

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад №223»

пр. Коммунистический,12/4

тел/факс(863)г.222-13-71

Принято

«Утверждаю»

Педагогическим советом

МБДОУ №223

Протокол № 1 от 31.08.2017

Заведующий МБДОУ №223



И.А.Зеркаль

Рабочая программа
по физической культуре (Пензулаева Л.И.)

в рамках реализации программы

«От рождения до школы»

Н.Е.Верaksa, Т.С.Комарова,М.А.Васильева.

(дети от 3-4 лет, младшая группа)

г.Ростов-на-Дону

2017 г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1.Целевой разделстр.3-7
- 2.Содержание программы.....стр.8-12
- 3.Организационный раздел.....стр.13-19

1.Целевой раздел
Пояснительная записка
Нормативные основания:

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №223» города Ростова-на-Дону;
- Основная общеобразовательная программа дошкольного образования муниципального дошкольного образовательного бюджетного учреждения «Детский сад №223»

Цель:

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

Задачи:

Физическая культура

- формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Здоровье

- охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья через сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно – гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Принципы и подходы к формированию программы

Программа «Физическая культура»:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
- соответствие комплексно-тематическому принципу построения образовательного процесса;
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»);
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников;
- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей; самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра.

Сформулированные выше принципы безусловно носят здоровьесберегающий характер, обеспечивая полноценное психическое

развитие, сохранение эмоциональной сферы, формирование базисных характеристик личности.

Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики

Объем программы -72 (академических часа)

Формы реализации:

- ✓ НОД(занятия), 2 раза в неделю по 15 минут,
- ✓ Утренняя гимнастика,
- ✓ Спортивные игры и игровые упражнения,
- ✓ Физкультурные досуги, состязания,
- ✓ Интегративная деятельность,
- ✓ совместная деятельность педагога с детьми,
- ✓ самостоятельная деятельность детей,
- ✓ проведение контрольно-диагностических занятий 2 раза в год,
- ✓ конструктивное взаимодействие с педагогами, семьей

Планируемые промежуточные результаты освоения Программы

Промежуточные результаты освоения Программы формулируются в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом (ФГОС) через раскрытие динамики формирования интегративных качеств воспитанников в каждый возрастной период освоения Программы по всем направлениям развития детей.

К четырехлетнему возрасту при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками»

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме. Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности. Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры.

Самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

Интегративное качество «Овладевший необходимыми умениями и навыками»

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

Образовательная область «Здоровье»

Приучен к опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).

Владеет простейшими навыками поведения во время еды, умывания.

Образовательная область «Физическая культура».

Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.

Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.

Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.

Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.

Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.

Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Способы проверки результатов образовательной области «Физическое развитие»

Месяц	Способ проверки	Автор диагностического материала	Тестовый материал
Сентябрь, май	Диагностика	.Ноткина Н.А., и др	приложение №1

Протоколы физической подготовленности детей в МБДОУ №223

Группа _____

Воспитатели _____

Дата проведения : сентябрь, май 201 -201 уч.г.

физинструктор __Карпова О.Г.____

Кол-во детей _____

	Фамилия , имя ребенка	Состояние здоровья				Физическое развитие	Физическая подготовленность						Готовность		
		Группа		З и Ф			Бег(10 м с/х)		прыжки в длину с места		Метание на дальность (правой и левой рукой)				
		Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г
1															
2															
3															

Усвоение программного материала по образовательной области «Физическое развитие»

Показатели	Дети(проценты)
высокий	
средний	
низкий	

II. Содержание программы

	дата	тема	объем в часах	примечание
сентябрь	1 неделя	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	1	
	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте.	1	
	3 неделя	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	1	
	4 неделя	Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур.	1	
		диагностика	4	
октябрь	1 неделя	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры: развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках.	2	
	2 неделя	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом	2	
	4 неделя	Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии	2	

ноябрь	1 неделя	неделя здоровья	2	
	2 неделя	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках	2	
	3 неделя	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий; прыжках из обруча в обруч, учить приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча друг другу, развивая координацию движений и глазомер.	2	
	4 неделя	Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.	2	
	5 неделя	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий, развивая внимание, реакцию на сигнал воспитателя; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии.	2	
декабрь	1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках	2	
	2 неделя	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу.	2	

	4 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске.	2	
январь	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.	2	
	3 неделя	Упражнять в умении действовать по сигналу воспитателя в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании, развивая координацию движений.	2	
	4 неделя	Повторить ходьбу с выполнением заданий. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	2	
февраль	1 неделя	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	2	
	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом.	2	

	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	2	
	4 неделя	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнение в равновесии.	2	
март	1 неделя	Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.	2	
	2 неделя	. Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе переменным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.	2	
	4 неделя	Неделя здоровья	2	
апрель	1 неделя	Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	2	

	2 неделя	Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	2	
	3 неделя	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.	2	
	4 неделя	Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание между предметами; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре.	2	
май	1 неделя	Повторить ходьбу и бег враспынную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках.	1	
	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча друг другу.	1	
	3 неделя	Ходьба с выполнением заданий по сигналу воспитателя: упражнять в бросании мяча вверх и ловля его; ползание по гимнастической скамейке	1	
	4 неделя	Упражнять в ходьбе и беге по сигналу воспитателя; в лазании по наклонной лесенке; повторить задание в равновесии.	1	
	диагностика		4	

III . Организационный раздел

Совместная досуговая деятельность воспитателя с детьми

Месяц	Досуг
Октябрь	«Веселые мячики»
Ноябрь	«Здоровье дарит Айболит»
Декабрь	«В гостях у спортка»
Январь	«Зимние забавы»,
Февраль	«День защитника Отечества»,
Март	«Масленица»
Апрель	«Мы растем здоровыми».
Май	«Солнечные зайчики»
Июнь	«День защиты детей»;

Взаимодействие с педагогами по реализации ООП, область «Физическое воспитание»

Месяц	Формы работы	Цели
Сентябрь	«Организация самостоятельной двигательной деятельности детей» (памятка)	Напомнить педагогами принципы организации двигательной деятельности с детьми
Октябрь	«Использование подвижных игр для повышения двигательной активности детей» (консультация)	Оказание помощи воспитателям в применении подвижных игр в совместной деятельности с детьми на прогулке.

Ноябрь	«Гимнастика детей после дневного сна» (консультация)	Оказание помощи в выборе упражнений после дневного пробуждения
Декабрь	«Формирование потребности в здоровом образе жизни» (консультация)	Знакомство педагогов со здоровьесберегающими технологиями
Январь	«Игровой самомассаж» (семинар-практикум)	Знакомство воспитателей с игровым самомассажем Оказание помощи в создании картотеки
Февраль	«Организация образовательной деятельности области «Физическое воспитание» в режимных моментах» (памятка).	Повышение компетентности воспитателей в области физического воспитания.
Март	«Закаливание в ДОУ»(памятка).	Познакомить воспитателей с видами закаливания
Апрель	«Роль физкультурных минуток для здоровья дошкольников»(консультация).	Оказание помощи в подборе физкультминуток
Май	«Организация работы педагогов по физическому воспитанию в летний оздоровительный период» (консультация).	Повышение компетентности педагогов в области физического воспитания в летний оздоровительный период.

В течение года	<p>Музыкальный руководитель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ совместное проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий; ✓ совместное составление сценариев и проведение спортивных праздников, развлечений; ✓ помощь в подборе музыки к занятиям, развлечениям <p>Педагог-психолог:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ изучение психологических характеристик детей; ✓ консультации, беседы о работе с гиперактивными, замкнутыми в себе детьми.
-----------------------	---

**Взаимодействие с родителями по реализации ООП, область
«Физическое воспитание»**

месяц	Содержание работы
Сентябрь	Памятка «Семейный кодекс здоровья»
Октябрь	«Физическое воспитание детей в МБДОУ» (родительское собрание)
Ноябрь	Памятка «Не мешайте лазать детям»
Декабрь	консультация «Движение как способ жизни ребенка»
Январь	Памятка «Как закалять ребенка»
Февраль	Памятка «Дыхательная гимнастика»
Март	Памятка «Оздоровливаем ребенка дома»
Апрель	Памятка «Лечебная гимнастика»
Май	Консультация «Летний отдых»
в течение года	<ul style="list-style-type: none"> • Знакомить родителей с возможностями детского сада, а также близлежащих учреждений дополнительного образования и культуры в физическом воспитании детей • Привлекать родителей к разнообразным формам совместной деятельности с детьми в детском саду, (праздники, досуги, развлечения,). • Информировать родителей о спортивных мероприятиях, проходящих в учреждениях дополнительного образования .

Создание развивающей среды для реализации программы

Направление развития	Обеспечение специализированных кабинетов с перечнем основного оборудования
<p style="text-align: center;">Физическое развитие</p>	<p><u>Музыкально-физкультурный зал(1):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - стационарная «Дорожка здоровья» для профилактики плоскостопия и закаливания, - фортепиано, - магнитофон, - бубен, - спортивные маты (1), - скамейка гимнастическая(2), - мягкие модули, - дуги для подлезания(5), - канат(1), - обручи пластмассовые, - палки гимнастические, - мячи: резиновые, - мячи-массажеры, - мячи-хопы. - скакалки, - шнуры разной длины, - мешочки с грузом, - кегли, - кольцо бросы -2 шт. <p><u>Спортивная площадка(1):</u></p>

Список использованной литературы:

- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Младшая группа» М.: «Мозаика-синтез», 2015,
- Веракса Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А. «От рождения до школы» Программа воспитания и обучения в детском саду, М.: «Мозаика-синтез», 2010,
- Степаненкова Э.Я. «Сборник подвижных игр», М.: «Мозаика-синтез», 2015, Борисова М.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения», М.: «Мозаика-синтез», 2015,
- Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика », М.: «Мозаика-синтез», 2014,
- Моргунова О.Н. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ», Воронеж ТЦ «Учитель», 2005 г,
- Гаврючина Л.В. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ», , Москва ТЦ «Сфера», 2008 г,
- Муравьев В.А., Назарова Н.Н., «Воспитание физических качеств у детей дошкольного возраста», Москва «АЙРИС ПРЕСС», 2004 г,
- Волошина Л.Н, «Играйте на здоровье», Москва « Аркти» , 2004,
- Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом», Санкт-Петербург « Детство – Пресс», 2008,
- Подольская Е.И. «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников», Москва, 2009 г,
- Литвинова О.М. «Спортивные упражнения и игры в детском саду», Ростов – на-Дону, «Феникс» 2010 г,
- Харченко Т.Е. «Физкультурные праздники в детском саду» , Санкт-Петербург « Детство – Пресс» 2011 г,

-Страковская В.Л ,«Помогите малышу подготовиться к школьной жизни»(оздоравливающие и развивающие подвижные игры от 1,5до 7 лет)
,Москва,«Терра спорт»,201

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

города Ростова-на-Дону «Детский сад №223»

пр. Коммунистический,12/4

тел/факс(863)г.222-13-71

Принято

«Утверждаю»

Педагогическим советом

МБДОУ №223

Заведующий МБДОУ №223

Протокол № 1 от 31.08.2017

И.А.Зеркаль

Рабочая программа
по физической культуре (Пензулаева Л.И.)

в рамках реализации программы

«От рождения до школы»

Н.Е.Веракса, Т.С.Комарова,М.А.Васильева.

(дети от 4-5 лет, средняя группа)

г.Ростов-на-Дону

2017 г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1.Целевой разделстр.3-7
- 2.Содержание программы.....стр.8-12
- 3.Организационный раздел.....стр.13-17

1.Целевой раздел

Пояснительная записка Нормативные основания:

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №223» города Ростова-на-Дону;
- Основная общеобразовательная программа дошкольного образования муниципального дошкольного образовательного бюджетного учреждения «Детский сад №223»

Цель:

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

Задачи:

Физическая культура

- формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Здоровье

- охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья через сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно – гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Принципы и подходы к формированию программы

Программа «Физическая культура»:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
- соответствие комплексно-тематическому принципу построения образовательного процесса;
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»);
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников;
- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей; самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра

Сформулированные выше принципы безусловно носят здоровьесберегающий характер, обеспечивая полноценное психическое развитие, сохранение эмоциональной сферы, формирование базисных характеристик личности.

Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики

Объем программы -72 (академических часа)

Формы реализации:

- ✓ НОД(занятия),2 раза в неделю по 20 минут,
- ✓ Утренняя гимнастика,
- ✓ Спортивные игры и игровые упражнения,
- ✓ Физкультурные досуги, состязания,
- ✓ Интегративная деятельность,
- ✓ совместная деятельность педагога с детьми,
- ✓ самостоятельная деятельность детей,
- ✓ проведение контрольно-диагностических занятий 2 раза в год,
- ✓ конструктивное взаимодействие с педагогами, семьей

Планируемые промежуточные результаты освоения Программы

Промежуточные результаты освоения Программы формулируются в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом (ФГОС)через раскрытие динамики формирования интегративных качеств воспитанников в каждый возрастной период освоения Программы по всем направлениям развития детей.

К пятилетнему возрасту при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками»

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме.

Владеет в соответствии с возрастом основными движениями. Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Самостоятельно выполняет доступные гигиенические процедуры. Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания. Знаком с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Имеет элементарные представления о некоторых составляющих здорового образа жизни: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

Интегративное качество «Овладевший необходимыми умениями и навыками»

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

Образовательная область «Здоровье»

Соблюдает элементарные правила гигиены (по мере необходимости -Т руки с мылом, пользуется расческой, носовым платком, прикрывает рот при кашле).

Обращается за помощью к взрослым при заболевании, травме. Соблюдает элементарные правила приема пищи (правильно пользуется левыми приборами, салфеткой, полоскает рот после еды).

Образовательная область «Физическая культура»

Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд. Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м. Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу. Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).

Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняет ; поворот переступанием, поднимается на горку.

Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.

Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

Способы проверки результатов образовательной области «Физическое воспитание»

Месяц	Способ проверки	Автор диагностического материала	Тестовый материал
Сентябрь, май	Диагностика	.Ноткина Н,А., и др	приложение №1

Протоколы физической подготовленности детей в МБДОУ №223

Группа _____

Воспитатели _____

Дата проведения : сентябрь, май 201 -201 уч.г.

физинструктор __Карпова О.Г. ____

Кол-во детей _____

	Фамилия , имя ребенка	Состояние здоровья				Физическое развитие	Физическая подготовленность								Готовность		
		Группа		З и Ф			Бег(30м,)		прыжки в длину с места		Метание на дальность (правой и левой рукой)		Бег 90м				
		н.г	к.г	н.г	к.г	н.г	к.г	н.г	к.г	н.г	к.г	н.г	к.г	н.г	к.г	н.г.	к.г.
						г	г	г	г	г	г	г	г	г	г		
1																	
2																	
3																	

Усвоение программного материала по образовательной области «Физическое развитие»

Показатели	Дети(проценты)
высокий	
средний	
низкий	

II. Содержание программы

	дата	тема	объем в часах	примечание
сентябрь	1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли) и мягком приземлении при подпрыгивании.	1	
	2 неделя	Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	1	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур .	1	
	4 неделя	Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры	1	
диагностика			4	
октябрь	1 неделя	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.	2	

	2 неделя	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.	2	
	3 неделя	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу	2	
	4 неделя	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры	2	
	1 неделя	неделя здоровья	2	
ноябрь	2 неделя	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча.	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках	2	
	4 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.	2	
	5 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.	2	

декабрь	1 неделя	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие.	2	
	2 неделя	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках.	2	
	4 неделя	Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии.	2	
январь	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках.	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу.	2	
	4 неделя	Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом.	2	
февраль	1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках.	2	

	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами.	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках	2	
	4 неделя	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами.	2	
март	1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	2	
	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег врассыпную.	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке.	2	
	4 неделя	Неделя здоровья	2	
апрель	1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках.	2	
	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель	2	

	3 неделя	Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	2	
	4 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках.	2	
май	1 неделя	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места.	1	
	2 неделя	Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	1	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге врассыпную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель.	1	
	4 неделя	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках.	1	
диагностика			4	

III . Организационный раздел

Совместная досуговая деятельность воспитателя с детьми

Месяц	Досуг
Сентябрь	«День знаний»
Октябрь	«Мячик новый есть у нас»
Ноябрь	«Здоровье дарит Айболит»
декабрь	«С физкультурой мы дружны, нам болезни не страшны».
Январь	«Зимние забавы»,
Февраль	«День защитника Отечества»,
Март	«Масленица»
Апрель	«На лесной полянке»
Май	«Спорт - это сила и здоровье»,
Июнь	«День защиты детей»;

Взаимодействие с педагогами по реализации ООП, область «Физическое воспитание»

Месяц	Формы работы	Цели
Сентябрь	«Организация самостоятельной двигательной деятельности детей» (памятка)	Напомнить педагогами принципы организации двигательной деятельности с детьми
Октябрь	«Использование подвижных игр для повышения двигательной активности детей» (консультация)	Оказание помощи воспитателям в применении подвижных игр в совместной деятельности с детьми на прогулке.
Ноябрь	«Гимнастика детей после дневного сна» (консультация)	Оказание помощи в выборе упражнений после дневного пробуждения
Декабрь	«Формирование потребности в здоровом образе жизни» (консультация)	Знакомство педагогов со здоровьесберегающими технологиями
Январь	«Игровой самомассаж» (семинар-практикум)	Знакомство воспитателей с игровым самомассажем Оказание помощи в создании картотеки с игровым самомассажем
Февраль	«Организация образовательной деятельности области «Физическое воспитание» в режимных моментах» (памятка).	Повышение компетентности воспитателей в области физического воспитания.
Март	«Закаливание в ДОУ» (памятка).	Познакомить воспитателей с видами закаливания
Апрель	«Роль физкультурных минуток для здоровья дошкольников»(консультация).	Оказание помощи в подборе физкультминуток

Май	«Организация работы педагогов по физическому воспитанию в летний оздоровительный период» (консультация).	Повышение компетентности педагогов в области физического воспитания в летний оздоровительный период.
В течение года	Музыкальный руководитель: <ul style="list-style-type: none"> ✓ совместное проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий; ✓ совместное составление сценариев и проведение спортивных праздников, развлечений; ✓ помощь в подборе музыки к занятиям, развлечениям Педагог-психолог: <ul style="list-style-type: none"> ✓ изучение психологических характеристик детей; ✓ консультации, беседы о работе с гиперактивными, замкнутыми в себе детьми. 	

**Взаимодействие с родителями по реализации ООП, область
«Физическое воспитание»**

месяц	Содержание работы
Сентябрь	Памятка «Семейный кодекс здоровья»
Октябрь	«Физическое воспитание детей в МБДОУ» (родительское собрание)
Ноябрь	Памятка «Растим детей здоровыми»
Декабрь	консультация «Движение как способ жизни ребенка»
Январь	Памятка «Как закалять ребенка»
Февраль	Памятка «Дыхательная гимнастика»
Март	Памятка «Оздоровливаем ребенка дома»
Апрель	Памятка «Лечебная гимнастика»
Май	Консультация «Летний отдых»

в течение года	<ul style="list-style-type: none"> • Знакомить родителей с возможностями детского сада, а также близлежащих учреждений дополнительного образования и культуры в физическом воспитании детей • Привлекать родителей к разнообразным формам совместной деятельности с детьми в детском саду, (праздники, досуги, развлечения,). • Информировать родителей о спортивных мероприятиях, проходящих в учреждениях дополнительного образования .
----------------	--

Создание развивающей среды для реализации программы

Направление развития	Обеспечение специализированных кабинетов спортивного оборудования
Физическое развитие	<p><u>Музыкально-физкультурный зал(1):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -стационарная«Дорожка здоровья»для профилактики плоскостопия и закаливания, -фортепиано, -бубен, - магнитофон, - спортивные маты (1), - скамейка гимнастическая(2), - мягкие модули, -дуги для подлезания(5), -канат(1), -обручи пластмассовые, -палки гимнастические, -мячи:резиновые, -мячи-массажеры, -мячи-хопы. - скакалки, - шнуры разной длины, -кольцебросы, -кегли, -мешочки с грузом, <p><u>Спортивная площадка(1):</u></p>

Список использованной литературы:

- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Средняя группа» М.: «Мозаика-синтез», 2015,
- Веракса Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А. «От рождения до школы» Программа воспитания и обучения в детском саду, М.: «Мозаика-синтез», 2010,
- Степаненкова Э.Я. «Сборник подвижных игр», М.: «Мозаика-синтез», 2015,
- Борисова М.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения», М.: «Мозаика-синтез», 2015,
- Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика », М.: «Мозаика-синтез», 2014,
- Моргунова О.Н. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ», Воронеж ТЦ «Учитель», 2005 г,
- Гаврючина Л.В. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ», Москва ТЦ «Сфера», 2008 г,
- Муравьев В.А., Назарова Н.Н., «Воспитание физических качеств у детей дошкольного возраста», Москва «АЙРИС ПРЕСС», 2004 г,
- Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье», Москва « Аркти» , 2004,
- Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом», Санкт-Петербург « Детство – Пресс», 2008, - «Занятия на тренажерах в детском саду», / Н.Ч. Железняк , Москва , 2009 г,
- Литвинова О.М. «Спортивные упражнения и игры в детском саду», Ростов –на-Дону, «Феникс» 2010 г,
- Харченко Т.Е. «Физкультурные праздники в детском саду» , Санкт-Петербург
- Овчинникова Т.С., «Подвижные игры, физминутки и общеразвивающие упражнения с речью и музыкой» / Санкт-Петербург , «Каро», 2006 г
- Страковская В.Л. «Помогите малышу подготовиться к школьной жизни» (оздоравливающие и развивающие подвижные игры от 1,5 до 7 лет) , Москва, «Терра спорт», 2010 г

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад №223»

пр. Коммунистический,12/4

тел/факс(863)т.222-13-71

Принято

«Утверждаю»

Педагогическим советом

МБДОУ №223

Заведующий МБДОУ №223

Протокол № 1 от 31.08.2017

И.А.Зеркаль

Рабочая программа
по физической культуре (Пензулаева Л.И.)

в рамках реализации программы

«От рождения до школы»

Н.Е.Верaksa, Т.С.Комарова,М.А.Васильева.

(дети от 5-6лет,старшая группа)

г.Ростов-на-Дону

2017 г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1.Целевой разделстр.3-7
- 2.Содержание программы.....стр.8-13
- 3.Организационный раздел.....стр.14-20

1.Целевой раздел
Пояснительная записка
Нормативные основания:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №223» города Ростова-на-Дону;
- Основная общеобразовательная программа дошкольного образования муниципального дошкольного образовательного бюджетного учреждения «Детский сад №223»

Цель:

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

Задачи:

Физическая культура

- формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Здоровье

- охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья через сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно – гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Принципы и подходы к формированию программы

Программа «Физическая культура»:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка
 - сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
 - соответствие комплексно-тематическому принципу построения образовательного процесса;
 - соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»);
 - обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников;
 - строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
 - предусматривает решение как образовательных, так и коррекционных задач, реализация которых стимулирует развитие детей с ОВЗ.
 - предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей; самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
 - предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра.
- ✓ проведение контрольно-диагностических занятий 2 раза в год,
 - ✓ конструктивное взаимодействие с педагогами, семьей

Сформулированные выше принципы безусловно носят здоровьесберегающий характер, обеспечивая полноценное психическое развитие, сохранение эмоциональной сферы, формирование базисных характеристик личности.

Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики

Объем программы-72(академических часа)

Формы реализации:

- ✓ НОД(занятия),2 раза в неделю по 25 минут,
- ✓ Утренняя гимнастика,
- ✓ Спортивные игры и игровые упражнения,
- ✓ Физкультурные досуги, состязания,
- ✓ Интегративная деятельность,
- ✓ совместная деятельность педагога с детьми,
- ✓ самостоятельная деятельность детей,

Планируемые промежуточные результаты освоения Программы

Промежуточные результаты освоения Программы формулируются в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом (ФГОС) через раскрытие динамики формирования интегративных качеств воспитанников в каждый возрастной период освоения Программы по всем направлениям развития детей.

К шести годам при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками»

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме. Владеет в соответствии с возрастом основными движениями. Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.

Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Умеет самостоятельно выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры.

Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания.

Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.

Интегративное качество «Овладевший необходимыми умениями и навыками»

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

Образовательная область «Здоровье»

Умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу. Имеет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).

Сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком).

Владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом.

Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.

Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.

Образовательная область «Физическая культура»

Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.

Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.

Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.

Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.

Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами. Умеет кататься на самокате.

Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

Умеет плавать (произвольно)

Способы проверки результатов образовательной области «Физическое воспитание»

Месяц	Способ проверки	Автор диагностического материала	Тестовый материал
Сентябрь, май	Диагностика	Ноткина Н.А., и др.	приложение №1

Протоколы физической подготовленности детей в МБДОУ №223

Группа _____

Воспитатели _____

Дата проведения : сентябрь, май 201 -201 уч.г.

Инструктор ФК __Карпова О.Г.____

Кол-во детей _____

№	Фамилия , имя ребенка	Состояние здоровья				Физическое развитие	Физическая подготовленность								Готовность		
		Группа		З и Ф			Бег(30м, 10 м с/х)		прыжки в длину с места		Метание на дальность (правой и левой рукой)		Бег 90,120,150м				
																	Н.Г
Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г	Г			
1																	
2																	
3																	

Усвоение программного материала по образовательной области «Физическое развитие»

Показатели	Дети(проценты)
высокий	
средний	
низкий	

II. Содержание программы

	дата	тема	объем в часах	примечание
сентябрь	1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли), в прыжках с продвижением вперед; упражнять в перебрасывании мяча.	1	
	2 неделя	Повторить ходьбу и бег между предметами; учить ходьбе на носках; обучать энергичному отталкиванию двумя ногами от пола (земли) и взмаху рук в прыжках с доставанием до предмета (в высоту); упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками; бег до 1,5 мин.	1	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру.	1	
	4 неделя	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; упражнять в сохранении устойчивого равновесия и прыжках с продвижением вперед.	1	
диагностика			4	

октябрь	1 неделя	Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча.	2	
	2 неделя	Разучить с детьми поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и переползание через препятствия.	2	
	3 неделя	Продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; бег в рассыпную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель;	2	
	4 неделя	Учить детей делать повороты во время ходьбы и бега в колонне по два (парами); повторить пролезание в обруч боком; упражнять в равновесии и прыжках.	2	
ноябрь	1 неделя	Неделя здоровья	2	
	2 неделя	Продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег в рассыпную; разучить перекладывание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке; развивать ловкость и координацию движений; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах	2	

	3 неделя	Повторить ходьбу с изменением направления движения, бег между предметами; учить прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед; упражнять в ползании по скамейке на животе и ведении мяча между предметами.	2	
	4 неделя	Упражнять детей в беге с изменением темпа движения, в ходьбе между предметами («змейкой»); повторить ведение мяча в ходьбе, продвигаясь до обозначенного места; упражнять в пролезании через обруч с мячом в руках, в равновесии	2	
		Продолжать отрабатывать навык ходьбы в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять в подлезании под шнур боком, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках.		
декабрь	1 неделя	Упражнять детей в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга, в беге между предметами, не задевая их; разучить ходьбу по наклонной доске, сохраняя устойчивое равновесие и правильную осанку; отрабатывать навык прыжка на двух ногах с преодолением препятствий; упражнять в перебрасывании мяча друг другу	2	
	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча.	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе и сохранении равновесия	2	

	4 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге врассыпную; учить влезать на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии и прыжках.	2	
январь	2 неделя	Упражнять детей ходить и бегать между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; упражнять в прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в кольцо, развивая ловкость и глазомер.	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая мяч перед собой головой.	2	
	4 неделя	Повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить умение перебрасывать мяч друг другу; упражнять в пролезании в обруч и равновесии.	2	
	1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, в непрерывном беге до 1,5 мин; продолжают учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнять в перепрыгивании через бруски и забрасывании мяча в корзину.	2	
февраль	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге врассыпную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места; упражнять в подлезании под дугу и отбивании мяча о землю.	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в подлезании под палку и перешагивании через нее.	2	

	4 неделя	Упражнять детей в медленном непрерывном беге; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке и прыжках с ноги на ногу; упражнять в ведении мяча.	2	
март	1 неделя	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; разучить ходьбу по канату (шнуру) с мешочком на голове, удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер.	2	
	2 неделя	Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и в рассыпную; разучить прыжок в высоту с разбега; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между кеглями.	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в беге в рассыпную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и ступнях, в равновесии и прыжках.	2	
	4 неделя	Неделя здоровья	2	
апрель	1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в прыжках на двух ногах и метании в вертикальную цель.	2	
	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них.	2	

	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге враспынную; закреплять исходное положение при метании мешочков в вертикальную цель; упражнять в ползании и равновесии.	2	
	4 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной между предметами; закреплять навык влезания на гимнастическую стенку одноименным способом; упражнять в равновесии и прыжках.	2	
май	1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; упражнять в перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку, в прыжках на двух ногах с продвижением вперед; отрабатывать навыки бросания мяча о стену.	1	
	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; разучить прыжок в длину с разбега; упражнять в перебрасывании мяча друг другу и лазанье.	1	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную между предметами, не задевая их; упражнять в бросании мяча о пол одной рукой и ловле двумя; упражнять в пролезании в обруч и равновесии.	1	
	4 неделя	Упражнять детей в ходьбе с замедлением и ускорением темпа движения; закреплять навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить ходьбу с перешагиванием через набивные мячи и прыжки между кеглями.	1	
диагностика			4	

Ш. Организационный раздел

Совместная досуговая деятельность воспитателя с детьми

Месяц	Досуг
Сентябрь	«День знаний»
Октябрь	«Игры-соревнования»,
Ноябрь	«Здоровье в порядке- спасибо зарядке
декабрь	«Нам морозы не страшны – с физкультурой мы дружны»
Январь	«Малые зимние игры»,
Февраль	«День защитника Отечества»,
Март	«Масленица»
Апрель	«День космонавтики»
Май	«Веселые старты»,
Июнь	«День защиты детей»;

Взаимодействие с педагогами по реализации ООП, область «Физическое воспитание»

Месяц	Формы работы	Цели
Сентябрь	«Организация самостоятельной двигательной деятельности детей» (памятка)	Напомнить педагогами принципы организации двигательной деятельности с детьми
Октябрь	«Использование подвижных игр для повышения двигательной активности детей» (консультация)	Оказание помощи воспитателям в применении подвижных игр в совместной деятельности с детьми на прогулке.
Ноябрь	«Гимнастика детей после дневного сна» (консультация)	Оказание помощи в выборе упражнений после дневного пробуждения
Декабрь	«Формирование потребности в здоровом образе жизни» (консультация)	Знакомство педагогов со здоровьесберегающими технологиями
Январь	«Игровой самомассаж» (семинар-практикум)	Знакомство воспитателей с игровым самомассажем Оказание помощи в создании картотеки с игровым самомассажем
Февраль	«Организация образовательной деятельности области «Физическое воспитание» в режимных моментах» (памятка).	Повышение компетентности воспитателей в области физического воспитания.
Март	«Закаливание в ДОУ» (памятка).	Познакомить воспитателей с видами закаливания
Апрель	«Народные подвижные игры » (консультация)	Повышение компетентности воспитателей в области физического воспитания, знакомство с играми разных стран

Май	«Организация работы педагогов по физическому воспитанию в летний оздоровительный период» (консультация).	Повышение компетентности педагогов в области физического воспитания в летний оздоровительный период.
В течение года	<p>Музыкальный руководитель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ совместное проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий; ✓ совместное составление сценариев и проведение спортивных праздников, развлечений; ✓ помощь в подборе музыки к занятиям, развлечениям <p>Педагог-психолог:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ изучение психологических характеристик детей; ✓ консультации, беседы о работе с гиперактивными, замкнутыми в себе детьми. <p>Учитель-логопед:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ использование пальчиковой , дыхательной гимнастики, на занятиях, ✓ проведение подвижных игр, и общеразвивающих упражнений с речью 	

**Взаимодействие с родителями по реализации ООП,
область «Физическое воспитание»**

месяц	Содержание работы
Сентябрь	Памятка «Семейный кодекс здоровья»
Октябрь	«Физическое воспитание детей в МБДОУ» (родительское собрание)
Ноябрь	Памятка «Здоровая семья-здоровый ребенок»

Декабрь	консультация «Физическое воспитание ребенка»
Январь	Памятка «Как закалять ребенка»
Февраль	Памятка «Плоскостопию-стоп»
Март	Памятка «Физкультура и спорт»
Апрель	Памятка «Спортивный уголок дома»
Май	Консультация «Игры детей на отдыхе в летний период»
в течение года	<p>Знакомить родителей с возможностями детского сада, а также близлежащих учреждений дополнительного образования и культуры в физическом воспитании детей</p> <ul style="list-style-type: none"> • Привлекать родителей к разнообразным формам совместной деятельности с детьми в детском саду, (праздники, досуги, развлечения,). • Информировать родителей о спортивных мероприятиях, проходящих в учреждениях дополнительного образования .

Создание развивающей среды для реализации программы

Направление развития	Обеспечение специализированных кабинетов с перечнем основного оборудования
<p style="text-align: center;">Физическое развитие</p>	<p><u>Музыкально-физкультурный зал(1):</u> -стационарная «Дорожка здоровья» для профилактики плоскостопия и закаливания, -фортепиано, - магнитофон, -бубен, - спортивные маты (1), - скамейка гимнастическая(2), - мягкие модули, -дуги для подлезания(5), -канат(1), -обручи пластмассовые, -палки гимнастические, -мячи: резиновые, -мячи-массажеры, -мячи-хопы, - скакалки, - шнуры разной длины, -кольцебросы- 2 шт, -кегли , -мешочки с грузом, <u>Спортивная площадка(1):</u></p>

Список использованной литературы:

- Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Старшая группа» М.: «Мозаика-синтез», 2015,
- Веракса Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А. «От рождения до школы» Программа воспитания и обучения в детском саду, М.: «Мозаика-синтез», 2010,
- Степаненкова Э.Я. «Сборник подвижных игр», М.: «Мозаика-синтез», 2015,
- Борисова М.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения», М.: «Мозаика-синтез», 2015,
- Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика », М.: «Мозаика-синтез», 2014,
- Моргунова О.Н. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ», Воронеж ТЦ «Учитель», 2005 г,
- Гаврючина Л.В. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ», Москва ТЦ «Сфера», 2008 г,
- Муравьев В.А., Назарова Н.Н., «Воспитание физических качеств у детей дошкольного возраста», Москва «АЙРИС ПРЕСС», 2004 г,
- Волошина Л.Н. «Играйте на здоровье», Москва « Аркти» , 2004,
- Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом», Санкт-Петербург « Детство – Пресс», 2008,
- Подольская Е.И., «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников», Москва, 2009 г,
- Лосева В.С. «Плоскостопие у детей 6-7-лет», Москва, ТЦ «Сфера», 2004 г,
- Галанов А.С. «Игры , которые лечат» (для детей от 5 до 7 лет», Педагогическое общество России, Москва, 2005 г,
- Железняк Н.Ч., Желобкович Е.Ф. «100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования» , Москва , 2009

- Литвинова О.М. «Спортивные упражнения и игры в детском саду», Ростов –на-Дону, «Феникс» 2010 г,
- Харченко Т.Е. «Физкультурные праздники в детском саду» , Санкт-Петербург « Детство –Пресс» 2011 г,
- Николаева Н.И, «Школа мяча» , Санкт-Петербург «Детство –Пресс» 2008,
- Железняк Н.Ч «Занятия на тренажерах в детском саду», Москва , 2009 г,
- Овчинникова Т.С., «Подвижные игры, физминутки и общеразвивающие упражнения с речью и музыкой» , Санкт-Петербург «Каро», 2006 г
- Страковская В.Л , «Помогите малышу подготовиться к школьной жизни» (оздоровляющие и развивающие подвижные игры от 1,5 до 7 лет) , Москва, «Терра спорт», 2010 г

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

города Ростова-на-Дону «Детский сад №223»

пр. Коммунистический,12/4

тел/факс(863)т.222-13-71

Принято

«Утверждаю»

Педагогическим советом

МБДОУ №223

Заведующий МБДОУ №223

Протокол № 1 от 31.08.2015

И.А.Зеркаль

Рабочая программа
по физической культуре(Пензулаева Л.И.)

в рамках реализации программы

«От рождения до школы»

Н.Е.Веракса, Т.С.Комарова,М.А.Васильева.

(дети от 6-7 лет, подготовительная группа)

г.Ростов-на-Дону

2017 г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1.Целевой разделстр.3-7
- 2.Содержание программы.....стр.8-14
- 3.Организационный раздел.....стр.14-20

1.Целевой раздел

Пояснительная записка Нормативные основания:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №223» города Ростова-на-Дону;
- Основная общеобразовательная программа дошкольного образования муниципального дошкольного образовательного бюджетного учреждения «Детский сад №223»

Цель:

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

Задачи:

Физическая культура

- формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Здоровье

- охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья через сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно – гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Принципы и подходы к формированию программы

Программа «Физическая культура»:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка
 - сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
 - соответствие комплексно-тематическому принципу построения образовательного процесса;
 - соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному «минимуму»);
 - обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников;
 - строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
 - предусматривает решение как образовательных, так и коррекционных задач, реализация которых стимулирует развитие детей с ОВЗ.

 - предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей; самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
 - предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра.
- ✓ проведение контрольно-диагностических занятий 2 раза в год,
 - ✓ конструктивное взаимодействие с педагогами, семьей

Сформулированные выше принципы безусловно носят здоровьесберегающий характер, обеспечивая полноценное психическое развитие, сохранение эмоциональной сферы, формирование базисных характеристик личности.

Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики

Объем программы-72(академических часа)

Формы реализации:

- ✓ НОД(занятия),2 раза в неделю по 30 минут,
- ✓ Утренняя гимнастика,
- ✓ Спортивные игры и игровые упражнения,
- ✓ Физкультурные досуги, состязания,
- ✓ Интегративная деятельность,
- ✓ совместная деятельность педагога с детьми,
- ✓ самостоятельная деятельность детей,
- ✓

Планируемые промежуточные результаты освоения Программы

Планируемые промежуточные результаты освоения Программы в подготовительной к школе группе совпадают с итоговыми результатами освоения Программы, поэтому они изложены в отдельном разделе, завершающем содержательную часть Программы.

Итоговые результаты освоения Программы

Планируемые результаты освоения детьми основной общеобразовательной программы дошкольного образования описывают интегративные качества ребенка, которые он может приобрести в результате освоения Программы:

К семи годам при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками»

Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Интегративное качество «Овладевший необходимыми умениями и навыками»

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

Образовательная область «Здоровье»

Усвоил основные культурно-гигиенические навыки (быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полоскает рот после еды, моет ноги перед сном, правильно пользуется носовым платком и расческой, следит за своим внешним видом, быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви).

Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциями организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о пользе и видах закалывающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье).

Образовательная область «Физическая культура»

Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).

Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.

Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.

Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.

Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.

Следит за правильной осанкой.

Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.

Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

Плавает произвольно на расстояние 15 м.

Способы проверки результатов образовательной области «Физическое воспитание»

Месяц	Способ проверки	Автор диагностического материала	Тестовый материал
Сентябрь, май	Диагностика	.Ноткина Н.А., и др	приложение №1

Протоколы физической подготовленности детей в МБДОУ №223

Группа _____

Воспитатели _____

Дата проведения : сентябрь, май 201 -201 уч.г.

Инструктор ФК __Карпова О.Г.____

Кол-во детей _____

№ п/п	Фамилия , имя ребенка	Состояние здоровья				Физическое развитие	Физическая подготовленность								Готовность		
		Группа		З и Ф			Бег(30м, 10 м с/х)		прыжки в длину с места		Метание на дальность (правой и левой рукой)		Бег 90, 120, 150м			Н.	К.
		Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н. Г	К. Г	Н. Г	К. Г	Н. Г	К. Г	Н. Г	К. Г	Н. Г	К. Г	Н. Г	К. Г
1																	
2																	
3																	

Усвоение программного материала по образовательной области «Физическое развитие»

Показатели	Дети(проценты)
высокий	
средний	
низкий	

II. Содержание программы

	дата	тема	объем в часах	примечание
сентябрь	1 неделя	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча.	1	
	2 неделя	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.	1	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир — кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.	1	
	4 неделя	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.	1	
диагностика			4	

октябрь	1 неделя	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом,	2	
	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	2	
	4 неделя	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре	2	
ноябрь	1 неделя	неделя здоровья	2	
	2 неделя	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	2	
	4 неделя	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазании под дугу, в равновесии.	2	

	5 неделя	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.		
декабрь	1 неделя	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук, в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (боком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.	2	
	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.	2	
	3 неделя	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	2	
	4 неделя	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие	2	
январь	2 неделя	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие	2	
	3 неделя	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке	2	

	4 неделя	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур	2	
февраль	1 неделя	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	2	
	2 неделя	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу).	2	
	3 неделя	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	2	
	4 неделя	Упражнять в ходьбе в колонне по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	2	
март	1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	2	
	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом	2	

	3 неделя	Повторить ходьбу с выполнением заданий; упражнять в метании мешочков в горизонтальную цель; повторить упражнения в ползании и на сохранение равновесия при ходьбе по повышенной опоре.	2	
	4 неделя	Неделя здоровья	2	
апрель	1 неделя	Повторить игровое упражнение в ходьбе и беге; упражнения на равновесие, в прыжках, с мячом.	2	
	2 неделя	Повторить упражнения в ходьбе и беге; упражнять детей в ; прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу	2	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, в построении в пары (колонна по два); в метании мешочков на дальность, в ползании, в равновесии.	2	
	4 неделя	Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнения в равновесии, в прыжках и с мячом.	2	
май	1 неделя	Повторить упражнения в ходьбе и беге; в равновесии при ходьбе по повышенной опоре; в прыжках с продвижением вперед на одной ноге; в бросании малого мяча о стенку.	1	
	2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге со сменой темпа движения, в прыжках в длину с места; повторить упражнения с мячом.	1	
	3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, по кругу; в ходьбе и беге в рассыпную; в метании мешочков на дальность, в прыжках, в равновесии.	1	

	4 неделя	<p>Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; повторить упражнения в лазанье на гимнастическую стенку; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре, в прыжках.</p>	1	
диагностика			4	

Ш . Организационный раздел

Совместная досуговая деятельность воспитателя с детьми

Месяц	Досуг
Сентябрь	«День знаний»
Октябрь	«Игры-соревнования»,
Ноябрь	«Здоровье в порядке- спасибо зарядке
декабрь	«Нам морозы не страшны – с физкультурой мы дружны»
Январь	«Малые зимние игры»,
Февраль	«День защитника Отечества»,
Март	«Масленица»
Апрель	«День космонавтики»
Май	«Веселые старты»,
Июнь	«День защиты детей»;

Взаимодействие с педагогами по реализации ООП, область «Физическое воспитание»

Месяц	Формы работы	Цели
Сентябрь	«Организация самостоятельной двигательной деятельности детей» (памятка)	Напомнить педагогами принципы организации двигательной деятельности с детьми
Октябрь	«Использование подвижных игр для повышения двигательной активности детей» (консультация)	Оказание помощи воспитателям в применении подвижных игр в совместной деятельности с детьми на прогулке.
Ноябрь	«Гимнастика детей после дневного сна» (консультация)	Оказание помощи в выборе упражнений после дневного пробуждения
Декабрь	«Формирование потребности в здоровом образе жизни» (консультация)	Знакомство педагогов со здоровьесберегающими технологиями
Январь	«Игровой самомассаж» (семинар-практикум)	Знакомство воспитателей с игровым самомассажем Оказание помощи в создании картотеки с игровым самомассажем
Февраль	«Организация образовательной деятельности области «Физическое воспитание» в режимных моментах» (памятка).	Повышение компетентности воспитателей в области физического воспитания.
Март	«Закаливание в ДОУ» (памятка).	Познакомить воспитателей с видами закаливания
Апрель	«Народные подвижные игры » (консультация)	Повышение компетентности воспитателей в области физического воспитания, знакомство с играми разных стран

Май	«Организация работы педагогов по физическому воспитанию в летний оздоровительный период» (консультация).	Повышение компетентности педагогов в области физического воспитания в летний оздоровительный период.
В течение года	<p>Музыкальный руководитель:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ совместное проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий; ✓ совместное составление сценариев и проведение спортивных праздников, развлечений; ✓ помощь в подборе музыки к занятиям, развлечениям <p>Педагог-психолог:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ изучение психологических характеристик детей; ✓ консультации, беседы о работе с гиперактивными, замкнутыми в себе детьми. <p>Учитель-логопед:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ использование пальчиковой , дыхательной гимнастики, на занятиях, ✓ проведение подвижных игр, и общеразвивающих упражнений с речью 	

**Взаимодействие с родителями по реализации ООП,
область «Физическое воспитание»**

месяц	Содержание работы
сентябрь	Памятка «Семейный кодекс здоровья»
Октябрь	«Физическое воспитание детей в МБДОУ» (родительское собрание)
Ноябрь	Памятка «Здоровая семья-здоровый ребенок»
Декабрь	консультация «Физическое воспитание ребенка»
Январь	Памятка «Как закалять ребенка»
Февраль	Памятка «Плоскостопию –стоп!»
Март	Памятка «Физкультура и спорт»
Апрель	Памятка «Спортивный уголок дома»
Май	Консультация «Игры детей на отдыхе в летний период»
в течение года	<ul style="list-style-type: none"> • Знакомить родителей с возможностями детского сада, а также близлежащих учреждений дополнительного образования и культуры в физическом воспитании детей • Привлекать родителей к разнообразным формам совместной деятельности с детьми в детском саду, (праздники, досуги, развлечения,). • Информировать родителей о спортивных мероприятиях, проходящих в учреждениях дополнительного образования .

Создание развивающей среды для реализации программы

Направление развития	Обеспечение специализированных кабинетов спортивного оборудования
<p>Физическое развитие</p>	<p><u>Музыкально-физкультурный зал(1):</u> - «Дорожка здоровья» для профилактики плоскостопия и закаливания, - диск «здоровье»(5), - фортепиано, - бубен, - магнитофон, - спортивные маты (1), - скамейка гимнастическая(2), - мягкие модули, - дуги для подлезания(5), - канат(1), - обручи пластмассовые, - палки гимнастические, - мячи: резиновые, - мячи-массажеры, - мячи-хопы. - скакалки, - шнуры разной длины, - кольцо бросы – 2шт., - кегли, - мешочки с грузом, <u>Спортивная площадка(1):</u></p>

Список использованной литературы:

- Пензулаева Л.И «Физическая культура в детском саду. Подготовительная» М.:«Мозаика-синтез,2015,
- Веракса Н.Е., Комарова Т.С.,Васильева М.А «От рождения до школы» Программа воспитания и обучения в детсаду,М,: «Мозаика-синтез»,2010,
- Степаненкова Э.Я. «Сборник подвижных игр»,М,:«Мозаика-синтез, 2015,
- Борисова М.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения»,М,:«Мозаика-синтез», 2015,
- Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика »,М,:«Мозаика-синтез, 2014,
- Моргунова О.Н. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ»,Воронеж ТЦ»Учитель», 2005 г,
- Гаврючина Л.В. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ», , Москва ТЦ «Сфера»,2008 г,
- Муравьев В.А., Назарова Н.Н., «Воспитание физических качеств у детей дошкольного возраста»,Москва «АЙРИС ПРЕСС»,2004 г,
- .Волошина Л.Н, «Играйте на здоровье»,Москва « Аркти» ,2004,
- Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом»,Санкт-Петербург « Детство – Пресс»,2008,
- Подольская Е.И., «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников», Москва,2009 г,
- ЛосеваВ.С. «Плоскостопие у детей 6-7-лет»,Москва,ТЦ «Сфера», 2004 г,
- Галанов А.С. «Игры ,которые лечат»(для детей от 5 до 7 лет», Педагогическое общество России,Москва,2005 г,
- Железняк Н.Ч.,Желобкович Е.Ф. «100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования» ,Москва ,2009
- Литвинова О.М. «Спортивные упражнения и игры в детском саду»,Ростов –на-Дону, «Феникс»2010 г,

- Харченко Т.Е. «Физкультурные праздники в детском саду» ,Санкт-Петербург « Детство –Пресс»2011 г,
- Николаева Н.И, «Школа мяча» , Санкт-Петербург «Детство –Пресс»2008,
- Железняк Н.Ч «Занятия на тренажерах в детском саду»,Москва ,2009 г,
- ОвчинниковаТ.С.,«Подвижные игры,физминутки и общеразвивающие упражнения с речью и музыкой» ,Санкт-Петербург«Каро»,2006 г
- Страковская В.Л ,«Помогите малышу подготовиться к школьной жизни»(оздоравливающие и развивающие подвижные игры от 1,5до 7 лет) ,Москва,,«Терра спорт»,2010 г