдать определённые интервалы во время передвижения в разных построениях, стараясь не отставать от впереди идущего, быть ведущим в колонне,

ориентироваться в пространстве. На 5 году у детей возникает большая потребность в двигательных импровизациях под музыку. Растущее двигательное воображение является одним из важных стимулов увеличения двигательной активности детей за счёт хорошо освоенных способов действий с использованием разных пособий. Достаточно высокая двигательная активность детей проявляется в подвижных играх, которые позволяют формировать ответственность за выполнение правил и достижение определённого результата. Дети берутся за выполнение любой двигательной задачи, но часто не соизмеряют свои силы, не учитывают реальные возможности. Для большинства детей 4-5 лет характерно недостаточно чёткое и правильное выполнение двигательных заданий, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий по преодолению трудностей. Внимание детей приобретает более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое, осязательное восприятие. Они уже способны различать разные виды движений, представляют себе их смысл, назначение, овладевают умением выделять наиболее существенные элементы, выполнять их в соответствии с образцом. Это даёт возможность педагогу приступать к процессу обучения технике основных видов движений. Происходит развёртывание разных видов детской деятельности, что способствует значимому увеличению двигательной активности детей в течении дня. На занятиях по физкультуре показатели двигательной активности детей 4-5 лет колеблются от 1100 до 1700 движений.

Характеристика физического развития детей старшей группы 5-6 лет

На шестом году жизни совершенствуется физическое развитие детей: стабилизируются физиологические функции и процессы, укрепляется нервная система (м: 20,9кг, 115,5см, д: 20.2кг, 114,7см, при этом главные показатели нормы – комфорт и хорошее

самочувствие). Детям 5-6 лет свойственна высокая потребность в движениях.

Двигательная активность

становится всё более целенаправленной, зависимой от эмоционального состояния и мотивов деятельности. Дети овладевают сложными видами движений и различными способами их выполнения, а так же некоторыми элементами техники. Во время ходьбы у большинства детей наблюдается согласование движений рук и ног, уверенный широкий шаг, хорошая ориентировка в пространстве. Бег отличается хорошей координацией движений, прямолинейностью, возрастающей равномерностью и

стремительностью. К 6 годам бег становится правильным: поза непринуждённая, голова приподнята, плечи не разворачиваются, движение рук и ног хорошо согласованы. Дети уже овладевают различными способами бега. Дошкольники 5-6 лет упражняются в разных видах прыжков. Значительно улучшается согласованность и энергичность движений рук и ног при отталкивании, увеличивается фаза полёта и дальность прыжка.

Старшие дошкольники владеют всеми способами катания, бросания и ловли, метания в цель и вдаль. Значительно улучшаются навыки владения мячом: свободно его бросают и ловят, передают и перебрасывают друг другу двумя руками, снизу, от груди, сверху, а также двумя руками с отскоком от земли. У детей совершенствуются навыки ведения мяча правой и левой рукой.

На 6 году значительно улучшается показатель ловкости. Дети овладевают более сложными координационными движениями, быстро приспосабливаются к изменяющимся ситуациям, сохраняют устойчивое положение тела в различных вариантах игр и упражнений. Объём двигательной активности детей за время пребывания в детском саду колеблется от 13000 до 14500 движений (по шагомеру). Продолжительность двигательной активности составляет в среднем 4 часа, интенсивность достигает 50 движений в минуту.

Характеристика физического развития детей подготовительной группы 6-7 лет

На 7 году жизни происходит дальнейшее развитие организма: стабилизируются физиологические функции и процессы, совершенствуется нервная система, повышается двигательная культура (м: 23кг, 121,7см, д: 22,7кг, 121,6см). Движения детей становятся более осмысленными, мотивированными и целенаправленными. Старшие дошкольники осознанно упражняются в различных действиях, пытаются ставить двигательную задачу, выбирая разные способы её решения. В процессе выполнения двигательных заданий проявляют скоростные, скоростно-силовые качества, гибкость, ловкость и выносливость. К 7 годам улучшается гибкость, возрастает амплитуда движений, отмечается высокая подвижность суставов за счёт эластичности мышц и связок. Отмечаются высокие темпы прироста показателей, характеризующих быстроту движений и времени двигательной реакции, скорости однократных движений, частоты повторяющихся движений. Значителен прирост физической работоспособности и выносливости. Дети способны к продолжительной двигательной деятельности низкой и средней интенсивности, готовы к незначительным статическим нагрузкам. На основе совершенствования разных видов движений и физических качеств у детей происходит преобразование моторной сферы. Им доступно произвольное регулирование двигательной активности, стремление достичь положительного результата, а также осознанное отношение к качеству выполнения упражнений. В результате успешного достижения цели и преодоления трудностей дети способны получать «мышечную радость» и удовлетворение. Им свойственен широкий круг специальных знаний, умений

анализировать свои действия, изменять и перестраивать их в зависимости от ситуации и получаемого результата. Всё это содействует увеличению двигательной активности, проявлению у детей инициативы, выдержки, настойчивости, решимости и смелости.

В тоже время у старших дошкольников появляется умение самостоятельно пользоваться приобретённым двигательным опытом в различных условиях и ситуациях. Объём двигательной активности в детском саду колеблется от 13000 до 15500 движений по шагомеру. Продолжительность двигательной активности составляет в среднем 4,5 и более часов, интенсивность движений достигает 65 в минуту.

1.5 Целевые ориентиры физического развития дошкольников

Целевые ориентиры представлены для двух этапов развития дошкольников:

- на этапе завершения раннего образования (к 3 годам), в виде примерной характеристики общего развития детей на момент начала освоения Программы;
- на этапе завершения дошкольного образования (к 7 годам), в виде планируемых результатов освоения Программы.

Целевые ориентиры помогут определить, в каком направлении вести физическое развитие детей, как спроектировать индивидуальный образовательный маршрут для каждого ребёнка.

Этап завершения раннего образования	Этап завершения дошкольного образования
<ul style="list-style-type: none">-ребёнок интересуется окружающими предметами, активно действует с ними, эмоционально вовлечён в действия с игрушками, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;-ребёнок владеет простейшими навыками самообслуживания, стремится проявлять самостоятельность;-ребёнок стремится к общению с взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях;-ребёнок проявляет интерес к сверстникам, подражает им;-у ребёнка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазание, перешагивание и пр.).	<ul style="list-style-type: none">-ребёнок имеет представление о ценности здоровья, сформировано желание вести ЗОЖ;-ребёнок знает о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, с помощью сна восстанавливаются силы;-ребёнок знаком с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма, имеет представление о необходимости закаливания;-наблюдается повышение выносливости, способностей к предварительному программированию параметров движения;-ребёнок при соответствующих условиях может быстро достигать высоких результатов в точности выполнения сложных движений;-ребёнок может создавать условия для двигательной деятельности непосредственно в образовательной деятельности, организовывать не только свою двигательную активность, но и подвижные игры, физические упражнения со сверстниками и с младшими дошкольниками;-ребёнок умеет выполнять движения в соответствии со средствами музыкальной

	выразительности, создавать разнообразные вариации движений в зависимости от выбранного образа.
--	--

1.6 Диагностика физического развития дошкольников.

При реализации программы проводится диагностика физического развития детей, который связан с оценкой эффективности педагогических действий по физическому развитию на детей и лежит в основе дальнейшего планирования (индивидуализации образования и оптимизации образовательной деятельности с группой детей). Диагностика проводится 2 раза в год: сентябрь, май. Одной из составных характеристик физического состояния организма является физическая подготовленность, которая определяется уровнем сформированности психофизических качеств и двигательных навыков ребёнка. В работе ДОУ инструктором по физкультуре используется методика обследования и тестовые задания из учебного пособия Э.Я.Степаненковой. Количественные и качественные показатели бега на скорость и выносливость, прыжков в длину и высоту с места, метание мешочка вдаль, подбрасывание и отбивание мяч определены Г.Лесковой, Н.Ноткиной, Г.П.Юрко. Результаты диагностики заносятся в тетрадь – протокол. Определяется уровень развития физических качеств в каждой группе и соотносится со средними показателями тестов. Результаты групповой педагогической диагностики показывают адекватность педагогических усилий (средств, форм и методов) поставленным задачам и созданным условиям в ДОУ по направлению «Физическое развитие». Так же фиксируется темп прироста количественных показателей каждого ребёнка, что позволяет увидеть его индивидуальный профиль развития и оценить динамику. Оценка становления целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, сформированности ценностей ЗОЖ фиксируется инструктором и воспитателями через наблюдение и игровые тесты. Для оценки проявления достижений ребёнка в самостоятельной и совместной со взрослым деятельности используется комплексная характеристика программы «Малыши – крепыши» (электронная программа мониторинга), основанная на динамике собственных результатов ребёнка и системе 4-балльной оценки: низкий, средний, норма (оптимальный), высокий уровень. Уровень определяется после повторной диагностики в мае и отражает темпы прироста для каждого ребёнка индивидуально. Все подсчёты выполняются автоматически через электронную программу. В программу вносятся фамилии детей и оценки, а шаблон автоматически выдаёт результаты относительно успешности продвижения каждого ребёнка в образовательном пространстве и оценку адекватности форм и методов образовательной работы по образовательной области.

1.7 Принципы и подходы программы

Создание образовательной среды в Программе происходит на основе системы принципов деятельностного обучения:

Принцип психологической комфортности. Взаимоотношения между детьми и взрослыми строятся на основе доброжелательности, поддержки и взаимопомощи.

Принцип деятельности. Основной акцент делается на организации самостоятельных детских «открытий» в процессе разнообразных видов деятельности детей (игре, общении, исследовании и пр.); педагог выступает, прежде всего, как организатор образовательного процесса.

Принцип целостности. Стратегия и тактика воспитательно - образовательной работы с детьми опирается на представление о жизнедеятельности ребенка. У ребенка формируется целостное представление о мире, себе самом, социокультурных отношениях.

Принцип минимакса. Создаются условия для продвижения каждого ребенка по индивидуальной траектории развития и саморазвития – в своем темпе, на уровне своего возможного максимума.

Принцип творчества. Образовательный процесс ориентирован на развитие творческих способностей каждого ребенка, приобретение им собственного опыта творческой деятельности.

Принцип вариативности. Детям предоставляются возможности выбора материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения, информации, способа действия и др.

Принцип непрерывности. Обеспечивается преемственность в содержании, технологиях, методах между дошкольным и начальным общим образованием, определяется вектор на дальнюю перспективу развития.

Принятая в Программе методология позволяет придать процессу развития ребенка целостность и системность, создать условия для построения непрерывной образовательной траектории при переходе от предыдущего уровня образования к следующему, полноценно проживая каждый возрастной период. Данная методологическая позиция опирается на личностно-ориентированную педагогику, обуславливая чрезвычайно бережное отношение к ребенку как к активно развивающейся личности – уважение его индивидуальности, личностного достоинства, принятие ребенка таким, каков он есть. При разработке Программы авторы опирались на концептуальные идеи классической педагогики, идущей от Д. Дьюи, А. Дистервега, Я.А. Каменского, И. Песталоцци, Ж.Ж. Руссо, а в России – от Д.И. Писарева, Л.Н. Толстого, К.Д. Ушинского и др. Учитывались основные положения современных и новейших психолого-педагогических теорий: Л.С. Выготского о ведущей роли обучения в развитии; А.В. Запорожца об амплификации развития ребенка; В.В. Давыдова, Д.Б. Эльконина о развитии учебной деятельности и теоретического мышления; Н.Н. Поддъякова о развитии мышления, «горизонтах развития»; А.Г. Асмолова о развитии индивидуальности и личности; В.Т. Кудрявцева о социальном развитии ребенка как результате культуросоотнесения и культуротворчества и др.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Содержательную основу программы составляют целесообразные способы и формы физической активности, направленные на развитие природных качеств и способностей ребёнка. Это является неременным условием физической подготовленности дошкольника к жизни, оптимизации его физического состояния.

2.1 Образовательная деятельность с детьми

№	Формы работы	Цель	Сроки исполнения	Ответственные
1	Диагностика	- Выявление у ребенка уровня физической подготовленности.	Сентябрь-май	Инструктор по физкультуре

		Анализ динамики физического развития ребенка.		
2	ООД	- Развитие двигательных умений и физических качеств; формирование потребности в двигательной активности.	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре
3	Развлечения	-Создание условий для развития эмоциональности ребёнка; совершенствовании двигательных умений и развития физических качеств.	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре и воспитатели
4	Праздники	- Приобщение детей к здоровому образу жизни, к регулярным занятиям физкультурой и спортом.	3 раза в год	Инструктор по физкультуре, воспитатели групп.
5	Эмоционально – стимулирующая утренняя гимнастика (в т.ч. музыкально-ритмическая, игровая)	- Создание условий для пробуждения организма ребенка, проявления положительных эмоций, активизации мышечной, сердечной, дыхательной и других функций организма.	Ежедневно	Инструктор по физкультуре, воспитатели.
6	Физкультурные минутки и динамические паузы	-Снятия утомления с плечевого пояса, рук, глаз; активизация внимание; повышение работоспособности.	Ежедневно	Воспитатели групп
7	Подвижные, спортивные игры на прогулке	-Совершенствование физических качеств и двигательных умений в самостоятельной деятельности.	Ежедневно	Воспитатели групп

--	--	--	--	--

2.2 Взаимодействие с семьей

В МБДОУ детский сад № 53 осуществляется систематическое, разностороннее просвещение родителей, включая «передачу» теоретических знаний и оказания им помощи в приобретении практических навыков физического воспитания детей. У родителей есть возможность принимать непосредственное участие в образовательной деятельности по физическому воспитанию своих детей.

№	Формы работы	Цель	Сроки исполнения	Ответственные
1	Консультации	Педагогическое просвещение родителей по вопросам физического развития и воспитания детей; разработка рекомендаций.	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре
2	Оформление информационных материалов	Информирование родителей по вопросам физического воспитания детей.	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре
3	Совместные физкультурно – оздоровительные мероприятия, праздники	Формирование практических навыков взаимодействия родителей с ребенком в процессе совместной деятельности.	1 раз в год	Инструктор по физкультуре, воспитатели
4	День открытых дверей (для родителей детей, вновь приходящих в детский сад)	Ознакомление родителей с дошкольным учреждением, его программами и технологиями работы.	1 раз в год	Администрация ДОУ. Инструктор по физкультуре, воспитатели, медсестра.

2.3 Программные задачи физического развития по возрастам

Младшая группа

Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия

- Содействовать оптимизации эмоциональных отношений между родителями и детьми.
- Обеспечивать комфортный эмоциональный микроклимат в группе детского сада, в котором ребенок чувствует себя защищенным и принимаемым педагогами.
- Создавать условия для охраны жизни и укрепления здоровья; создавать условия для укрепления иммунной системы организма, систематически проводить оздоровительные и закаливающие мероприятия.
- Создавать условия, стимулирующие двигательную активность детей; формировать и совершенствовать основные виды движений, способствовать формированию правильной осанки.
- Обеспечивать рациональный режим дня, сбалансированное и качественное питание, достаточное пребывание на воздухе; обеспечивать в помещении оптимальный температурный режим, регулярно проветривать.
- Обеспечить психолого-педагогическую поддержку родителям в повышении компетентности в вопросах охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия.

Формирование культурно-гигиенических навыков

- Формировать культурно-гигиенические навыки; приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде; воспитывать привычку следить за своим внешним видом.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

- Формировать у детей начальные представления о здоровом образе жизни и правилах безопасного поведения; поддерживать интерес к изучению себя, своих физических возможностей; воспитывать бережное отношение к своему здоровью; развивать интерес к правилам здоровьесберегающего поведения.

Приобщение к физической культуре

- Удовлетворять потребность детей в движении и развивать положительные эмоции, активность и самостоятельность.
- Знакомить детей с подвижными играми разной интенсивности, с разными видами основных движений.
- Развивать умение ходить и бегать свободно, естественно, согласовывая движения рук и ног; выполнять во время ходьбы двигательные задания: повернуться, присесть и остановиться.
- Развивать умение бегать, держа темп в соответствии с указанием педагога (медленно, быстро).
- Формировать умение сохранять правильную осанку в различных положениях: сидя, стоя, в движении.
- Развивать у детей чувство равновесия и ориентировку в пространстве.
- Развивать навыки энергичного отталкивания двумя ногами и правильного приземления во время прыжков с высоты, на месте и с продвижением вперед.
- Развивать умение бросать и ловить мяч кистями рук, не прижимая его к груди; отталкивать предметы во время катания их.
- Закреплять умение ползать на четвереньках, толкая мяч головой, перелезать через препятствия, лазать по лесенке-стремянке и гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Забота о психическом и физическом здоровье детей

Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия

- Обеспечивать психологически комфортную развивающую среду.
- Формировать позитивное отношение детей к себе, к другим и миру в целом.
- Способствовать оптимизации эмоциональных отношений между родителями и детьми.
- Соблюдать санитарно-гигиенические нормы и правила.
- Продолжить работу по осуществлению мероприятий, способствующих сохранению здоровья детей, закаливанию, повышению защитных сил организма.
- Осуществлять контроль за формированием правильной осанки.
- Обеспечивать рациональный режим дня, сбалансированное, качественное питание, достаточное пребывание на воздухе; обеспечивать в помещении оптимальный температурный режим, регулярно проветривать.
- Организовывать и проводить различные подвижные игры.
- Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 7-10 минут.
- Повышать компетентность родителей в вопросах сохранения, укрепления и формирования здоровья детей.

Формирование культурно-гигиенических навыков

- Закреплять потребность в чистоте и опрятности, воспитывать привычку следить за своим внешним видом.
- Совершенствовать навыки самостоятельного и правильного приема пищи, умывания, подготовки ко сну.
- Закреплять умения правильно пользоваться предметами личной гигиены (мыло, расческа, полотенце, носовой платок), ухаживать за своими вещами.
- Расширять диапазон деятельности детей по самообслуживанию (одеваться, раздеваться, полоскать рот после еды, пользоваться туалетом и др.).
- Развивать умения переносить в игру правила здоровьесберегающего поведения.
- Обращать внимание детей на чистоту продуктов употребляемых в пищу, на необходимость мыть овощи и фрукты перед едой.
- Обращать внимание детей на чистоту помещений, одежды, окружающих предметов.
- Развивать навыки культурного поведения за столом.

Формирование первоначальных представлений о здоровом образе жизни

- Дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни.
- Продолжить формировать представления о частях тела и органах чувств, их функциональном назначении для жизни и здоровья человека.
- Расширять представления о важности для здоровья гигиенических и закалывающих процедур, соблюдения режима дня, физических упражнений, сна, пребывания на свежем воздухе.
- Воспитывать у детей бережное отношение к своему здоровью и здоровью других людей.
- Формировать умение обращаться за помощью к взрослым при травме или плохом самочувствии, оказывать себе элементарную помощь при ушибах.

Приобщение к физической культуре

- Развивать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной деятельности.
- Обогащать двигательный опыт детей за счет усвоения основных видов движений и подвижных игр.
- Совершенствовать разные виды ходьбы: обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом.

Выполнять во время ходьбы вариативные упражнения (присесть, изменить положение рук и др.).

- Развивать у детей умение бегать легко и ритмично.
- Продолжать формировать правильную осанку во время выполнения разных упражнений.
- Развивать умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте; в прыжках в длину и высоту с места, сочетая отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохраняя равновесие.
- Развивать координацию во время ходьбы на лыжах скользящим шагом (на расстояние не более 500м), катания на двухколесном велосипеде.
- Формировать умение ловить мяч, метать предметы, принимая правильное исходное положение.
- Совершенствовать навыки ползания на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; пролезания в обруч, перелезания через различные препятствия; лазанья по гимнастической стенке.
- Развивать осознанное отношение ребенка к выполнению правил подвижной игры.
- Развивать у детей физические качества: быстроту, ловкость, координацию, гибкость, выносливость.
- Учить самостоятельно выполнять правила подвижной игры без напоминания воспитателя.

Старшая группа

Забота о психическом и физическом здоровье детей

Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия

- Обеспечивать комфортный эмоциональный микроклимат в группе детского сада, в котором ребенок чувствует себя защищенным и принимаемым педагогами и детьми.
- Содействовать укреплению эмоциональных связей между детьми и их родителями.
- Упражнять детей в умении находить положительные стороны во всех сферах жизни, применении правила «не думать и не говорить плохо о себе и других».
- Организовывать разнообразную двигательную активность детей в разных формах (утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, подвижные игры и др.).
- Продолжить работу по осуществлению мероприятий, способствующих сохранению здоровья детей, закаливанию, повышению защитных сил организма.
- Осуществлять контроль за формированием правильной осанки.
- Обеспечивать рациональный режим дня, сбалансированное качественное питание, достаточное пребывание на воздухе; соблюдать оптимальный температурный режим в помещении.
- Продолжать поддерживать родителей в самообразовании в вопросах охраны и укрепления здоровья детей, в стремлении участвовать в педагогическом процессе и жизни детского сада в целом.

Формирование культурно-гигиенических навыков

- Способствовать развитию самостоятельности детей в выполнении культурно-гигиенических правил.
- Продолжать совершенствовать навыки культурного поведения за столом.
- Воспитывать привычку следить за своим внешним видом (чистотой тела, опрятностью одежды, прически).

Формирование начальных представлений детей о здоровом образе жизни

- Формировать потребность в бережном отношении к своему здоровью, желание вести здоровый образ жизни.
- Воспитывать потребность соблюдать правила здоровьесберегающего поведения.
- Воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх и упражнениях;

Приобщение к физической культуре

- Расширять у детей представления и знания о многообразии физических и спортивных упражнений.
 - Формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
 - Вызывать у детей стремление к выражению своих возможностей в процессе выполнения физических упражнений: правильно оценивать свои силы, мобилизовать их адекватно поставленным целям.
-
- Приступить к целенаправленному развитию физических качеств: скоростных, скоростно-силовых, силы, гибкости, выносливости.
 - Развивать чувство равновесия, координацию движений, улучшать ориентировку в пространстве.
 - Закреплять приобретенные ранее умения и навыки в процессе разных форм двигательной активности.
 - Обучать элементам техники всех видов жизненно важных движений, спортивным играм и упражнениям.
 - Развивать умение ходить и бегать в колонне по одному, по двое, с выполнением различных заданий педагога.
 - Развивать у детей умение бегать с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, змейкой, враспынную, с преодолением препятствий. Непрерывный бег не более 2 минут.
 - Закреплять умение прыгать с высоты в обозначенное место (не более 30 см), прыгать в длину с места и с разбега, прыгать через короткую и длинную скакалку.
 - Обучать бросанию мяча: вверх, об пол (о землю) и ловле его двумя руками, перебрасывать мяч из одной руки в другую, друг другу их разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди). Закреплять умение метать предметы на дальность, в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния не более 4 м).
 - Совершенствовать навыки ползания, перелезания через различные препятствия, лазанья по гимнастической стенке с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой.
 - Осознанно и самостоятельно использовать определенный объем знаний и умений в различных условиях (в лесу, парке при выполнении двигательных заданий).
 - Обогащать двигательный опыт детей и формировать у них потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
 - Способствовать развитию у детей интереса к движению и повышению своих результатов.
 - Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подготовительная группа

Забота о психическом и физическом здоровье детей

Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия

- Обеспечивать комфортный эмоциональный микроклимат в группе детского сада, в котором ребенок чувствует себя защищенным и принимаемым педагогами.
- Поддерживать детей и их родителей в стремлении к укреплению эмоциональных связей друг с другом.
- Закреплять позитивное экологическое отношение к себе, другим людям и миру в целом.
- Организовывать разнообразную двигательную активность детей в разных формах (утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, подвижные игры и др.).
- Соблюдать санитарно-гигиенические нормы и правила.
- Продолжать работу по осуществлению мероприятий, способствующих сохранению здоровья детей, закаливанию, повышению защитных сил организма.
- Формировать правильную осанку
- Обеспечивать рациональный режим дня, сбалансированное качественное питание, достаточное пребывание на воздухе; обеспечивать в помещении оптимальный температурный режим.

Формирование культурно-гигиенических навыков

- Обогащать представления детей о гигиенической культуре.
- Воспитывать привычку соблюдать культурно-гигиенические правила.
- Совершенствовать навыки культурного поведения во время еды.

Формирование начальных представлений детей о здоровом образе жизни и правилах безопасного поведения

- Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, формировать потребность в бережном отношении к своему здоровью, желание вести здоровый образ жизни.
- Воспитывать патриотические чувства, нравственно-волевые качества гражданскую идентичность в двигательной деятельности.
- Совершенствовать представления детей об особенностях строения и функционирования организма человека.
- Продолжить развивать умение элементарно описывать свое самочувствие, умение обратиться к взрослому в случае недомогания или травмы.
- Учить управлять своим телом, чувствами, эмоциями через гигиену, корригирующие упражнения, релаксацию, аутотренинг.

Приобщение к физической культуре

- Совершенствовать технику основных движений, добиваясь точности и выразительности их выполнения.
- Развивать физические качества в процессе игр и занятий физической культурой.
- Закреплять умения соблюдать заданный темп в процессе ходьбы и бега.
- Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением разных заданий (поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок, с приседанием и поворотом кругом и др.).
- Развивать координацию движений во время выполнения различных упражнений (ходьба и бег по шнуру, по узкой рейке, кружение с закрытыми глазами).
- Совершенствовать разные виды бега: в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с преодолением препятствий. Непрерывный бег не более 3 минут.
- Совершенствовать разные виды прыжков: прыжки вверх из глубокого приседа, с высоты, с места и с разбега на мягкое покрытие, через короткую и длинную скакалку.

- Развивать умения правильно и четко выполнять разные виды упражнений в бросании, ловле, метании мяча и различных предметов.
- Совершенствовать разные виды лазанья с изменением темпа, сохраняя координацию движений.
- Обучать детей строевым упражнениям: построение в колонну, по одному, в шеренгу; перестроение из одного круга в несколько, в колонну.
- Формировать у детей умение правильно оценивать свои силы и возможности при реализации двигательных задач; соотносить результат движения с величиной приложенных усилий.
- Закреплять у детей приобретенные ранее умения и навыки наблюдать, сравнивать и анализировать движения.
- Учить детей ставить задачу и находить наиболее рациональные способы ее решения, соотносить последовательность, направление, характер действий с образцом педагога.
- Совершенствовать навыки самостоятельного регулирования двигательной активности, чередуя подвижные игры с менее интенсивными и с отдыхом.
- Развивать у детей ориентировку в пространстве в процессе выполнения вариативных двигательных заданий.

2.4 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

Физическое развитие детей проводится с учётом их здоровья и при постоянном контроле со стороны медицинских работников. Деятельность педагога по физическому развитию дошкольников условно можно разделить на следующие направления:

- оздоровительная деятельность;
- образовательная деятельность.

В реальном педагогическом процессе эти направления взаимосвязаны между собой и неотделимы друг от друга.

Оздоровительная деятельность (закаливание) детей может включать комплекс мероприятий:

- широкая аэрация помещений;
- правильная организованная прогулка;
- физические упражнения в лёгкой спортивной одежде;
- умывание прохладной водой, воздушные и солнечные процедуры.

Важную оздоровительную роль играет развитие творчества в двигательной деятельности. Оно способствует раскрытию потенциальных возможностей организма, создаёт условия для реализации свободы действий, обеспечивает гармонию ребёнка с самим собой, природой и окружающими людьми.

При проектировании **образовательной деятельности** рекомендуется использовать следующие формы организации двигательной активности детей:

- эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика, оздоровительная гимнастика пробуждения, ритмическая гимнастика;
- занятия по физическому развитию в помещении и на воздухе, занятия по обучению плаванию;
- физкультурные минутки и паузы, подвижные игры, двигательные задания, спортивные игры и упражнения;
- физкультурные праздники и развлечения, спортивные досуги, соревнования, эстафеты и др.

При проектировании образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников нельзя забывать о **воспитательной направленности**. Она должна

прослеживаться в процессе организации всех форм двигательной активности детей. Особое внимание при этом необходимо уделить организации **самостоятельной двигательной активности детей**. Её правильная организация позволит:

- повышать физкультурную грамотность дошкольников;
- стимулировать положительную мотивацию детей к занятиям и другим формам организации двигательной активности;
- формировать у детей организационно-методические умения, дающие возможность дозировать нагрузку, применять адекватный метод воспитания физических качеств, осуществлять простейший самоконтроль;
- формировать у детей основы правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений и навыков;
- решать сугубо воспитательные задачи, в том числе воспитания физических качеств (эстетических и нравственных);
- содействовать развитию у дошкольников психических процессов.

2.5 Способы и направления поддержки детской инициативы

Активность ребенка является основной формой его жизнедеятельности, необходимым условием его развития, которая закладывает фундамент и дает перспективы роста интеллектуального, творческого потенциала ребенка. Для поддержания **детской инициативы** педагог использует проблемные ситуации, вопросы, проектную деятельность, игровой материал. Создают условия для выбора деятельности по интересам и запросам детей.

Чем беззаветнее ребенок отдается собственной активности, тем сильнее затем у него возникает потребность в совместной деятельности с взрослым. В этой фазе ребенок особенно восприимчив к воздействиям взрослого. Чем успешнее развиваются различные формы взаимодействия ребенка и взрослого - носителя знаний, тем содержательнее становится собственная активность ребенка. Именно на основе собственной активности у дошкольников возникает ряд специфических видов детской деятельности, выполнение которых характеризуется высоким уровнем самостоятельности и оригинальности.

Поэтому, что бы деятельность детей приобрела осмысленность и развивающий эффект должны быть созданы условия для поддержки детской инициативы, учитывающие следующие факторы:

- предметно-развивающая среда должна быть разнообразна по своему содержанию;
- образовательная и игровая среда, должна стимулировать развитие поисково-познавательной деятельности детей;
- содержание развивающей среды должно учитывать индивидуальные особенности и интересы детей конкретной группы;
- родители должны быть в курсе всего, что происходит в жизни ребенка: чем он занимался, что нового узнал, чем ему нужно помочь в поиске нового и т. д.

При организации работы в этом направлении необходимо придерживаться следующих принципов:

- Деятельности - стимулирование детей на активный поиск новых знаний в совместной деятельности с взрослым, в игре и в самостоятельной деятельности.

- Вариативности - предоставление ребенку возможности для оптимального самовыражения через осуществление права выбора, самостоятельного выхода из проблемной ситуации.

- Креативности - создание ситуаций, в которых ребенок может реализовать свой творческий потенциал через совместную и индивидуальную деятельность.

В возрасте 5-6 лет приоритетной сферой проявления детской инициативы является внеситуативно - личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационная познавательная инициатива. Для поддержки детской инициативы необходимо создавать в группе положительный микроклимат, учитывать индивидуальные вкусы и привычки детей, поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу, создавать условия для самостоятельной разнообразной творческой деятельности детей, привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более длительную перспективу, обсуждать выбор спектакля, песни, танца, создавать условия для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам.

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в 6-7 лет является научение, расширение сфер собственной компетентности в различных областях предметной деятельности, а также познавательно-информационная деятельность.

Для поддержки детской инициативы необходимо вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка, спокойно реагировать на неуспехи ребенка, предлагать варианты исправления работы, создавать ситуации, позволяющие ребенку проявлять собственную компетентность, обретая уважение и признание взрослых, поддерживать чувство гордости за свой труд, организовывать концерты для детей и взрослых, создавать условия для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам, привлекать детей к планированию жизни группы на день, неделю, месяц.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1 Учебно – методическое обеспечение программы

1. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. - М.: АРКТИ,1998.
2. Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет «Малыши-крепыши» Брежнова О.В., Бойко В.В. – М.: ИД Цветной мир», 2016
3. Брежнова О.В., Бойко В.В. Методические рекомендации к парциальной программе физического развития детей 3-7 лет «Малыши-крепыши». – М.: ИД Цветной мир», 2016
4. Брежнова О.В., Бойко В.В. Проектирование физкультурно – оздоровительной работы в детском саду. Сборник документов и локальных актов – М.: ИД Цветной мир».
5. Брежнова О.В., Бойко В.В. Физическое развитие ребёнка в семье. Методическиерекомендации. – М.: ИД Цветной мир», 2016
6. Брежнова О.В., Бойко В.В. Фольклорно – физкультурные праздники, досуги и развлечения в детском саду – М.: ИД Цветной мир», 2017
7. Брежнова О.В., Бойко В.В. 300 игр и упражнений со скакалкой для дошкольников– М.: ИД Цветной мир», 2016
8. Брежнова О.В., Бойко В.В. Физическое развитие дошкольников. (вторая младшая, средняя, старшая и подготовительная к школе группа) – М.: ИД Цветной мир», 2016
9. Мой весёлый звонкий мяч. Упражнения и игровые задания для дошкольников/ под ред.Брежнова О.В., Бойко В.В. – М.: ИД Цветной мир», 2017

10. Подвижные игры в детском саду/ под ред. Брежнова О.В., Бойко В.В – М.: ИД «Цветноймир», 2017
11. Спортивные игры в детском саду/под ред. Брежнова О.В., Бойко В.В. – М.: ИД «Цветной мир», 2017
12. Буренина А.И Программа «Ритмическая мозаика»: - СПб, 1994
13. Медико-педагогический контроль за физическим развитием в дошкольных учреждениях: мет. пособие./ Сост. М.Ф.Мангушева. – Глазов, 2003.
14. Уланова Л.А., Иордан С.О. Мет. рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет.- СПб.: "Детство-пресс»,2008.
15. Фатеева Л.П. 300 подвижных игр для дошкольников. Популярное пособие для родителей и педагогов. - Ярославль (Академия развития).- 1998.
16. «Сборник подвижных игр. для работы с детьми 2-7 лет - авт.-сост. Э.Я.Степаненкова. – М.: Мозаика – Синтез, 2011.
17. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка. –М.: Издательство центр «Академия», 2001.

Материально – техническое обеспечение программы отражено в паспорте физкультурного зала.

3.2 Организация образовательной деятельности по физическому развитию дошкольников

Комплексный подход к сохранению и укреплению здоровья воспитанников ДОУ предполагает такую организацию, при которой создаются условия для оптимального физического развития ребенка.

К таким условиям относятся:

- двигательная развивающая среда, содержащая пособия и инвентарь для организации подвижных и спортивных игр, самостоятельной двигательной деятельности детей – спортивные уголки в группах и на игровых участках;
- организация таких форм детской деятельности, в которых развиваются физические качества, совершенствуются ОВД, и увеличивается двигательная активность детей;
- обогащение содержания самой двигательной деятельности детей;
- систематическое развитие предпосылок к ЗОЖ;
- развитие предпосылок учебной деятельности: умение выполнять задания в общем темпе, противостоять отвлечениям, удерживать задачу взрослого в течение занятия; прилагать волевые усилия для достижения цели, достигать результата, взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения заданий, осуществлять самоконтроль своей деятельности.

Форма организации	Возраст детей, продолжительность			
	3-4	4-5	5-6	6-7
Утренняя гимнастика	5-7мин	7-10	10-12	12-15
Физкультура	15 мин	20 мин	25 мин	30
Физ. минутка	мин			
Динамическая пауза	1-3 минуты в середине статического занятия			
Гимнастика после сна	10-12 мин между занятиями (в зависимости от вида)			
Организованная двигательная деятельность на прогулке	7-10 мин	10-12 мин	10-12 мин	12-
Самостоятельная	15мин			

двигательная деятельность Развлечения Праздники	10-12 мин	12-15 мин
	Нерегламентированная ежедневная на прогулках по желанию детей	
	15-20 мин	25-30 мин
	30-40 мин	40-60 мин

ООД по физическому развитию детей проводится в форме занятий. Занятия организуются 2 раза в неделю. В младших и средних группах физкультура проводится в зале. В старших и подготовительных 1 занятие в зале, 1 на воздухе. В зимний период во всех группах, кроме младших 1 занятие выносится на воздух – физкультура на лыжах.

Сетка занятий, утренней гимнастики, циклограмма деятельности инструктора по физкультуре, график работы утверждаются заведующим в августе.

Организация физкультурно-досуговой деятельности физкультурно-оздоровительной направленности – важная часть системы организации жизни детей и взрослых в детском саду, которая имеет широкий спектр влияния на образование и физическое развития ребёнка и основывается на традициях детского сада.

Спортивные досуги и праздники, проводимые в течении учебного года

1. Спортивно-музыкальное развлечение "День знаний"(старший дошкольный возраст)-сентябрь
2. Спортивный праздник с папами "А ну-ка, папы!"(все возраста)-октябрь
3. Спортивный праздник "По страницам удмуртских сказок"(старший дошкольный праздник)-ноябрь
4. Спортивно-музыкальное развлечение "Новогодний ералаш"(все возраста)-декабрь
5. Зимние забавы на улице "День рождения Снеговика"(средняя группа)-январь
6. Малые олимпийские игры (подготовительная к школе группа)-февраль
7. Спортивный праздник "Школа юного бойца"(старший дошкольный возраст)-февраль
8. Интеллектуально-спортивное развлечение "Мамин день"(старшая группа)-март
9. Спортивный досуг "День здоровья"(все возраста)-апрель
10. Спортивный досуг "Пожарные на учении"(подготовительная к школе группа)-апрель
11. Музыкально-спортивное мероприятие "День Победы!"(старший дошкольный возраст)-май
12. Семейные соревнования "На старт всей семьей!"(подготовительная к школе группа)-май
13. Праздник "День защиты детей"(все возраста)-июнь
14. Спортивный праздник "День России"(старший возраст)-июнь
15. Семейное развлечение ко "Дню семьи, любви и верности"(старший дошкольный возраст)-июль
16. Интеллектуально-спортивное развлечение "День флага России"(старший дошкольный возраст)-август

3.3 Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды физкультурного зала

Среда развития ребенка – это пространство его жизнедеятельности. Это те условия, в которых протекает его жизнь в дошкольном учреждении. Эти условия следует рассматривать как фундамент, на котором закладывается строительство личности ребенка. Развивающая предметная среда – это система материальных объектов деятельности ребенка, функционально моделирующая содержание его духовного и физического развития. Она должна объективно – через свое содержание и свойства – создавать условия для творческой деятельности каждого ребенка, служить целям актуального физического и психического развития и совершенствования, обеспечивать зону ближайшего развития и его перспективу. Окружающая ребенка среда должна обеспечивать ему физическое, умственное, эстетическое, нравственное, т.е. разностороннее развитие и воспитание.

В детском саду созданы оптимальные условия для физического развития детей: формирования основных двигательных умений и навыков, полноценной двигательной активности. Спортивный зал оснащен достаточным количеством стандартного и нестандартного оборудования, которое соответствует методическим требованиям и нормам СанПина. Материалы, из которых изготовлено оборудование также отвечает всем гигиеническим требованиям.

На участке ДОУ имеется спортивная площадка, оборудованная различным спортивным инвентарём. Всё это повышает интерес детей к физкультуре, развивает жизненно важные качества, увеличивает эффективность занятий, позволяет упражняться во всех основных видах движений.

IV. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

4.1 Самообразование инструктора по физкультуре

- Изучение новинок методической литературы
- Участие в проведении методических объединений (по плану УДО)
- Прохождение курсов повышения квалификации
- Создание предметно-развивающей среды

Углубленная работа по теме **"Гендерный подход в физическом воспитании дошкольников"**

Цель: Воспитание здорового поколения дошкольников, осуществляя дифференцированный подход к физическому воспитанию детей в зависимости от пола.

Краткая презентация Программы

Рабочая программа по физическому развитию детей МБДОУ «Детский сад №53» разработана на основании образовательной программы детского сада, в соответствии с Федеральной образовательной программой дошкольного образования и требованиями ФГОС ДО.

Рабочая программа по развитию детей дошкольного возраста обеспечивает развитие детей от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению – «Физическое развитие».

Перспективное планирование по физическому развитию составлено по книге под редакцией М.Д. Маханёвой и парциальной программе физического развития детей 3-7 лет «Малыши-крепыши» Бережнова О.В., Бойко. Ранее это планирование успешно использовалось в работе, адаптировано по каждому возрасту, принесло свои результаты.

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
3. Комментарии Минобрнауки России к ФГОС дошкольного образования от 28.02.2014 г. № 08-249;
4. Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
5. Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 г. № 2106 «Об утверждении и введении в действие федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
6. ФООП ДО от 25.11.2022 г. № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования";
7. Образовательная программа ДООУ;
8. Устав МБДОУ – д/с 53.

В МБДОУ функционирует 14 групп. Из них:

Группы с ОНР – 2

Группы раннего возраста – 4

Группы дошкольного возраста – 8

10 групп, в том числе и группы с ОНР посещают физкультурные занятия в спортивном зале. С детьми раннего возраста физкультура проводится воспитателем в группе.

Коллектив ДООУ считает главной целью всестороннее и гармоничное развитие личности ребёнка - дошкольника, полноценное проживание детьми периода дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка ребёнка к жизни в современном обществе, обеспечение его безопасности жизнедеятельности.

Изменения к рабочей программе

IV. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

4.1 Самообразование инструктора по физкультуре

- Изучение новинок методической литературы
 - Участие в проведении методических объединений (по плану УДО)
 - Прохождение курсов повышения квалификации
 - Создание предметно-развивающей среды
- Углубленная работа по теме **"Подвижные игры и игровые задания с мячом как средство развития ловкости у детей дошкольного возраста"**

Цель: способствовать укреплению здоровья воспитанников в ходе развития ловкости детей средствами подвижных игр и игровых заданий спортивной направленности с мячом

Краткая презентация Программы

Рабочая программа по физическому развитию детей МБДОУ «Детский сад №53» разработана на основании образовательной программы детского сада, в соответствии с Федеральной образовательной программой дошкольного образования и требованиями ФГОС ДО.

Рабочая программа по развитию детей дошкольного возраста обеспечивает развитие детей от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению – «Физическое развитие».

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
3. Комментарии Минобрнауки России к ФГОС дошкольного образования от 28.02.2014 г. № 08-249;
4. Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
5. Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 г. № 2106 «Об утверждении и введении в действие федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
6. ФООП ДО от 25.11.2022 г. № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования";
7. Образовательная программа ДОУ;
8. Устав МБДОУ – д/с 53.

В МБДОУ функционирует 13 групп. Из них:

Группы с ОНР – 2

Группы раннего возраста – 3

Группы дошкольного возраста – 8

10 групп, в том числе и группы с ОНР посещают физкультурные занятия в спортивном зале. С детьми раннего возраста физкультура проводится воспитателем в группе.

Коллектив ДОУ считает главной целью всестороннее и гармоничное развитие личности ребёнка - дошкольника, полноценное проживание детьми периода дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и

физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка ребёнка к жизни в современном обществе, обеспечение его безопасности жизнедеятельности.