

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №2 Кронштадтского района
г. Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол №1
От 29 августа 2022 г

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий ГБДОУ д/с №2
_____ С.М. Базанова
Приказ № 69-д от 29.08.2022

Рабочая программа по физической культуре

группы общеразвивающей направленности
для детей в возрасте от 5 до 6 лет
старшая группа

Программа разработана инструктором по физической культуре:
Моисеевой Э.Г.

г. Кронштадт

Аннотация к рабочей программе инструктора по физической культуре

Данная программа разработана и составлена на основе Образовательной программы дошкольного образования Государственного бюджетного образовательного учреждения детского сада № 2 общеразвивающего вида Кронштадтского района Санкт-Петербурга, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, с учетом Примерной основной образовательной программы дошкольного образования.

Целью рабочей программы является реализация содержания Примерной основной образовательной программы дошкольного образования и образовательной программы ДО ГБДОУ № 2.

Программа составлена индивидуально, для детей от 2 до 8 лет, с учетом их индивидуальных и возрастных особенностей.

Программа обеспечивает физическое развитие.

Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала соответствует требованиям ФГОС и Сан-Пин.

Рабочая программа инструктора по физкультуре содержит **целевой раздел, содержательный раздел** (содержание психолого-педагогической работы, содержание образовательной деятельности, систему педагогической диагностики, формы работы с детьми, организацию и формы работы с родителями (законными представителями воспитанников), **организационный раздел** (реализация образовательной области «Физическое развитие», структура реализации образовательной деятельности, максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы, режим двигательной активности, создание развивающей предметно - пространственной среды, методическое обеспечение образовательной деятельности) .

Срок реализации: 2021-2022 учебный год

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Разделы программы	Стр.
I Целевой раздел		
1. Пояснительная записка		
1.1	Общие положения	3
1.2	Цели и задачи реализации программы	3
1.3	Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.4	Возрастные и индивидуальные особенности детей старшей группы (от 5 до 6 лет)	6
1.5	Физическое воспитание	6
II Содержательный раздел		
2.1	Содержание образовательной деятельности с детьми	7
2.2	Физическое развитие в ДОУ. Комплексно-тематическое планирование непосредственно образовательной деятельности по физической культуре	7
2.3	Виды интеграции образовательных областей	14
2.3.1	Современные здоровьесберегающие технологии в ДОУ	15
2.4	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	18
III Организационный раздел		
3.1	Организация образовательного процесса	22
3.2	Материально-техническое обеспечение образовательного процесса	24
3.2.1	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	24
3.2.2	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	27
Список литературы		29

1. Пояснительная записка

1.1. Общие положения

Рабочая программа по физической культуре для детей второй младшей группы (Далее - Программа) разработана в соответствии с основной общеобразовательной программой ГБДОУ д/с №2, с Федеральными государственными стандартами дошкольного образования (ФГОС ДО, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.09.2020 года № 1155) , приказом Минобрнауки России от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 №61573), санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.3648-20 (утверждены постановлением главного государственного санитарного врача РФ №26 от 28 сентября 2020 г.).

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации.

Программа формируется как программа развития детей дошкольного возраста по физической культуре и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

Структура образовательной программы построена по трем разделам:

1) Целевой раздел. Целевой раздел включает в себя цели, задачи и планируемые результаты освоения программы; принципы и подходы к организации образовательной деятельности с детьми; характеристики особенностей современного ребенка дошкольного возраста.

2) Содержательный раздел представлен содержанием образования по физическому развитию, обозначенным в ФГОС ДО.

3) Организационный раздел включает в себя описание особенностей организации развивающей предметно-пространственной среды, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания по данной программе.

1.2 Цели и задачи реализации Программы

Задачи по направлению «Физическая культура»:

- 1) Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
- 2) Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- 3) Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

- 4) Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.
- 5) Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
- 6) Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
- 7) Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
- 8) Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
- 9) Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.
- 10) Учить самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
- 11) Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Задачи по направлению «Здоровье»

- 1) Осуществлять комплекс закаляющих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды. Приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.
- 2) Формировать представления о значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека: глазки- смотреть, ушки- слышать, носик- нюхать, язычок- пробовать (определять) на вкус, ручки- хватать, держать, трогать; ножки- стоять, бегать, ходить; голова- думать, запоминать; туловище- наклоняться и поворачиваться в разные стороны.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

Программа разработана в соответствии с основными принципами и ценностями личностно-ориентированного образования, которые позволяют эффективно реализовать поставленные цели и задачи.

Основные принципы дошкольного образования:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) сотрудничество ГБДОУ с семьей;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

учет этнокультурной ситуации развития детей.

Принципы организации образовательного процесса:

Принцип природосообразности предполагает учет индивидуальных физических и психических особенностей ребенка, его самостоятельность (направленность на развитие творческой активности), задачи образования реализуются в определенных природных, климатических, географических условиях, оказывающих существенное влияние на организацию и результативность воспитания и обучения ребенка;

Принцип культуросообразности предусматривает необходимость учета культурно-исторического опыта, традиций, социально-культурных отношений и практик, непосредственным образом встраиваемых в образовательный процесс;

Принцип вариативности обеспечивает возможность выбора содержания образования, форм и методов воспитания и обучения с ориентацией на интересы и возможности каждого ребенка и учета социальной ситуации его развития;

Принцип индивидуализации опирается на то, что позиция ребенка, входящего в мир и осваивающего его как новое для себя пространство, изначально творческая. Ребенок, наблюдая за взрослым, подражая ему, учится у него, но при этом выбирает то, чему ему хочется подражать и учиться. Таким образом, ребенок не является «прямым наследником» (то есть продолжателем чьей-то деятельности, преемником образцов, которые нужно сохранять и целостно воспроизводить), а творцом, то есть тем, кто может сам что-то создать. Освобождаясь от подражания, творец не свободен от познания, созидания, самовыражения, самостоятельной деятельности. Принцип индивидуализации предполагает предоставление ребёнку возможности выбора в разных видах деятельности, акцент на инициативность, самостоятельность и личностную активность;

Принцип позитивной социализации ребенка предполагает освоение ребёнком в процессе сотрудничества с обучающим взрослым и сверстниками культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми;

Принцип свободной самостоятельной деятельности детей, где позиция, которую занимает взрослый – это позиция создателя развивающей среды, когда взрослый непосредственно не включён в детскую деятельность, а создает образовательную среду, в которой у детей появляется возможность действовать свободно и самостоятельно;

Принцип участия семьи в образовании ребенка, т.е. родители должны стать равноправными и равно ответственными партнёрами педагогов, принимающими решения во всех вопросах развития и образования, сохранений здоровья и безопасности их детей.

При разработке концепции и содержания образовательной программы использованы фундаментальные достижения отечественной науки в области педагогики и психологии:

- деятельностный подход (П.Я. Гальперин, В.В. Давыдов, А.В. Запорожец и др.);
- научно-прикладные закономерности развития познавательных мотивов у детей дошкольного возраста (А.В. Запорожец, Л.А. Венгер, Н.Н. Подъяков и др.);
- теория амплификации (А.В. Запорожец) и другие научные положения.

1.4. Возрастные и индивидуальные особенности детей старшей группы

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». Действия детей в играх становятся разнообразными.

Продолжает развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Ребенок владеет соответствующими возрасту основными движениями.

1.5. Воспитание детей в физической культуре

Физическое воспитание – осуществляется как в игровой форме, так и на физкультурном занятии. Важными задачами программы является воспитание психофизических качеств (ловкости, быстроты, выносливости, силы и др.), развитие координации движений, равновесия, умения ориентироваться в пространстве, формирование способности к самоконтролю за качеством выполняемых движений.

У детей старшей группы:

- Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно и творчески выполнять движения.
- Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- Развивать психофизические качества: быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
- Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
- Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
- Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести в ходьбе.
- Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.
- Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.
- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта.

II Содержательный раздел

2.1. Содержание образовательной деятельности с детьми

Задачи работы по формированию физических качеств детей решаются интегративно в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области.

При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках непосредственно-образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов – как в совместной деятельности, так и в самостоятельной деятельности детей.

2.2 Физическое развитие в ДОУ.

Комплексно-тематическое планирование непосредственно образовательной деятельности по физической культуре

Годовое тематическое планирование

Период	Тема
01.09-02.09 2022	Здравствуй, детский сад. День знаний.
05.09-09.09 2022	Мои любимые игрушки/Давайте познакомимся.
12.09-23.09 2022	Что нам лето подарило? (овощи, фрукты)

27.09-01.10 2022	Профессии в детском саду.
03.10-07.10 2022	Домашние животные.
10.10-14.10 2022	Мир растений.
17.10-21.10 2022	Осень на дворе.
24.10-28.10 2022	Одевайся потеплей!
31.10-04.11 2022	Я и моя семья.
07.11-11.11 2022	Профессии моего города/Мои друзья.
14.11-18.11 2022	Все мы такие разные.
21.11-25.11 2022	День матери.
28.11-02.12 2022	Как звери и птицы к зиме готовятся.
05.12-09.12 2022	Здравствуй зимушка-зима! Зимние виды спорта.
12.12-16.12 2022	Я – человек!
19.12-23.12 2022	Транспорт.
26.12-30.12 2022	Новый год -любимый праздник.
09.01-13.01 2023	Моя Родина. Народные культуры и традиции.
16.01-20.01 2023	Мы познаем мир.
23.01-27.01 2023	Животные и птицы зимой. Животные и птицы Севера.
30.01-03.02 2023	Дом, в котором мы живём. (Мебель)
06.02-10.02 2023	Наши помощники. (Бытовые приборы)
13.02-17.02 2023	Посуда и продукты питания.
20.02-24.02 2023	Защитники Отечества. Мой папа – самый лучший!
27.02-03.03 2023	К нам пришла, весна!
06.03-10.03 2023	Мамин праздник.
13.03-17.03 2023	Животный мир весной.
20.03-24.03 2023	Мир сказок.
27.03-31.03 2023	Встречаем птиц.
03.04-07.04 2023	Сильными и смелыми растем.
10.04-14.04 2023	Космическое приключение.
17.04-21.04 2023	Водный мир.
24.04-28.04 2023	Животные жарких стран.
01.05-05.05 2023	Хлеб всему голова.
08.05-12.05 2023	День Победы.
15.05-19.05 2023	Насекомые и цветы/Мой город Кронштадт.
22.05-26.05 2023	Летние виды спорта. Летние забавы.
24.05-28.05 2023	Мир природы летом-безопасность в летний период.

Сентябрь				
Этапы занятия	1 неделя 1-2 занятие	2 неделя 4-5 занятие	3 неделя 7-8 занятие	4 неделя 10-11 занятие
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить и бегать колонной по одному, врассыпную, между предметами, с изменением темпа движения; сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной опоре; продвигаться вперед в прыжке, перебрасывать мяч; ходить на носках, с высоким подниманием колен; прыгать в высоту; бросать мяч вверх; ползать по гимнастической скамейке с опорой на колени и ладони; пролезать в обруч боком.</p>				

1 часть	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному на носках, между предметами, с высоким подниманием колен; бег врассыпную; перестроение в колонну по два в движении.			
ОРУ	Без предметов	С мячом	Без предметов	С гимнаст.палкой
2 часть. Основные виды движений.	1.Равновесие (ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики; набивные мячи). 2.Прыжки (на двух ногах вперед). 3.Перебрасывание мячей друг другу. 4.Броски мяча о пол одной рукой.	1. Прыжки (на двух ногах; в высоту с места). 2.Броски малого мяча вверх двумя руками. 3.Бег в среднем темпе до 1.5мин. 4.Ползание на четвереньках между предметами.	1.Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; на предплечья и колени. 2.Равновесие (ходьба по канату боком). 3.Броски мяча вверх двумя руками и ловля его. 4.Перебрасывание мячей друг другу.	1.Пролезание в обруч боком; прямо в группировке. 2.Равновесие (ходьба, перешагивание через препятствие). 3.Прыжки (на двух ногах с мешочком, зажатым между колен; продвигаясь вперед).
Подвижные игры	«Мышеловка»	«Фигуры»	«Удочка»	«Мы веселые ребята»
Малоподвижные игры	«У кого мяч?»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Октябрь

Этапы занятия	1 неделя 13-14 занятие	2 неделя 16-17 занятие	3 неделя 19-20 занятие	4 неделя 22-23 занятие
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет перебрасывать мяч; ходить приставным шагом по гимнастической скамейке, парами; бегать с преодолением препятствий; прыгать с высоты; изменять темп движения; метать в цель; держать равновесие; лазать в обруч.				
1 часть	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному, между предметами, семенящим шагом; бег врассыпную, с перешагиванием через бруски; построение в колонну по два.			
ОРУ	Без предметов	С гимнаст.палкой	С малым мячом	С обручем
2 часть. Основные виды движений.	1.Равновесие (ходьба по гимнастической скамейке боком). 2.Прыжки (на двух ногах через шнуры). 3.Броски мяча двумя руками.	1. Прыжки (со скамейки на полусогнутые ноги). 2.Броски мяча друг другу двумя руками. 3.Бег в среднем темпе до 1.5мин. 4.Ползание (по гимнастической скамейке на четвереньках; с	1.Метание мяча в гориз.цель правой и левой рукой (расст.-2м). 2.Лазанье (подлезание под дугу прямо и боком). 3.Равновесие (ходьба с перешагиванием через набивные мячи; по	1.Ползание (пролезание в обруч боком; на четвереньках). 2.Ходьба (по гимнастической скамейке, на середине перешагнуть через предмет; присесть и хлопнуть в ладоши).

		переползанием через препятствие).	гимнаст. скамейке боком). 4. Ползание (на четвереньках между предметами).	3. Прыжки (на двух ногах на препятствие).
Подвижные игры	«Перелет птиц»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Гуси-лебеди»
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	«У кого мяч?»	Ходьба в колонне по одному.	«Летает-не летает»

Ноябрь

Этапы занятия	1 неделя 25-26 занятие	2 неделя 28-29 занятие	3 неделя 31-32 занятие	4 неделя 34-35 занятие
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить с высоким подниманием колен; сохранять равновесие; перебрасывать мяч в шеренге; бегать между предметами и изменять направление движения; прыгать на правой и левой ноге с продвижением вперед; ползать по гимнастической скамейке; вести мяч между предметами.				
1 часть	Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному, с высоким подниманием колен, с ускорением и замедлением темпа; бег врассыпную, между предметами.			
ОРУ	С малым мячом	Без предметов	С мячом	На гимнаст. скам.
2 часть. Основные виды движений.	1. Равновесие (ходьба по гимнастической скамейке). 2. Прыжки (на правой и левой ноге; по прямой). 3. Переброска мяча двумя руками снизу; из-за головы.	1. Прыжки (с продвижением вперед на правой и левой ноге попеременно). 2. Переползание (на животе по гимнастической скамейке). 3. Ведение мяча в ходьбе. 4. Ползание (на четвереньках, подталкивая мяч головой).	1. Ведение мяча одной рукой. 2. Пролезание в обруч прямо и боком в группировке. 3. Равновесие (ходьба по гимнастической скамейке боком). 4. Ползание (на гимнаст. скамейке на четвереньках, с опорой на предплечья и колени). 5. Ходьба на носках.	1. Лазанье (подлезание под шнур боком; прямо, высота – 40см). 2. Равновесие (ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове). 3. Прыжки (на правой и левой ноге до предмета). 4. Ходьба между предметами на носках.
Подвижные игры	«Пожарные на учении»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Пожарные на учении»
Малоподвижные игры	«Найди и промолчи»	По выбору детей.	Ходьба в колонне по одному.	«У кого мяч?»

Декабрь

Этапы занятия	1 неделя 1-2 занятие	2 неделя 4-5 занятие	3 неделя 7-8 занятие	4 неделя 10-11 занятие
Планируемые результаты развития интегративных качеств: сохраняет в беге правильную дистанцию друг от друга; умеет ходить по наклонной доске с сохранением устойчивого равновесия;				

перебрасывать мяч; ходить и бегать по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону; прыгать попеременно на правой и левой ноге, продвигаясь вперед; ползать по гимнастической скамейке; ловить мяч; лазать на гимнастическую стенку.				
1 часть	Построение в шеренгу, ходьба и бег в колонне по одному, между предметами, с поворотом в другую сторону, в рассыпную, по кругу.			
ОРУ	С обручем	С флажками	Без предметов	Без предметов
2 часть. Основные виды движений.	1.Равновесие (ходьба по наклонной доске боком; прямо). 2.Прыжки (на двух ногах через бруски; между набивными мячами). 3.Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы. 4.Переброска мяча друг другу в парах.	1. Прыжки (с ноги на ногу, продвигаясь вперед). 2.Броски мяча вверх и ловля двумя руками. 3.Ползание (на четвереньках между предметами; по прямой, проталкивая мяч головой). 4.Прокатывание набивного мяча.	1.Перебрасывание мяча друг другу. 2.Ползание (по гимнаст.скамейке на животе; на четвереньках с мешочком на спине). 3.Равновесие (ходьба по гимнаст.скамейке с мешочком на голове; боком).	1.Лазанье (на гимнаст.стенку; до верха). 2.Равновесие (ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; боком с мешочком на голове). 3.Прыжки (на двух ногах между предметами).
Подвижные игры	«Ловишки с ленточками»	«Не оставайся на полу»	«Охотники и зайцы»	«Хитрая лиса»
Малоподвижные игры	«Сделай фигуру»	«У кого мяч?»	«Летает-не летает»	Ходьба в колонне по одному.

Январь

Этапы занятия	1 неделя 13-14 занятие	2 неделя 16-17 занятие	3 неделя 19-20 занятие	4 неделя 22-23 занятие
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить и бегать между предметами; сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; прыгать с ноги на ногу; забрасывать мяч в кольцо; ползать на четвереньках; прокатывать мяч головой; прыгать в длину с места; перебрасывать мяч друг другу; лазать на гимнастическую стенку.				
1 часть	Построение в шеренгу, ходьба и бег в колонне по одному, между предметами, с поворотом в другую сторону, в рассыпную, по кругу.			
ОРУ	С кубиком	С веревкой	На гимнаст.скам.	С обручем
2 часть. Основные виды движений.	1.Равновесие (ходьба и бег по наклонной доске). 2.Прыжки (на правой и левой ноге между предметами). 3.Метание (броски в шеренге).	1. Прыжки (в длину с места). 2.Броски мяча вверх. 3.Проползание (под дугами на четвереньках, подталкивая мяч). 4.Перебрасывание мячей друг другу.	1.Перебрасывание мяча друг другу. 2.Пролезание (в обруч боком). 3.Ходьба (перешагивание через набивные мячи; с мешочком на голове).	1.Лазанье (на гимнаст.стенку; до верха). 2.Равновесие (ходьба по гимнастической скамейке; руки за головой). 3.Прыжки (на двух ногах; через шнуры).

	4.Перебрасывание мячей друг другу.			4.Ведение мяча.
Подвижные игры	«Медведи и пчелы»	«Совушка»	«Не оставайся на полу»	«Хитрая лиса»
Малоподвижные игры	По выбору детей.	Ходьба в колонне по одному.	По выбору детей.	Ходьба в колонне по одному.

Февраль

Этапы занятия	1 неделя 25-26 занятие	2 неделя 28-29 занятие	3 неделя 31-32 занятие	4 неделя 34-35 занятие
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить и бегать в рассыпную, взявшись за руки; сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; прыгать; забрасывать мяч в корзину; энергично отталкиваться и приземляться на полусогнутые ноги в прыжках; лазать под дугу; отбивать мяч о землю; метать в вертикальную цель; лазать под палку и перешагивать через нее; лазать на гимнастическую стенку.				
1 часть	Построение в шеренгу, ходьба и бег в колонне по одному, между предметами, с поворотом в другую сторону, в рассыпную, по кругу, взявшись за руки.			
ОРУ	С гимнаст.палкой	С мячом	На гимнаст.скам.	Без предметов
2 часть. Основные виды движений.	1.Равновесие (ходьба по гимнаст.скамейке; бег по гимнаст.скамейке). 2.Прыжки (через бруски; правым и левым боком). 3.Бросание мячей в корзину.	1. Прыжки (в длину с места). 2.Отбивание мяча о пол одной рукой. 3.Лазание (подлезание под дугу). 4.Ползание (на четвереньках между предметами). 5.Перебрасывание мяча одной рукой.	1.Метание (в вертикальную цель правой и левой рукой). 2.Подлезание (под палку). 3.Перешагивание (через шнур). 4.Ползание (по гимнаст.скамейке на четвереньках с мешочком на спине). 5.Ходьба (на носках между кеглями).	1.Лазанье (на гимнаст.стенку). 2.Равновесие (ходьба по гимнастической скамейке; руки за головой). 3.Прыжки (с ноги на ногу). 4.Отбивание мяча в ходьбе. 5.Бросание мяча вверх и ловля одной рукой.
Подвижные игры	«Охотники и зайцы»	«Не оставайся на полу»	«Мышеловка»	«Гуси-лебеди»
Малоподвижные игры	По выбору детей.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Март

Этапы занятия	1 неделя 1-2 занятие	2 неделя 4-5 занятие	3 неделя 7-8 занятие	4 неделя 10-11 занятие
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить в колонне по одному, с поворотом в другую сторону, по канату, с мешочком на голове; прыгать в высоту с разбега; перебрасывать мяч; метать мешочки в горизонтальную цель; ползать между предметами, по гимнастической скамейке.				

1 часть	Построение в шеренгу, ходьба и бег в колонне по одному, между предметами, с поворотом в другую сторону, в рассыпную, по кругу, семенящим шагом, со сменой темпа.			
ОРУ	С мячом	Без предметов	С кубиком	С обручем
2 часть. Основные виды движений.	1.Равновесие (ходьба по канату боком; с мешочком на голове). 2.Прыжки (из обруча в обруч; на двух ногах через набивные мячи). 3.Перебрасывание мяча друг другу.	1. Прыжки (в высоту с разбега). 2.Метание (в вертикальную цель правой и левой рукой). 3.Ползание (на четвереньках между предметами).	1.Лазание (по гимнаст.скамейке с опорой на ладони и колени). 2.Равновесие (ходьба по гимнаст.скамейке боком; на середине присесть). 3.Прыжки (вправо и влево через шнур; из обруча в обруч).	1.Лазанье (под шнур боком). 2.Метание (в горизонтальную цель). 3.Равновесие (ходьба на носках между предметами; с перешагиванием). 4.Ползание (на четвереньках с опорой на ладони и колени).
Подвижные игры	«Пожарные на учении»	«Медведи и пчелы»	«Стоп»	«Не оставайся на полу»
Малоподвижные игры	«Мяч водящему»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

Апрель

Этапы занятия	1 неделя 13-14 занятие	2 неделя 16-17 занятие	3 неделя 19-20 занятие	4 неделя 22-23 занятие
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить и бегать по кругу; сохранять равновесие при ходьбе по повышенной опоре; прыгать с короткой скакалкой; метать; прокатывать обруч; метать в вертикальную цель; лазать на гимнастическую стенку.				
1 часть	Построение в шеренгу, ходьба и бег в колонне по одному, с перешагиванием через шнуры попеременно, в рассыпную, между предметами, с выполнением заданий.			
ОРУ	С гимнаст.палкой	С короткой скакалкой	С мячом	Без предметов
2 часть. Основные виды движений.	1.Равновесие (ходьба по гимнаст.скамейке; с передачей мяча на каждый шаг перед собой и за спиной). 2.Прыжки (через бруски; на двух ногах) 3.Броски мяча двумя руками из-за головы; вверх.	1. Прыжки (через скакалку на месте; продвигаясь вперед). 2.Прокатывание обручей друг другу. 3.Пролезание (в обруч прямо и боком).	1.Метание (в вертикальную цель). 2.Ползание (по прямой; на ладонях и ступнях) 3.Ходьба (по гимнаст.скамейке, перешагивая через предметы).	1.Лазанье (на гимнаст.стенку). 2.Прыжки (через скакалку на месте и вперед; через шнур вправо и влево). 3.Равновесие (ходьба по канату боком). 4.Ходьба (на носках между набивными мячами).

Подвижные игры	«Медведь и пчелы»	«Стой»	«Удочка»	«Горелки»
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.	«Угадай, чей голосок?»

Май				
Этапы занятия	1 неделя 25-26 занятие	2 неделя 28-29 занятие	3 неделя 31-32 занятие	4 неделя 34-35 занятие
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить и бегать с поворотом в другую сторону, между предметами; сохранять равновесие по повышенной опоре; прыгать в длину с разбега; перебрасывать мяч; ползать на животе				
1 часть	Построение в шеренгу, ходьба и бег в колонне по одному, в рассыпную, с перешагиванием через шнуры, между предметами, с ускорением и замедлением темпа.			
ОРУ	Без предметов	С флажками	С мячом	С обручем
2 часть. Основные виды движений.	1. Равновесие (ходьба по гимнаст. скамейке, перешагивая через предметы; боком). 2. Прыжки (на двух ногах; попеременно). 3. Броски мяча о стену.	1. Прыжки (в длину с разбега). 2. Перебрасывание мяча друг другу. 3. Пролезание (по прямой на ладонях и ступнях). 4. Забрасывание мяча в корзину. 5. Лазание (под дугу).	1. Броски (о пол одной рукой). 2. Лазание (пролезание в обруч правым и левым боком; прямо). 3. Равновесие (ходьба по гимнаст. скамейке боком; с мешочком на голове).	1. Ползание (по гимнаст. скамейке на животе). 2. Равновесие (ходьба с перешагиванием через предметы). 3. Прыжки (на двух ногах между предметами; на правой и левой ноге попеременно).
Подвижные игры	«Мышеловка»	«Не оставайся на полу»	«Пожарные на учении»	«Караси и щука»
Малоподвижные игры	«Что изменилось?»	«Найди и промолчи»	Ходьба в колонне по одному.	Ходьба в колонне по одному.

2.3 Виды интеграции образовательных областей

Здоровье: создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования ОВД; воспитывать бережное отношение к своему телу, к своему здоровью, здоровью других детей; продолжать укреплять здоровье детей; дать им представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма; приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде; осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки; формировать желание вести здоровый образ жизни; формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред своему здоровью.

Социализация: способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры с мячом, игры в которых развиваются навыки ползания и лазания; развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика; развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх; постепенно вводить игры с более сложными движениями и их сменой; поощрять

попытки помочь сопернику, пожалеть его; развивать умение в ходе игры соблюдать правила.

Коммуникация: помогать детям доброжелательно общаться друг с другом ; развивать инициативную речь в ходе игры со взрослыми и сверстниками; формировать умение слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая взрослого; формировать потребность делиться своими впечатлениями; на основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и обогащать, активировать словарный запас детей; развивать диагностическую форму речи.

Безопасность: продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду; учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении и осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держась за перила; помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакт друг с другом; развивать диалогическую форму речи; не разговаривать с незнакомыми людьми на улице, сообщать взрослому о появлении постороннего человека на участке.

2.3.1 Современные здоровьесберегающие технологии в ДОО

Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в системе дошкольного образования, отражают две линии оздоровительно-развивающей работы:

- приобщение детей к физической культуре
- использование развивающих форм оздоровительной работы.

Акцент смещается от простого лечения и профилактики болезней на укрепление здоровья как самостоятельно культивируемой ценности, необходим комплекс эффективных лечебно-профилактических мер, система надежных средств коррекции психофизического развития на протяжении всего дошкольного детства.

Стремление к комплексности понятно и оправдано, т.к. здоровый ребенок рассматривается в качестве целостного телесно-духовного организма, требующего индивидуально-дифференцированного подхода.

Принципы, лежащие в формировании единства:

- 1.** принцип развития творческого воображения – внутреннее условие оздоровительной работы, здесь ребенок условно предстает объектом тех или иных педагогических и медицинских воздействий. И, как показала статистика, благодаря включению ребенком воображения, можно добиться существенных результатов в профилактике и лечении ряда заболеваний: ОРЗ, диатеза, энуреза, отдельных нарушений ССС и ЖКТ;
- 2.** принцип формирования осмысленной моторики – движение может стать произвольным и управляемым только тогда, когда оно будет осмысленным и ощущаемым. Ребенку предстоит научиться слушать, понимать, уважать и любить свое тело;
- 3.** принцип создания и закрепления целостного позитивного психосоматического состояния при различных видах деятельности, который реализуется благодаря многофункциональным развивающим формам здоровьесберегающей работы;
- 4.** принцип формирования у детей способности к сопереживанию и содействию.

Формы организации здоровьесберегающей работы:

- физкультурные занятия
- самостоятельная деятельность детей
- подвижные игры
- утренняя гимнастика (традиционная, дыхательная, звуковая)
- двигательные-оздоровительные физкультминутки

- физические упражнения после дневного сна
- физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами
- физкультурные прогулки (в парк, на стадион)
- физкультурные досуги
- спортивные праздники
- оздоровительные процедуры в водной среде.

Существующие здоровьесберегающие образовательные технологии можно выделить в три подгруппы:

- Организационно-педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующие предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;
- Психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми;
- Учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья.

Здоровьесберегающие технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья:

1. Динамические паузы - во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

2. Подвижные и спортивные игры – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В детском саду мы используем лишь элементы спортивных игр.

3. Гимнастика пальчиковая – с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).

4. Гимнастика для глаз – ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.

5. Гимнастика дыхательная – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.

6. Бодрящая гимнастика – ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.

7. Гимнастика корригирующая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей.

8. Корректирующая гимнастика – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы

9. Физкультурное занятие – 2 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Старший возраст – 25 мин. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.

Коррекционные технологии

Технологии музыкального воздействия – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от

поставленных целей. Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр.

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Закаливание, важное звено в системе физического воспитания детей. Оно обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение его устойчивости к воздействию постоянно изменяющихся условий внешней среды. Закаливание дает оздоровительный эффект только при условии его грамотного осуществления и обязательного соблюдения следующих принципов:

1. закаливающие мероприятия гармонично вписываются во все режимные моменты;
2. проводятся систематически на фоне оптимального теплового состояния детей, на фоне их положительного эмоционального настроя;
3. проводятся с учетом индивидуальных, возрастных особенностей детей, состояния здоровья, уровня закаленности;
4. сила воздействия и длительность закаливающих процедур увеличивается постепенно.

Любая закаливающая процедура дает положительный результат только в комплексе закаливающих мероприятий, проводимых в повседневной жизни ДОУ. Необходимо составить программу закаливания по каждой группе с учетом возраста, группы здоровья детей, разработать схему индивидуальных программ закаливания на год, где отражается перечень закаливающих мероприятий, проводимых в течение дня. Программа согласовывается с врачом дошкольного учреждения и утверждается заведующим ДОУ.

Из всего богатого выбора существующих форм закаливания можно выделить наиболее доступные:

1. Нахождение детей в групповой комнате в облегченной одежде в течение дня;
2. Проведение утренней гимнастики на свежем воздухе в летний период;
3. Прогулки на свежем воздухе. При правильной организации прогулка является одним из важных моментов закаливания. Летом, когда температура воздуха достигает в тени 18 -20 градусов, вся жизнь детей переносится на участок. В холодное время года длительность пребывания детей на воздухе 3.5-4 часа в любую погоду в одежде, не стесняющей активную деятельность ребенка;

При карантинном режиме применение полоскания горла: водой комнатной температуры 3 раза в день.

Использование специальных форм здоровьесберегающих технологий с применением развивающей программы оздоровления, приводит не только к сохранению, но и к развитию здоровья воспитанников.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

2.4. Взаимодействие инструктора по физической культуре с педагогами ДОУ и родителями воспитанников процессе реализации задач образовательных областей «Физическая культура» и «Здоровье»

Вся работа по физическому воспитанию детей должна строиться с учетом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

Поэтому главная задача педагогов и специалистов ДОУ знать состояние здоровья, физическое развитие, особенности поведения, характер, интересы, эмоциональные проявления воспитанников, т. е. провести диагностику (мониторинг).

Комплекс диагностических мероприятий в нашем дошкольном учреждении, осуществляется целым коллективом специалистов (воспитателями, медиками, узкими специалистами).

1. медицинский персонал (оценка физического развития и здоровья);
2. инструктор по физической культуре и воспитатели (оценка уровня двигательной активности и физической подготовленности)
3. музыкальный руководитель (оценка музыкально-ритмического развития детей).

Взаимодействие с медицинским персоналом.

В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольного учреждения и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинского персонала.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности, являются:

1. Физическое состояние детей, посещающих детский сад.
2. Профилактика заболеваний ОДА, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем.
3. Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности
4. 2 раза в год осуществляем медико-педагогический контроль над физкультурными занятиями.
5. Проводя работу по формированию у детей начальных представлений о ЗОЖ, привлекаем медиков к проведению интегрированных занятий по валеологии, развлечений, консультаций для педагогов и родителей.

Взаимодействие с воспитателями.

За успешное выполнение всех задач образовательной программы отвечает воспитатель, а инструктор по физической культуре должен оказывать помощь воспитателю по различным вопросам физического развития детей.

Инструктор по физической культуре:

1. планирует и организует образовательную деятельность по физическому воспитанию
2. планирует и организует физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня
3. оказывает методическую помощь по вопросам физического воспитания всем педагогам (проводит различные консультации, выступаю на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т.д.). Кроме групповых форм взаимодействия я раз в неделю встречаюсь со специалистами и обсуждаю вопросы, требующие внимания.
4. разрабатывает и организует информационную работу с родителями.

Совместно с воспитателями 2 раза в год (в начале и в конце года) проводим обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей, что дает возможность спрогнозировать возможные положительные изменения этих показателей на конец учебного года.

Одной из основных форм работы по физическому воспитанию являются физкультурные занятия.

Чтобы физкультурные занятия были действительно развивающими, интересными, увлекательными и познавательными, использую разные формы их проведения (традиционные, тренировочные, контрольно-проверочные, игровые, тематические, сюжетные и интегрированные).

Руководящую роль на занятии занимает инструктор. Но воспитатель, зная методику проведения физкультурных занятий, следит за качеством выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений, помогает в регулировании физической нагрузки на каждого ребенка.

Воспитатель, как бы, является связующим звеном между мной и родителями (проводит с ними беседы по моим рекомендациям, дает консультации, рекомендации, индивидуально для каждого ребенка). В свою очередь инструктор проводит консультации, беседы, выступаю на родительских собраниях, оформляет наглядный материал. Вместе с воспитателями привлекаем родителей к совместным мероприятиям – праздникам и развлечениям. Потому что успехов в укреплении здоровья детей, их полноценном развитии,

повышении двигательной активности можно добиться только при единстве системы физического воспитания в детском саду и семьи, что требует тесного взаимодействия педагогов и родителей.

Взаимодействие с музыкальным руководителем:

Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора или воспитателя от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя.

Очень важно, чтобы музыка на занятии не звучала только ради того, чтобы прозвучать, она должна естественно вплестаться в занятие, в каждое движение. Поэтому если на утренней гимнастике, занятии или развлечении мне необходимо музыкальное сопровождение мы вместе подбираем музыкальные произведения к различным упражнениям и играм. Энергичный бодрый марш для ходьбы, легкая танцевальная музыка для прыжков – полька, галоп. Общеразвивающие упражнения имеют свою структуру, поэтому для них подбираем произведения определенного строения. И самое главное сначала попробовать самой выполнить эти упражнения под музыку. При необходимости можно подбирать музыку и к ОВД

Чаще всего используем музыку, в том числе и звукозаписи, в подвижных и хороводных играх, во время проведения эстафет и соревнований, а также в заключительной части занятия, когда музыка выступает как успокаивающее, обеспечивающее постепенное снижение физической нагрузки средство. В этой части использую звуки природы и звучание лирических произведений.

Совместно с музыкальным руководителем проводим музыкально-спортивные праздники и развлечения. Такие мероприятия планируем согласно годовому календарно-тематическому планированию.

Физкультурные праздники и досуги

Период	Тема	Итоговое мероприятие
1 неделя ноября	Досуг	«День бегуна»
1-3 неделя января	Зимние развлечения	Путешествие к Снежной Королеве
4 неделя января	Безопасность	Школа Аркадия Паровозова
4 неделя февраля	День защитника Отечества	Спортивное развлечение с родителями «Папа может все!»
2 неделя марта	Моя семья	«Мама, папа, я-спортивная семья»
1 неделя апреля	Здоровье	«Приключения Айболита и его друзей»
2 неделя апреля	Космос	Спортивно-музыкальный досуг «Поможем Звездочету»
3 неделя мая	Дорожная безопасность	«Приключение Светофорчика»

Совместная работа с родителями воспитанников ГБДОУ

№	Тема консультации	Дата проведения	Ответственный
---	-------------------	-----------------	---------------

1	Основные направления физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ в новом учебном году	сентябрь	Инструктор ФИЗО
2	Общее родительское собрание Групповые собрания	октябрь	Инструктор ФИЗО
3	Анкетирование «Место спорта в вашей семье».	ноябрь	Инструктор ФИЗО
4	Как провести выходные с детьми	декабрь	Инструктор ФИЗО
5	Использование элементов зимних спортивных игр на прогулке в самостоятельной деятельности детей	январь	Инструктор ФИЗО
6	Подвижные игры – одна из форм повышения двигательной активности дошкольников	февраль	Инструктор ФИЗО
7	Мама, папа, я –здоровая семья	март	Инструктор ФИЗО
8	Упражнения для формирования правильной осанки и предупреждения плоскостопия, виды коррекционных гимнастик (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз).	апрель	Инструктор ФИЗО
9	Спорт в жизни ребёнка	май	Инструктор ФИЗО
10	Занятия плаванием. Польза и вред.	Июнь июль август	Инструктор ФИЗО

III Организационный раздел

3.1. Организация образовательного процесса

Ежедневная организация жизни и деятельности детей строится на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

Режим дня разработан на основе:

- Основной общеобразовательной Программы дошкольного образования, разработанной коллективом детского сада.
- Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.3648-20).

Режим работы старшей группы и длительность пребывания в ней детей определяются Положением о дошкольных группах ГБДОУ д/с №2 Кронштадтского района г. Санкт-Петербурга:

- пятидневная рабочая неделя;
- длительность работы старшей группы ГБДОУ д/с №2 Кронштадтского района г. Санкт-Петербурга 12 часов;
- ежедневный график работы ГБДОУ д/с №2 Кронштадтского района г. Санкт-Петербурга с 7.00 до 19.00 часов;
- выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие и праздничные дни.

Режим работы изменяется на летний оздоровительный период.

Цикличность процессов жизнедеятельности обуславливают необходимость выполнения режима, представляющего собой рациональный порядок дня, оптимальное взаимодействие и определённую последовательность периодов подъёма и снижения активности, бодрствования и сна. Режим дня в детском саду организуется с учётом физической и умственной работоспособности, а также эмоциональной реактивности в первой и во второй половине дня.

При составлении и организации режима дня учитываются повторяющиеся компоненты:

- время приёма пищи;
- укладывание на дневной сон;
- общая длительность пребывания ребёнка на открытом воздухе и в помещении при выполнении физических упражнений.

Расписание непосредственной образовательной деятельности по физической культуре

Дни недели	Боровичок	Мультяшки
Понедельник	10:10-10:35	
Вторник		
Среда		9:35-10:00
Четверг		10:10-10:35
Пятница	9:00-9:25	

Режим двигательной активности детей старшей группы

Дни недели	Формы организации двигательной активности	Время (минуты)
Понедельник	Утренняя гимнастика	10
	Физическая культура	25
	Закаливающие мероприятия	5
	Подвижные игры и физические упражнения на прогулках	15
	Бодрящая гимнастика	10
	Всего минут:	65
Вторник	Утренняя гимнастика	10
	Закаливающие мероприятия	5
	Подвижные игры и физические упражнения на прогулках	15
	Бодрящая гимнастика	10
	Всего минут:	40

Среда	Утренняя гимнастика	10
	Физическая культура	25
	Закаливающие мероприятия	5
	Подвижные игры и физические упражнения на прогулках	15
	Бодрящая гимнастика	10
	Всего минут:	65
Четверг	Утренняя гимнастика	10
	Физическая культура	25
	Закаливающие мероприятия	5
	Подвижные игры и физические упражнения на прогулках	15
	Бодрящая гимнастика	12
	Всего минут:	65
Пятница	Утренняя гимнастика	10
	Физическая культура	25
	Закаливающие мероприятия	5
	Подвижные игры и физические упражнения на прогулках	15
	Бодрящая гимнастика	10
	Всего минут:	65

Физкультурный досуг 1 раз в месяц 30 минут.

Физкультурный праздник 2 раза в год 30 минут (зимний, летний).

3.2. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса в группе соответствует государственным и местным требованиям и нормам.

Образовательный процесс организуется в соответствии с:

- санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;
- правилами пожарной безопасности;
- требованиями, предъявляемыми к средствам обучения и воспитания детей дошкольного возраста (учет возраста и индивидуальных особенностей развития детей);
- требованиями к оснащённости помещений, развивающей предметно-пространственной средой;
- требованиями к материально-техническому обеспечению программы (учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы).

3.2.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Организация предметно-развивающей среды является неременным элементом для осуществления педагогического процесса, носящего развивающий характер. Предметно-развивающая среда как организованное жизненное пространство, способна обеспечить социально-культурное становление дошкольника, удовлетворить потребности его актуального и ближайшего развития.

В соответствии с ФГОС была проанализирована предметно- развивающая среда физкультурного зала ГБДОУ д/с 2.

- Принцип педагогической целесообразности, согласно которому в ДОУ предусмотрено необходимое и достаточное наполнение предметно-развивающей среды, а также обеспечена для каждого воспитанника возможность самовыражения

с учетом их интересов, желаний, потребностей и особенностей, что обеспечивает индивидуальную комфортность и эмоциональное благополучие каждого ребенка. Для этого в физкультурном зале имеется: модули, тренажеры, мячи, обручи, ракетки, нестандартное физкультурное оборудование.

- Принцип полифункциональности реализуется за счет обеспечения всех составляющих общеобразовательного процесса и возможностью разнообразного использования различных составляющих предметно-развивающей среды.

В ДОУ учитывается этот принцип путем приобретения специфических материалов для девочек и мальчиков, пример: мешочки для выполнения упражнений красного и синего цвета, гимнастические ленты, клюшки хоккея.

- Принцип трансформируемости, обеспечивающий возможность гибкого построения и периодического изменения предметно-развивающей среды, позволяет вывести на первый план ту или иную функцию пространства по ситуации, в зависимости от целей и задач взаимодействия с детьми педагог имеет возможность изменить пространство зала за счет установки мягких модулей,
- Принцип информативности обеспечивается разнообразием тематического материала и оборудования и активизации воспитанников во взаимодействии с предметным окружением, проводимая в системе работа по физическому направлению развивает у детей умение пользоваться физкультурным оборудованием, знать его предназначение. Все оборудование ДОУ отвечает гигиеническим, педагогическим и эстетическим требованиям, а также санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам. Подбор оборудования осуществляется с учетом ведущего вида деятельности детей дошкольного возраста и исходит из того, что при реализации ООП дошкольного образования основной формой работы с детьми является игра.

Таким образом, анализ предметно-развивающей среды ГБДОУ д/с 2 показал, что в учреждении выполняются требования ФГОС к условиям реализации основной общеобразовательной программы дошкольного воспитания по общеобразовательной области «Физическая культура», а также требования к созданию здоровьесберегающего пространства дошкольного образовательного учреждения.

В физкультурном зале ГБДОУ д/с 2 имеется:

- разнообразное спортивное оборудование для развития основных видов движений (ходьбы, бега, прыжков, лазания, метания), предупреждения нарушений осанки и плоскостопия, формирования пространственной ориентировки: шведская стенка, дуги, гимнастические скамейки, дорожки, цели и мешочки для метания, бруски, зрительные ориентиры, канаты, веревки, наклонные доски.
- спортивный игровой инвентарь: кегли, мячи, скакалки, обручи, кубики, флажки, султанчики, палки
- оборудование для спортивных игр: баскетбола, футбола, хоккея
- подборка методической литературы и пособий
- колонка

Особенности организации физкультурного уголка в группе

Главная цель физкультурного уголка:

Физкультурный уголок служит удовлетворению потребности дошкольника в движении и приобщению его к здоровому образу жизни.

Задачи физкультурного уголка:

- развитие движений и совершенствование двигательных функций;
- достижение необходимой для возраста физической подготовленности;
- предупреждение нарушений ОДА;

- создание благоприятных условий для активного отдыха, радостной содержательной деятельности в коллективных играх и развлечениях;
- приобщение детей к занятиям физической культуры и спорту.

Задача воспитателя:

Научить детей самостоятельной двигательной активности в условиях ограниченного пространства и правильному использованию физкультурного оборудования.

Требования к спортивному уголку

1. Безопасность размещения: спортивный уголок не следует размещать рядом с окнами, уголком природы и зоной самостоятельной художественной деятельности детей. Он может быть размещен: в приемной, групповой или спальном комнате.
2. Отвечать гигиеническим и педагогическим требованиям, а расположение принципу целесообразности.
3. Уголок должен логично вписываться в интерьер комнаты и быть эстетически оформлен.
4. Уголок должен быть доступным в использовании каждым ребенком.
5. Уголок должен соответствовать возрасту детей и требованиям программы, учитывать интересы, как мальчиков, так и девочек.
6. Наличие символики физкультуры и спорта.

Физкультурные пособия в младшем дошкольном возрасте важно разместить таким образом, чтобы они способствовали проявлению двигательной активности детей. Все имеющиеся пособия лучше вносить постепенно, чередуя их. В среднем возрасте дети стремятся к выполнению движений разными способами, выбирая наиболее рациональный.

Необходимо в этот период варьировать местоположение оборудования, периодически убирая то, что наскучило детям.

Во второй половине года необходимо пополнять уголок иллюстрированным материалом, дидактическими и настольными играми для ознакомления детей с видами спорта.

1. Теоретический материал:

- картотека подвижных игр в соответствии с возрастом детей;
- картотека малоподвижных игр в соответствии с возрастом детей;
- картотека физкультминуток в соответствии с возрастом детей;
- картотека утренних гимнастик в соответствии с возрастом детей;
- картотека бодрящих гимнастик в соответствии с возрастом детей;
- картотека считалок
- иллюстрированный материал по зимним видам спорта;
- иллюстрированный материал по летним видам спорта

4. Для игр и упражнений с прыжками:

- скакалки;
- обручи;
- шнуры.

5. Для перешагивания, подъема и спуска:

- скамейки

6. Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием:

- кольцоброс;
- мячи резиновые разных размеров;
- мячи или мешочки с песком для метания
- кегли;

7. Выносной материал:

- мячи резиновые;
- скакалки;
- обручи.

8. Наличие бубна для проведения утренней гимнастики

3.2.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Психолого-педагогическая работа по освоению детьми образовательных областей обеспечивается использованием следующих программ, технологий и методических пособий:

Направление «Физическое развитие»

Физическая культура

Цель – формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- 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.

Список литературы

1. Ахутина Т. В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально – ориентировочный подход / Школа здоровья, 2000.
2. Н.Е.Веракса, Т.С.Комарова, М.А.Васильева. От рождения до школы. М. «Мозаика-Синтез», 2014г.
3. Доронова Т.Н. Взаимодействие дошкольного учреждения с родителями. Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений. – М. – 2002.
4. Инструктор по физической культуре / Сфера, 2014.
5. Маханева М.: С физкультурой дружить - здоровым быть! Методическое пособие / изд. «Сфера», 2009.
6. Образцова Т. Н.: Подвижные игры для детей / изд. «Лада/Москва», 2005.
7. Овчинникова Т. С. Организация здоровье - сберегающей деятельности в ДОУ. – СПб, 2006.
8. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-7 лет. М., «Мозаика Синтез», 2009г.
9. Степанкова Э.Я. Сборник подвижных игр (2-7 лет). М., «Мозаика Синтез», 2011г.
10. Степанкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. М., «Мозаика Синтез», 2005г.
11. Тимофеева Л.Л., Корнейчева Е.Е., Грачева Н.И. Планирование образовательной деятельности в ДОО: Младшая группа: Методическое пособие: Составлено в соответствии с ФГОС ДО / Центр педагогического образования. – М., 2014.
12. Чупаха, И.В., Пужаева Е.З., Соколова И.Ю. Здоровьесберегающие технологии в образовательно- воспитательном процессе – М., 2003.