

ПРИНЯТО:

На педагогическом совете  
ГБДОУ детский сад № 80  
Приморского района Санкт – Петербурга  
Протокол № 5 от 31.08.2017г.

ПРИНЯТО:

С учетом мнения совета родителей  
ГБДОУ детский сад № 80  
Приморского района Санкт – Петербурга  
Протокол № 2 от 31.08.2017

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий ГБДОУ детский сад № 80  
Приморского района Санкт – Петербурга



**РАБОЧАЯ ПОГРАММА**  
**Инструктора по физической культуре**  
**по физическому развитию**  
**«Физкультура»**  
**(подготовительная группа)**

Государственного бюджетного дошкольного  
образовательного учреждения детский сад № 80

общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому развитию  
детей Приморского района Санкт-Петербурга

Инструктор по физической культуре:  
Соболевская Ольга Валерьевна

Санкт-Петербург  
2017

## Оглавление

1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Целевые ориентиры освоения воспитанниками программы младшей группы	4
2	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	10
2.1	Комплексно-тематическое планирование НОД по физической культуре	10
2.2	Формы, методы и приёмы организации образовательной области «Физическое развитие».	23
2.3	Перспективный план работы взаимодействия инструктора по физической культуре и воспитателей	25
2.4	Перспективный план работы взаимодействия инструктора по физической культуре и родителей	26
3	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	27
3.1	Принципы организации образовательной области	27
3.2	Методическое сопровождение реализации основной образовательной программы ГБДОУ детский сад №80 (В соответствии с ФГОС ДО)	33
	Список литературы	38

## 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физическому развитию детей (Далее - Программа) разработана на основе основной образовательной программы ГБДОУ детский сад № 80 Приморского района Санкт-Петербурга, в основе которой лежит Примерная образовательная программа дошкольного образования, в соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 - ФЗ от 29.12.2012 года и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Минобрнауки РФ № 1155 от 17.10.2013 г ), с учетом требований СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013г.

В Рабочей программе максимально учитываются возрастные и индивидуальные особенности воспитанников. Воспитание и обучение производится на русском языке. В данной рабочей программе представлена модель занятий, разработанная на основе данных о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей младшей группы. В условиях дошкольного образования и с учетом его специфики данная модель выбрана как наиболее соответствующий требованиям системного подхода и овладения детьми новыми двигательными действиями. Структурной моделью такой системы являются тематические блоки. Годовой план-график представлен тематическими блоками, включающими основные разделы программы физического воспитания с распределением программного материала физкультурного занятия на учебный год (сентябрь-июнь).

Цель программы по физическому развитию

Формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, коррекцию недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей. Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой,

Задачи физического развития:

- Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
- Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участию в подвижных играх.

- Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.
- Развивать у детей физические качества: быстроту, координацию, скоростно-силовые качества, реакцию на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию общей выносливости, силы, гибкости.
- Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

#### Возрастные особенности развития детей старшей группы

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении заданий. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовывать так, чтобы сформировать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность.

В подготовительной группе ведущей формой организованной двигательной деятельности является физкультурное занятие. В процессе обучения используются объяснение, показ новых сложных упражнений и отдельных элементов. В целях повышения двигательной активности необходимо использовать разные способы организации. Вводную часть занятия включают задания на внимание, строевые и общеразвивающие упражнения.

На седьмом году жизни дети должны уметь самостоятельно и быстро строиться в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо, в две шеренги, в несколько кругов; делать повороты направо, налево, кругом; равняться; производить размыкание и смыкание; производить расчёт на первый - второй. Инструктор по физической культуре должен использовать приёмы, развивающие осмысленное выполнение упражнений. На одном занятии дети выполняют восемь - десять общеразвивающих упражнений из разных исходных положений, повторяя их шесть - восемь раз преимущественно в среднем и быстром темпе, в зависимости от степени их новизны и трудности. В целях поддержания у детей интереса к общеразвивающим упражнениям следует изменять исходные положения, темп и амплитуду движений. Большое значение имеет так же оценка качества выполнения упражнений.

#### 1.2 Целевые ориентиры освоения воспитанниками программы младшей группы

- умеет самостоятельно, быстро и организованно строиться и перестраиваться во время движения;
- умеет выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений;

- умеет выполнять упражнения точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями;
- умеет сохранять динамическое и статическое равновесие в сложных условиях;
- может сохранять скорость и заданный темп бега;
- умеет ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления;
- может отбивать, передавать, подбрасывать мяч разными способами. Точно поражать цель (горизонтальную, вертикальную, кольцоброс и др.);
- умеет энергично подтягиваться на скамейке различными способами;
- быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестнице; лазать по канату (шесту) способом «в три приема»;
- может организовывать игру с подгруппой сверстников;
- умеет забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении, контролировать свои действия в соответствии с правилами, вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы;
- 

#### Основные виды движений:

Упражнения в ходьбе. Ходить в разных построениях (колонне по одному, парами, четверками, в круге, в шеренге); ходить, совершая различные движения руками. Ходить обычным, гимнастическим, крестным шагом; ходить выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Упражнения в беге. Бегать легко, стремительно. Бегать, сильно сгибая ноги в коленях, спиной вперед; выбрасывая прямые ноги вперед; бегать через препятствия — барьеры, набивные мячи (высотой 10—15 см), не задевая за них, сохраняя скорость бега. Бегать спиной в//сред, сохраняя направление и равновесие. Бегать со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну. Бегать из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием и др.; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать Юме наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3 минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5 × 10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3 4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м. Упражнения в прыжках. Подпрыгивать на двух ногах на месте с попоротом крутом; смещая ноги вправо-влево; сериями по 30—40 прыжков 3- 4 раза. Прыгать, продвигаясь вперед на 5 6 м; перепрыгивать линию, веревку боком, с зажатым между ног

мешочком с песком, с набивным мячом; перепрыгивать через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг). Перепрыгивать на одной ноге линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивать вверх из глубокого приседа. Подпрыгивать на месте и с разбега с целью достать предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка на 25—30 см. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыгать в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыгать через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бегать со скакалкой. Прыгать через длинную скакалку: пробегать под вращающейся скакалкой, перепрыгивать через нее с места, вбегать под вращающуюся скакалку, перепрыгивать через нее один или несколько раз и выбегать; пробегать под вращающейся скакалкой парами. Прыгать через большой обруч как через скакалку. Упражнения в бросании, ловле и метании. Бросать мяч вверх, об землю и ловить его двумя руками не менее 20 раз, одной — не менее 10 раз подряд с хлопками, поворотами и другими заданиями; из одной руки в другую с отскоком от пола. Перебрасывать мяч друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3—4 м), из положения сидя по-турецки, через сетку; перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг). Бросать в цель из разных исходных положений (стоя на коленях, сидя и др.). Метать в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 4—5 м; в движущуюся цель. Метать вдаль на расстояние не менее 6—12 м. Упражнения в ползании и лазании. Ползать на четвереньках по гимнастической скамейке; на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползать под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Перелезть через гимнастическую стенку и спускаться с нее с противоположной стороны. Переходить с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Влезать на лестницу и спускаться с нее быстро; менять темп лазания, сохранять координацию движений, используя перекрестную и одноименную координацию движений рук и ног; Лазать по веревочной лестнице, по канату, захватывая канат ступнями ног и вися в положении стоя (воспитатель конец каната); выпрямлять ноги, захватив канат ступнями ног, одновременно сгибать руки; перехватывать канат руками вверх до их выпрямления (ноги выпрямлены); влезать на канат на доступную высоту. Упражнения в равновесии. Пройти по гимнастической скамейке: боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Идти по гимнастической скамейке, посередине остановиться и перешагнуть палку (обруч, веревку), которую держат в руках; присесть и повернуться кругом, встать и идти дальше; перепрыгнуть ленточку, идти дальше. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности.

Пройти по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. Упражнения в построении и перестроении. Самостоятельно, быстро и организованно строиться в колонну по одному, парами, в круг, в несколько колонн (звеньев), в шеренгу. Равняться в колонне, в шеренге, в круге. Перестраиваться из одной колонны в несколько на ходу; из одного круга в несколько. Делать повороты (направо и налево). Рассчитываться на первый-второй, после чего перестраиваться из одной шеренги в две. При построении в три колонны размыкаться и смыкаться приставными шагами. Делать повороты на углах во время движения. Останавливаться после ходьбы всем одновременно. Общеразвивающие упражнения: упражнения для рук и плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед — в стороны, поднимаясь на носки, в положении стоя, пятки вместе, носки врозь; отставляя одну ногу назад на носок; прижимаясь к стене. Поднимать руки вверх — в стороны из положений руки перед грудью, руки к плечам. Поднимать и опускать плечи. Энергично разгибать вперед и в стороны согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки): отводить локти назад 2—3 раза и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью. Делать круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Совершать руками разнонаправленные движения. Вращать обруч пальцами одной руки вокруг вертикальной оси (как юлу), на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку.

Упражнения для ног. Выставлять ногу вперед на носок крестно. Приседать, держа руки за головой, сгибая к плечам. Сгибать ноги поочередно в стойке ноги врозь, одну ногу 2—3 раза подряд (пружинисто). Приседать в положении ноги врозь: переносить вес тела с одной ноги на другую (не подниматься). Делать выпад вперед — в сторону. Махом вперед доставать носком выпрямленной ноги ладони вытянутых вперед рук (одноименной и противоположной). Свободно размахивать ногой вперед и назад, держась рукой за рейку, лестницу, спинку стула. Захватить палку ступнями ног посередине и поворачивать ее на полу. Упражнения для туловища. Опускать, поднимать голову, поворачивать ее в стороны. Поворачиваться в стороны, поднимая руки вверх — в стороны, из-за головы, из положения руки к плечам. Наклоняться вперед, подняв руки вверх, медленно, подряд 2—3 раза, держа руки в стороны. Стоя, вращать верхнюю часть туловища. В упоре сзади сидя поднять обе ноги, оттянуть носки, удерживать ноги в этом положении. Переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Садиться из положения, лежа на спине, закрепив ноги, и снова ложиться; прогибаться, лежа на животе. Лежа на спине, поднимать одновременно обе ноги, стараясь коснуться положенного за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую

назад (носок опирается о пол). Пробовать присесть и встать на одной ноге. Лежа на спине, группироваться и покачиваться в этом положении; перекатываться в положении группировки на бок. Пытаться делать кувырок с поддержкой. Подтягиваться на руках, помогая ногами, на гимнастической скамейке, лежа на спине. Сгибать и разгибать руки, опираясь о стенку (держась за рейку гимнастической стенки) на уровне груди. Отрывать ноги от пола (или рейки гимнастической стенки), стоя спиной к гимнастической стенке ухватившись за ее рейку руками как можно выше над головой; поочередно поднимать ноги, согнутые в колене; поочередно поднимать прямые ноги

Как следует из ФГОС ДО, целевые ориентиры не могут служить непосредственным основанием при решении управленческих задач, включая:

- Аттестацию педагогических кадров;
- Оценку качества образования;
- Оценку как итогового, так и промежуточного уровня развития детей, в том числе в рамках мониторинга (в том числе в форме тестирования, с использованием методов, основанных на наблюдении, или иных методов измерения результативности детей);
- Оценку выполнения муниципального (государственного) задания посредством их включения в показатели качества выполнения задания;
- Распределение стимулирующего фонда оплаты труда работников Организации.

Однако педагог в ходе своей работы должен выстраивать индивидуальную траекторию развития каждого ребенка. Для этого педагогу необходим инструментарий оценки своей работы, который позволит ему оптимальным образом выстраивать взаимодействие с детьми. В представленной системе оценки результатов освоения Программы отражены современные тенденции, связанные с изменением понимания оценки качества дошкольного образования.

В первую очередь, речь идет о постепенном смещении акцента с объективного (тестового) подхода в сторону аутентичной оценки. Уходя своими корнями в традиции стандартизированного теста, обследования в рамках объективного подхода были направлены на определение у детей различий (часто недостатков) в ходе решения специальных задач. Эти тесты позволяют сравнить полученные результаты с нормой, предоставляя тем самым информацию о развитии каждого ребенка в сравнении со сверстниками. Поэтому подобные тесты широко используются для выявления детей, которые попадают в группу педагогического риска.



Основным недостатком такого подхода является то, что искусственные задания часто весьма далеки от повседневной жизни детей, поэтому они не могут в полной мере отразить реальные возможности дошкольников. Тестовый подход не учитывает особенностей социальной окружения детей, и прогнозы, которые строятся на его результатах, весьма условны. В основе аутентичной оценки лежат следующие принципы:

Во-первых, она строится в основном на анализе реального поведения ребенка, а не на результате выполнения специальных заданий. Информация фиксируется посредством прямого наблюдения за поведением ребенка. Результаты наблюдения педагог получает в естественной среде (в игровых ситуациях, в ходе режимных моментов, на занятиях), а не в надуманных ситуациях, которые используются в обычных тестах, имеющих слабое отношение к реальной жизни дошкольников.

Во-вторых, если тесты проводят специально обученные профессионалы (психологи, медицинские работники и др.), то аутентичные оценки могут давать взрослые, которые проводят с ребенком много времени, хорошо знают его поведение. В этом случае опыт педагога сложно переоценить.

В-третьих, аутентичная оценка максимально структурирована.

И наконец, если в случае тестовой оценки родители далеко не всегда понимают смысл полученных данных, а потому нередко выражают негативное отношение к тестированию детей, то в случае аутентичной оценки ответы им понятны. Родители могут стать партнерами педагога при поиске ответа на тот или иной вопрос.

Педагогическая диагностика

Реализация программы «От рождения до школы» предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе:

- коммуникации со сверстниками и взрослыми (как меняются способы установления и поддержания контакта, принятия совместных решений, разрешения конфликтов, лидерства и пр.);
- игровой деятельности;

- познавательной деятельности (как идет развитие детских способностей, познавательной активности);
- проектной деятельности (как идет развитие детской инициативности, ответственности и автономии, как развивается умение планировать и организовывать свою деятельность);
- художественной деятельности;
- физической развития.

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

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- оптимизации работы с группой детей.

В ходе образовательной деятельности педагоги должны создавать диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия

## 2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ:

### 2.1. КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НОД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Сентябрь				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя	2-я неделя «Уборка	3-я неделя	4-я неделя
Этапы занятия	«Здравствуй, детский сад»	урожая»	«Перелетные птицы»	«Ветер, ветер ты могуч»
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходьба и бег в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняют равновесие на повышенной опоре, ходьба по скамейке прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на двух ногах из обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу двумя руками снизу, из-за головы Зм.; самостоятельны в организации собственной оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе подвижные игры, уверенно анализируют их.</p>				
Вводная часть	<p>Построение в колонну по одному, расчет на первый второй, перестроение из одной в две колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с</p>			

	выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.			
ОРУ	С малым мячом	На гимнастических скамейках	С палками	С обручем
Основные виды движений	<p>Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием (бокром приставным шагом).</p> <p>Прыжки с места на мат (через набивные мячи)</p> <p>Перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу, ( из-за головы)</p> <p>4. Ползание на животе по гимнастической скамейке</p>	<p>Прыжки с поворотом «крутом», доставанием до предмета.</p> <p>Метание в горизонтальную цель, в вертикальную цель 3</p> <p>Пролезание в обруч разноименными способами, пол шнур 4.</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками, с мешочком на голове</p>	<p>Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа</p> <p>Перебрасывание мяча через сетку</p> <p>Ходьба по гимнастической скамейке, с приседанием на одной ноге другой махом вперед, сбоку скамейки</p> <p>Прыжки через скакалку с вращением перед собой.</p>	<p>Ползание по гимнастической скамейке на животе с подтягиванием руками</p> <p>Ходьба по наклонной доске и спуск по гимнастической стенке</p> <p>Прыжки с места вдаль</p> <p>Перебрасывание мяча из одной руки в другую</p> <p>Упражнение «крокодил»</p>
Подвижные игры	«Совушка»	«Перемени предмет»	«Ловишка, бери ленту»	«Горелки»
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи».	«Карлики и великаны»	«Повторяй за мной». Ходьба с положением рук: за спиной, в стороны, за головой	«Пойдём в гости»

Октябрь				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «Осенья прогулка»	2-я неделя «Листопад»	3-я неделя « Волшебные краски»	4-я неделя «Скакалочка-выручалочка»
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание ,прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие) при выполнении упражнений .ритмической гимнастики под музыку.</p>				
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.			
ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С косичкой	С кубиками
Основные виды движений	Прыжки, спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги.. Ходьба по скамейке с высоким подниманием прямой ноги и хлопок под ней Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой. Ползание на четвереньках,	Ходьба по скамейке приставным шагом, перешагивая через кубики. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между ног Броски мяча двумя руками от груди, передача друг другу из-за головы. Лазание по гимн стенке	Пролезание через три обруча (прямо, боком). 2 Прыжки на двух ногах через препятствие (высота 20 см), прямо, боком. Перелезание с преодолением препятствия. Ходьба по скамейке, на середине поворот.	Ходьба по узкой скамейке Прыжки через веревочку на одной ноге, продвигаясь вперед Перебрасывание мяча друг другу на ходу Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед, ноги на вису

	подлезание под дугу прямо и боком			
Подвижные игры	«Удочка»	«Жмурки»	«Гуси-гуси»	«Мы - весёлые ребята»
Малоподвижные игры	«Съедобное - не съедобное»	«Чудо-остров». Танцевальные движения	«Найди и промолчи»	«Летает-не летает».
Ноябрь				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «По сугробам мы шагаем»	2-я неделя «Снежная карусель»	3-я неделя «День рождение Деда Мороза»	4-я неделя «Мороз - воевода спешит к ребятам»
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание через обруч, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); самостоятельно и при небольшой помощи взрослого выполняет гигиенические процедуры (моет руки прохладной водой после окончания физических упр. и игр; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу). Проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции (радость, удовольствие), слушая поэтические и музыкальные произведения, сопровождающие выполнением упражнений ритмической гимнастики.</p>				
Вводная часть	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал			
ОРУ	Со скакалкой	С обручем	Без предметов	Парами с палкой
Основные виды движений	Прыжки через скамейку Ведение мяча с продвижением вперед	Подпрыгивание на двух ногах «Достань до предмета» Подбрасывание мяча	Подлезание под шнур боком, прямо не касаясь руками пола Ходьба с мешочком	Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч справа и слева от себя

	Ползание на четвереньках, подталкивая головой набивной мяч Бег по наклонной	вверх и ловля после хлопка с кружением вокруг себя Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях,	на голове по гимнастической скамейке, руки на поясе Прыжки с места на мат,	и ловля двумя руками Спрыгивание со скамейки на мат. Ползание до флажка прокатывая мяч впереди себя Лазание по гимн, стенке
Подвижные игры	«Быстро возьми, быстро положи»	«Удочка»	«Кто скорее до флажка докатит обруч»	«Эстафета парами»
Малоподвижные игры	«Самомассаж» ног мячами ежиками	«Затейники»	«Найди, где спрятано»	«Две ладошки», (музыкальная)
Декабрь				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «В царстве Снежной Королевы»	2-я неделя «Все работы хороши»	3-я неделя «Метелица»	4-я неделя «Елочка зеленая в гости к нам пришла»
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет техникой выполнения дыхательных упражнений по методике А. Стрельниковой и самостоятельно их выполняет; умеет задерживать дыхание во время выполнения ходьбы и бега на повышенной опоре. Соблюдает технику безопасности при выполнении прыжков со скамейки и из обруча в обруч; проявляет инициативу в оказании помощи взрослым и детям.				
Вводная часть	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени. Дыхательные упражнения.			

ОРУ	Без предметов	С мячом	С обручами	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	Прыжки из глубокого приседа Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием Метание набивного мяча вдаль Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед	Перебрасывание мячей друг другу двумя руками вверх и ловля после хлопка. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками. Ходьба с перешагиванием через 5-6 набивных мячей Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролет Прыжки на двух ногах через шнур (две ноги по бокам- одна нога в середине)	Лазание по гимнастической стенке разноименным способом (вверх, вниз). Метание мешочков вдаль правой и левой рукой. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	Ходьба по гимнастической скамейке с отбиванием мяча о пол Прыжки с разбега на мат Метание в цель Ползание на четвереньках с прогибом спины внутрь(кошечка) и с мешочком на спине
Подвижные игры	«Хитрая лиса»	«Охотники и зайцы»	«Пожарные на ученьях»	«Два мороза»
Малоподвижные игры	«Фигуры».	«Тише-едешь, дальше будешь».	«Найди и промолчи»	«Подарки»
Январь				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы	1-я неделя «Новый	2-я неделя	3-я неделя «Зимние	4-я неделя «В гости к

Этапы занятия	год»	«В стране Лапландии»	забавы»	Снеговику»
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание через обруч, прыжки на 2х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствия); проявляет активность при участии в п/и,.; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх</p>				
Вводная часть	<p>Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево, ходьба и бег по кругу, бег змейкой, по диагонали, на носках, пятках, в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени с выполнением заданий, челночный бег.</p>			
ОРУ	С палкой	С мячом	С гирями	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	<p>Ходьба по наклонной доске(40см). Прыжки в длину с места Метание в обруч из положения стоя на коленях (правой и левой) Ходьба по гимн, скамейке с перебрасыванием малого мяча из одной руки в другую</p>	<p>Ходьба с перешагиванием, с мешочком на голове. Ползание по гимнастической скамейке спиной вперед - ноги на вису Прыжки через веревочку (две ноги с боку - одна в середине) Ведение мяча на ходу (баскетбольный вариант)</p>	<p>Подлезание под шнур боком, не касаясь руками пола. Ходьба по узенькой рейке прямо и боком Прыжки в высоту с места «Достань до предмета» Перебрасывание мяча снизу друг другу Кружение парами</p>	<p>Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот крутом и пройти дальше, спрыгнуть, с перешагиванием через рейки Прыжки в длину с места. Метание мяча в вертикальную цель Пролезание в обруч правым и левым боком</p>
Подвижные игры	«Ловишка с мячом»	«Догони свою пару»	«Ловля обезьян»	«Мы веселые ребята»



Малоподвижные игры	«Ножки отдыхают».	«Зимушка- зима».	«Затейники»	«Две ладошки»
Февраль				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «В гости к Фее Февралевне»	2-я неделя «Профессии»	3-я неделя «Зимовье зверей»	4-я неделя «Снег, снежинка, снежный ком»
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо вперед), перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками парами	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	Ходьба по скамейке боком приставным шагом Прыжки в длину с разбега Отбивание мяча правой и левой рукой Ползание по-пластунски до	Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. Лазание по	Ходьба по наклонной доске, спуск по лесенке Прыжки через бруски правым боком Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо Ходьба по гимнастической	Построение в шеренгу, проверка осанки. Ходьба в колонне по одному с заданием. Бег между предметами и с изменением направления движения до двух минут. Перестроение из одной

	обозначенного места	гимнастической стенке с использованием	стенке спиной к ней Перебрасывание набивных мячей	в две в движении. Лазанье - влезание на гимнастическую стенку разноименным и одноименным способом и передвижение по четвертой рейке; спуск вниз, не пропуская реек. Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, приставляя пятку одной ноги к носку другой. Прыжки - с ноги на ногу, продвигаясь вперед до обозначенного места. Школа мяча - отбивание мяча в ходьбе на расстояние 8м. Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой.
Подвижные игры	«Ключи»	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на	«Кто быстрее»

			полу»	эстафета с мячом «Хоп»
Малоподвижные игры	«Самомассаж» лица, шеи, рук	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Стоп»
Март				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «Весна, весна на свете»	2-я неделя «Поиск Золотого ключика»	3-я неделя «Чудо- остров»	4-я неделя «В гостях у Айболита»
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия. Владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры.</p>				
Вводная часть	Перестроение в колонне по одному и по 2, ходьба и бег врассыпную, бег до 2 мин. с перешагиванием ч/з бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С обручем	С султанчиками под музыку
Основные виды движений	Ходьба по гимнастической скамейке с подниманием прямой ноги и хлопка под ней Метание в цель из разных исходных положений	Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики с хлопками над головой Перебрасывание мяча другу из-за головы. Ползание на спине по гимнастической скамейке	Ходьба по узкой поверхности боком, с хлопками над головой Перебрасывание мяча из левой в правую руку с отскоком от пола Ползание по скамейке	Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с хлопками за спиной Прыжки со скамейки на мат Лазание по

	Прыжки из обруча в обруч Подлезание в обруч разными способами	Прыжки на одной ноге через шнур	по-медвежьи Прыжки через шнур две ноги в середине одна.	гимнастической стенке разноименным способом
Подвижные игры	«Горелки»	«Пожарные на учении»	«Бездомный заяц»	«Караси и щука»
Малоподвижные игры	«Мяч ведущему»	«Море волнуется»	«Подойди не слышно»	«Самомассаж» лица, шеи, рук
Апрель				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «Умей чувствовать себя»	2-я неделя «Космическое путешествие»	3-я неделя «Если будет трудно»	4-я неделя «Страна Спортландия»
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, крутом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба на счет четыре, на носках, правым боком, спиной вперед, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево			
ОРУ	Без предметов	С обручем	С кольцом	С мешочками
Основные виды движений	Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча перед собой на каждый шаг и за спиной	Ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове Пролезание в обруч боком Отбивание мяча одной рукой между кеглями	Ходьба по скамейке спиной вперед Прыжки в длину с разбега Метание вдаль набивного мяча	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе через предметы Пребрасывание мяча

	Прыжки на двух ногах вдоль шнура Переброска мячей в шеренгах Вис на гимнастической стенке	Прыжки через короткую скакалку	Прокатывание обручей друг другую	за спиной и ловля его двумя руками. Лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет Прыжки через длинную скакалку
Подвижные игры	«Догони свою пару»	«Удочка»	«Мышеловка»	«Ловишка с ленточками
Малоподвижные игры	«Стоп»	«Найди и промолчи»	«Паращют»	«Кто ушел»
Май				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «В гостях у Скамейки Посиделковны»	2-я неделя «В стране Попрыгуний»	3-я неделя «Дельфиниада»	4-я неделя «Подводный мир»
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперёд и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполняет команды «вперёд, назад, кругом» при ходьбе на повышенной опоре; умеет соблюдать правила игры и меняться ролями в процессе игры				
Вводная часть	Ходьба и бег парами, бег змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; широким шагом, с перекатом с пятки на носок, на низких четвереньках спиной вперед			
ОРУ	Без предметов	Со скакалками	С палками	С обручами под музыку

Основные виды движений	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове. Прыжки в длину с разбега. Метание набивного мяча. Ходьба по гимнастической стенке спиной к ней	Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват с боков. Перебрасывание мяча другу во время ходьбы. Прыжки на одной ноге через скакалку	Ходьба по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе. Лазание по гимнастической стенке Прыжки через бруски. Отбивание мяча между предметами, поставленными в одну линию	Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом о пол и ловля двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке на животе 3. Перепрыгивание через скамейку с продвижением вперед Лазание по гимнастической стенке
Подвижные игры	«Быстрые и меткие»	«Парашиют» (с бегом)	«Вышибалы»	«Эстафета парами»
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«Море волнуется»	«Релаксация» «В лесу»	«Тише едешь - дальше будешь»
Июнь				
Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя «На солнечной полянке»	2-я педеля «Ярмарка»	3-я неделя «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»	4-я неделя «Огурчики и помидорчики»
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет основными видами движений и выполняет команды «вперед, назад, вверх, вниз», умеет строиться в колонну по одному и ориентироваться в пространстве; владеет умением прокатывать мяч в прямом направлении; самостоятельно выполняет гигиенические процедуры, соблюдает правила поведения при их выполнении; знает и соблюдает правила безопасности при проведении занятий в спортивном зале и на улице				

Вводная часть	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой па сигнал «Стон»; бег в колонне, врассыпную с высоким подниманием коленей, перестроение в три звена			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем
Основные виды движений	«Веселые ворога и лошадки» (ходьба); «Ловишки» (бег); «Не урони» (равновесие); «Мышки-нарушки» (ползание); «Охотники и зайцы»; «Перепрыгни через кубик» (прыжки).	«Самолеты» (ходьба), «Догони» (бег); «Поезд» (равновесие); «Быстрые жучки» (ползание); «Кто дальше бросит» (бросание, ловля); «Совушка» (прыжки).	«Быстро возьми» (ходьба); «По дорожке» (бег); «По мосту» (равновесие); «Пингвины» (ползание); «Мяч через сетку» (бросание, ловля);	«Слушай сигнал» (ходьба); «Зайцы и волк» (бег); «Парашютисты» (равновесие); «Котята и щенята» (ползание); «Подбрось - поймай» (бросание, 1 ловля); «Лягушата»
Подвижные игры	«Кто»	«Пробеги тихо»	«Огуречик, огуречик»	«Подарки»
Малоподвижные игры	«Гуси идут купаться». Ходьба в колонне по одному	«Карлики и великаны»	«Повторяй за мной». Ходьба с положением рук: за спиной, в стороны, за головой	«Пойдем в гости»

## 2.2 Формы, методы и приёмы организации образовательной области «Физическое развитие».

Образовательная деятельность тренировочного типа, которая направлена 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), передвигаю гея, 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-проверочная деятельность, целью которой является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений.

Методы и приемы обучения:

Наглядные:

наглядно - зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и оборудования, зрительные ориентиры);

- тактильно - мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.
- слушание музыкальных произведений;

Практические:

- 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.



### 2.3. Перспективный план работы взаимодействия инструктора по физической культуре и воспитателей

Срок проведения	Тема консультаций	С кем проводиться
Сентябрь	«Гигиеническое значение спортивной формы»	Воспитатели всех групп
Октябрь	Подведение итогов диагностики	Воспитатели всех групп
Ноябрь	«Нетрадиционные методы оздоровления дошкольников»	Воспитатели всех групп
Декабрь	«Значение физ. минуток»	Воспитатели всех групп
Январь	«Достижения воспитанников ГБДОУ в спорте»	Педсовет
Февраль	«Подвижные игры - путь к ЗОЖ»	Воспитатели всех групп
Март	«Весенние подвижные игры»	Воспитатели всех групп
Апрель	«Воздух, солнце и вода наши лучшие друзья»	Воспитатели всех групп
Май	«Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в 2015-2016 учебном году»	Педсовет
Июнь	Подвижные игры в летний период	Воспитатели всех групп

### 2.4. Перспективный план работы взаимодействия инструктора по физической культуре и родителей

Срок проведения	Выступления на родительском собрании	Открытые физ. занятия	Анкетирование родителей и рекомендации	Группы
Сентябрь	«Гигиенические требования к одежде»			Все группы

	ребенка»			
Октябрь			«Двигательные предпочтения детей» (анкетирование)	Со средней группы
Ноябрь			«Роль семьи в физическом воспитании ребенка» (консультации)	Все группы
Декабрь	«Парные физические упражнения взрослого с ребенком»			Старшие группы
Январь				
Февраль			«Утренняя гимнастика в семье»	Подготовительные группы
Март		Спортивное развлечение для родителей «Малые олимпийские игры»		Старшие группы
Апрель	Повышение двигательной активности детей посредством подвижных игр (консультация)			Все группы
Май	Чем полезен оздоровительный бег (консультация)			Старшие и подготовительные группы
Июнь			Лето: как провести с пользой для здоровья	Все группы

			(рекомендации)	
--	--	--	----------------	--

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1 Принципы организации образовательной области

Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

Принцип развивающего обучения от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.

Принцип интеграции: процесс оздоровления детей в ГБДОУ осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечет нуги совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

#### Структура образовательной деятельности

Перед началом каждой темы (с целью создания интереса и мотивации) дети знакомятся с видом спорта изучаемой темы.

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является - тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

#### Интеграция образовательных областей

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

Социально-коммуникативное развитие. Развивать игровой опыт совместной игры взрослому с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментов и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

Познавательное развитие. Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Речевое развитие. Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

Художественно-эстетическое развитие. Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально- ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

Физическое развитие. Развивать физические способности детей? быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы. Сформировать понятие о физической красоте тела: прямая спина, подтянутый живот и т.н. Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

#### Образовательная нагрузка в соответствии с СанПиНом 2.4.3049-13

Возрастная группа	Количество НОД в неделю/время
-------------------	-------------------------------

Младшая группа	2/15
Средняя группа	2/20
Старшая группа	2/25
Подготовительная группа	2/30

Культурно-досуговая деятельность (праздники, досуги)

Месяц	Тема события	Тема спортивного праздника, досуга	Группа
Сентябрь	«Осенние краски»	Досуг «На лесной полянке» Досуг «Смешинка»	Все группы
Октябрь	«Край, в котором мы живем»	Досуг «Спортивная площадка садика»	Все группы
Ноябрь	«Вся семья вместе и душа на месте»	Досуг «Вместе с мамой»	Все группы
Декабрь	«Пришла волшебница зима»	Досуг «Ах, как весело зимой!» Досуг «В гостях у сказки»	Все группы
Январь	«Месяц январь - зимы государь»	Досуг «Народное гулянье!» Досуг «Путешествие в зимнюю сказку»	Все группы Младшие
Февраль	«Крепок телом - богат делом»	Досуг «Богатырские потехи» Досуг «Встреча со Снеговиком»	Все группы
Март	«Мир вокруг меня»	Праздник «Веселая Масленица» Досуг «Приглашаем детвору на веселую игру»	Старшие группы
Апрель	«В солнечном царстве, космическом государстве»	Досуг «Космическое путешествие» Досуг «Ералаш»	Старшие; подготовительные. Все группы
Май	«Миру - мир»	Досуг- «В гостях у солнышка»	Все группы
Июнь	«Летняя пора»	Досуг «Мой веселый звонкий мяч» Праздник «День защиты детей»	Все группы Средние группы

Условия реализации программы:

Особенности организации, развивающей предметно - пространственной среды физкультурного зала.

Среда развития ребенка - его пространство его жизнедеятельности. Его условия, в которых протекает его жизнь в дошкольном учреждении. Эти условия следует рассматривать как фундамент, на котором закладывался 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. Для полноценного физического развития детей, удовлетворения потребности в движении в дошкольном учреждении должны быть созданы определенные условия. В групповых комнатах выделено достаточно места для активного движения, физкультурные уголки наполнены разнообразными пособиями, в том числе и изготовленные своими руками. Должны быть оборудованы спортивные залы и площадки на улице с различным спортивным инвентарем. Так, в группе должно быть выделено достаточно места для активного движения, физкультурных пособий, спортивных комплексов и тренажеров. Все это повышает интерес детей к физкультуре, развивает жизненно важные качества, увеличивает эффективность занятий, позволяет упражняться во всех видах основных движений в помещении. На участке ДОО желательно оборудовать физкультурную площадку с зонами для подвижных и спортивных игр, беговыми дорожками, «полосами препятствий» и т.д.

Все это повышает интерес к физкультуре, развивает жизненно важные качества, увеличивает эффективность занятий. Особое значение в воспитании здорового ребенка придается развитию движений и физической культуры детей на физкультурных занятиях. Поэтому необходимо использовать разнообразные варианты проведения физических занятий: традиционные занятия, занятия-соревнования, занятия с играми разной подвижности, занятия с элементами танцевальных движений, занятия серии «здоровье». Где детям прививаются навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи. Но нельзя лишать ребенка естественной активности, загоняя ее лишь в рамки специальных физкультурных занятий. Необходимо развивать двигательную активность детей на прогулке, в играх используя возможности оборудования на участке детского сада и во всех других видах детской деятельности.

В нашем детском саду созданы все условия для физического развития детей, как в спортивном зале, так и на спортивном участке:

- Скамейки - 6 шт.

Гимнастические стенки - 3 шт.

- Мешочки для метания - 100 - 120 г - 12 шт.

- Мячи резиновые (различного диаметра) - 20 шт.

- Прыгающий мяч с ручкой (д - 45 см) — 10 шт.

- Мяч футбольный 2 шт.

- Мяч баскетбольный - 1 шт.

- Лабиринт игровой - 2 шт.

- Баскетбольные кольца - 2 шт.

- Мат гимнастический 2 шт

- Канат для перетягивания х/б 10м

- Клюшка с шайбой (комплект) - 1

- Конус сигнальный - 10 шт.

- Футбольные ворота - 2 шт.

- Доска наклонная с гладкой поверхностью - 1 шт.

- Турник-1 шт.

Учебно-методическое обеспечение

Материально - технические (пространственные) условия организации физической культуры детей:

Уголок для двигательной активности ребенка;

Информационная панка;

Уголок нетрадиционного физического оборудования;

Физкультурный зал;

Спортивная площадка, оснащенная спортивным инвентарем, оборудованием, участки детского сада, оснащенные спортивным оборудованием.

Технические средства обучения:

Магнитофон; \*CD и аудио материал.

Иллюстрации и репродукции (виды спорта); \*Игровые атрибуты для подвижных игр.



3.2 Методическое сопровождение реализации основной образовательной программы ГБДОУ детский сад №80 (В соответствии с ФГОС ДО)

Направление	Автор	Наименование, год издания	Примечание
Приобретение дошкольникам опыта двигательной активности	Л.И. Пензулаева	Физическая культура в детском саду - Система работы в средней группе (Мозаика - Синтез, 2012)	
	Л. И. Пензулаева	Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет (Владос, 2001)	
	Л.И. Пензулаева	Физическая культура в детском саду - Система работы в подготовительной к школе (Мозаика - Синтез, 2012)	
	Л.И. Пензулаева	Физическая культура в детском саду - Система работы в старшей группе (Мозаика-Синтез, 2012)	
	О.Н. Казак	Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет (Союз, 1999)	
	М.А.Рунова	Двигательная активность ребенка в детском саду 5-7 лет (Мозаика-Синтез, 2000)	
	Л.И. Пензулаева	Физкультурные занятия в детском саду - Вторая младшая группа (Мозаика - Синтез, 2012)	
	И.Е. Аверина	Физкультурные минутки в детском саду (Айрис Пресс, 2011)	Практическое пособие
	Е.А. Алябьева	Нескучная гимнастика (Сфера, 2014)	Тематическая утренняя зарядка для детей 5-7- лет
	Л.И. Пензуласва	Оздоровительная гимнастика для детей 3 -7 лет (Мозаика - Синтез, 2011)	Комплексы оздоровительно й гимнастики
М.М. Борисова	Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет (Мозаика - Синтез, 2012)		
Э.Я. Степаненкова	Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет (Мозаика - Синтез,		

	2012)	
Г.А. Прохорова	Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет (Айрис Пресс, 2010)	Практическое пособие
С. В. Силантьева	Подвижные игры ка каждый день для укрепления здоровья детей (Литера, 2012)	
Г.Д. Глазырина	Занятия по физической культуре в старшей группе ДУ с применением нетрадиционных методов обучения и воспитания (НМ Центр, 1995)	Методические рекомендации
Э. Смолякова; М. Кулешова	Развивающие игры для тетей от 2 до 5 лет (Астрель, 2009)	
М.Ю. Картушина	Сюжетные физкультурные занятия для средней группы ДООУ (Скрипторий, 2003)	
А.И. Буренина	Ритмическая мозаика	Программа по ритмической пластике для детей
Ж.Е. Фирн лева; Е.Г. Сайкина	СА - ФИ - ДАНСЕ. Танцевально-игровая гимнастика для детей (Детство - пресс, 2000)	Учебно-методическое пособие для педагогов ДООУ
К. К. Утробина	Занимательная физкультура для дошкольников 5-7 лет (ГНОМ и Д, 2003)	
К.К. Утробина	Занимательная физкультура для дошкольников 3-5 лет (ГНОМ .2003)	
Л. Соколова	Физическое воспитание детей 3-4 лег (КАРО, 2012)	
Н.И. Николаева	Школа мяча (Детство-Пресс, 2012)	

М.А. Фисенко	Физкультура. Первая и вторая младшие группы (Корифей, 2007)	Разработки занятий
Л.В. Игнатова; О.И. Волик; В.Д. Кулакова; Г.А. Холюкова	Программа укрепления здоровья детей в коррекционных группах (Сфера, 2008)	
И.А. Гирчснко	Подвижные игры (Мой Мир, 2008)	
Г.В. Хухласва	Занятия по физической культуре с детьми 2-4 лет в малокомплектном саду (Просвещение, 1992)	
В.Я. Лысова; Т.С. Яковлева; М.Б. Зацепина; О.И. Воробьева	Спортивные праздники и развлечения для детей старшего дошкольного возраста (Аркти, 2000)	
Н. Ефименко	Театр физического развития и оздоровления детей (65Лица-Пресс, 1999)	
О.М. Литвинова	Спортивные упражнения и игры в детском саду (Феникс, 2010)	
Э.Й. Адашкявичене	Спортивные игры и упражнения в детском саду (Просвещение, 1992) д ЛИ®	
Л.Л. Соколова	Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников (Детство-Пресс, 2012)	
Е.П. Подольская	Необычные физкультурные занятия для дошкольников (Учитель, 2010)	
М.Д. Маханева	Воспитание здорового ребенка (Аркти, 1999)	
Л.Л. Уланова; С.О.	Методические рекомендации по организации и проведению	

Иордан	прогулок детей 3-7 лет (Детство-Пресс,2007)	
Е.А. Сннкевич Т.В. Большсва	Физкультура для малышей (Детство-ПрссДОО)	Методическое пособие для воспитателей
Н.И. Бочарова	Физическая культура дошкольника в ДОУ (Центр педагогического образования. 2007)	
Т.И. Динго	Игры детей мира (Академия развития, 1998)	
Л.И. Пснзуласва	Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет (Владос,2001)	
Э.Я. Стенаненкова	Физическое воспитание в детском саду для занятий с детьми 2-7 лет (Мозаика-Синтез,2009) . %	Программа и методические рекомендации
Е.Н.Вареник	Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет (Сфера, 2006)	
Н.Б. Мулаева	Занятия по физической культуре для дошкольников (Детство-Пресс, 2010)	Конспекты - сценария
Л.В. Яковлева; Р.А. Юдина	Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет (Владос, 2003)	Часть 3. Пособие для педагогов ДОУ
Е. Кулагина	Физическая культура для детей от 2 до 9 лет	
Т.Г. Анисимова; Е.Б. Савинова	Физическое развитие для детей 5-7 лет (Учитель.2009)	

Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере	А.И. Константинова	Сюжетно-ролевые игры для дошкольников, 1994 Игровой стейчинг. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стрейчингом (Санкт-Петербург, 1993)	Методика работы с детьми дошкольного возраста
	Л.И. Латохина	Хатха-Йога для детей (Просвещение, 1993)	
	М.Н. Щетинин	Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей (Айрис Пресс, 2008)	Методическое пособие
Становление ценностей здорового образа жизни	Г.П. Шалаева	Большая книга о спорте (АСТ-Слово, 2010)	
	М. Федотов, Е. Трони	Дошкольный спорт и оборудование детских комнат (Феникс, 2008)	

### Список литературы

1. Н.Е. Веракса; Т.С.Комарова; М.А.Васильева «От рождения до школы»- примерная общеобразовательная программа дошкольной
2. Федеральный закон РФ от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации» образования (пилотный вариант).
3. Пеизуласва Л. И. Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа.
4. Гензуласва Л. И. Физическая культура в детском саду. Средняя группа.
5. Пеизуласва Л.И. Физическая культура в детском саду. Старшая группа
6. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа
7. Стенаиенкова Э. Я. Методика физического воспитания.
8. Степанснкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр.
9. Стсиаиснкова Э. Я. Сборник подвижных игр.
- 10.Ю.Стенаиенкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2 -7 лет.
- 11.Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для занятий с детьми 3-7 лет.
- 12.Л.Соколова Физическое воспитание детей 3-4