

Российская Федерация
Республика Карелия
Администрация Костомукшского городского округа
Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Берёзка»
186931 г. Костомукша, ул. Октябрьская, дом 1, телефон (81459) 7-19 52
ИНН/КПП 1004006950/100401001
E-mail: berezkacad@yandex.ru

Согласовано на педагогическом совете
Протокол № 4
от 29.05.2020 г

Утверждаю
заведующий МКДОУ «Берёзка»
Е.Б.Альбицкая



Рабочая программа по образовательной области
«Физическое развитие»

Программа разработана
инструктором по физическому
воспитанию
Румянцевой Т.И.
МКДОУ «Берёзка»
2020 год

Оглавление

Целевой раздел	3
Первая группа раннего возраста	4
Вторая группа раннего возраста	8
Младшая группа	11
Средняя группа	23
Старшая группа	35
Подготовительная к школе группа	47

1. Целевой раздел.

1.1. Пояснительная записка.

1.1.1. Нормативно-правовые документы:

- Закон «Об образовании в Российской Федерации». (Приказ № 273 от 29. 12. 2012 года);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ № 1155 от 17 октября 2013 года);
- Приказ Минобрнауки от 30.08.2013 г №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановление Главного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- ООП ДО МКДОУ «Берёзка»;
- Устав МКДОУ «Берёзка»;
- Положения о рабочей программе педагога МКДОУ «Берёзка»

1.1.2Цели и задачи реализации программы.

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Очень важной составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.

Цель Программы:

Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

Для достижения целей Программа решает следующие задачи:

- 1) развитие физических качеств - гибкости, координации, выносливости, скоростно - силовых качеств;
- 2) накопление и обогащение двигательного опыта детей - овладение основными видами движений;
- 3) формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- 4) охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 5) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни;
- 6) обеспечение психолого - педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в процессе развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;
- 7) коррекция (исправление или ослабление) негативных тенденций развития детей с ОВЗ.

1.1.3 Принципы построения программы по ФГОС:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение 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 (индивидуализация дошкольного образования);
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) сотрудничество организации 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); 9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

Первая группа раннего возраста (от 1.6 мес. до 2 лет)

1.1.4 Планируемые результаты освоения программы

Перешагивает через палку или веревку, приподнятую на высоту 10 см, или перешагивает чередующимся шагом через 3-4 предмета

1.1.5. Задачи воспитания и обучения

Продолжать укреплять здоровье детей, закалять их, развивать основные виды движений. Создавать условия, способствующие развитию двигательной активности. Предупреждать утомление детей.

1.1.5. Психолого педагогическая характеристика возраста

На втором году жизни развивается самостоятельность детей. На развитие основных движений ребенка частично влияют пропорции его тела: короткие ноги, длинное туловище, большая голова. Несовершенна и осанка. Детей второго года жизни характеризует высокая двигательная активность.

Постепенно совершенствуется ходьба. Дети учатся свободно передвигаться на прогулке: они взбираются на бугорки, ходят по траве, перешагивают через небольшие препятствия, например, через палку, лежащую на земле. Исчезает шаркающая походка. В подвижных играх и на музыкальных занятиях дети выполняют боковые шаги, медленно кружатся на месте.

После полутора лет у малышек кроме основных развиваются и подражательные движения (мишке, зайчику).

В простых подвижных играх дети привыкают координировать движения и действия друг с другом (при участии не более 8-10 человек).

2. Содержательный раздел

2.1. Одним из главных приобретений второго года жизни можно считать совершенствование основных движений, особенно ходьбы.

Развитие движений

Ползание, лазание

подползать под веревку, скамейку; переползать через бревно; влезать со страховкой на стремянку (высотой 1-1,5 м) и слезать с нее. Игры: «Проползи по мостику», «Собери колечки», «Догони веревку».

Ходьба и бег

Ходить «стайкой», пытаться бегать в прямом направлении; ходить по ограниченной площади опоры (доске, дорожке), удерживая равновесие;

подниматься по наклонной доске и сходить с нее; входить и сходить с опоры (высотой 12-15 см); ходить по неровной дорожке, взбираться на бугорки, перешагивать канавки. Игры: «Догони мяч», «Принеси игрушку», «Пройди – не упади», «Поднимай ноги выше», «Нам весело».

Катание, бросание: катать мяч в паре с воспитателем, со сверстником; бросать малый мяч вдаль одной рукой, подбрасывать вверх двумя и одной рукой, бросать вниз. Игры: «Передай мяч», «Брось подальше», «Брось мяч и догони».

Самостоятельные игры детей с каталками, игрушками, с использованием разных движений.

Общеразвивающие упражнения:

поднимать и опускать руки, вытягивать руки вперед; выполнять различные движения – вращать кистями рук, сжимать и разжимать пальцы, захватывать пальцами мелкие предметы; стоя и сидя поворачиваться влево и вправо, передавать друг другу предметы, наклоняться вперед и выпрямляться; приседать с поддержкой; пытаться подпрыгивать. Игры: «Птицы машут крыльями», «Маленькие и большие», «Деревья качаются»

Примерные комплексы гимнастических упражнений для занятий с детьми от 1 г 6 мес. до 2 лет

Название упражнения	исходное положение	какие мышцы укрепляются и какие навыки воспитываются
Круговые движения руками	Стоя (Взрослый выполняет упражнение вместе с детьми)	Руки и плечевой пояс
Приседание, держась за гимнастическую палку	Стоя	Брюшной пресс и стопы
Поднятие выпрямленных ног до уровня гимнастической палки	Лежа на полу на спине	Брюшной пресс и стопы
Ходьба по дорожке шириной 15 см	Стоя	Воспитание правильной ходьбы
Присаживание, держась за палку	Лежа на полу на спине	Руки и плечевой пояс
Подлезание под гимнастическую скамью (или любое другое препятствие высотой 40 см)	Лежа на животе	Спина, позвоночник, ноги
Присаживание с фиксацией колен и стоп	Стоя	Брюшной пресс
Ходьба по ребристой поверхности	Стоя	Профилактика плоскостопия

Перешагивание через ряд препятствий	Стоя	Воспитание координации движений
-------------------------------------	------	---------------------------------

С детьми старше 1 года 6 мес. подвижные игры проводятся индивидуально и подгруппами (2-3 человека)

2.2. Учебный план

Образовательная область	Вид игр-занятий	Количество минут в неделю
Физическое развитие	Развитие движений	2 раза в неделю до 10 минут
ИТОГО		20 минут

2.3. Оборудование для физического развития, рекомендованное Минобрнауки России от 20 июля 2011 г. № 2151

Комплект мячей-массажеров	3	Для ходьбы, бега, равновесия
Сухой бассейн с комплектом шаров	1	
Каталка-автомобиль, соразмерная росту ребенка	2	
Качалка фигурная	4	
Каталка для катания детей	2	
Спортивно-игровой комплект для малышей	1	
Мини-горка	1	
Обруч пластмассовый (малый)	2	
Набор мягких модулей. Тип 1	1	
Палка гимнастическая	4	
Развивающий тоннель	1	
Мягкая «кочка» с массажной поверхностью	6	
Скакалка детская	3	
Сенсорный мат-трансформер	1	
Коврик массажный со следочками	1	Для катания, бросания, ловли
Кольцеброс	1	
Мешочки для метания	1	
Мячи резиновые (комплект)	2	
Комплект разноцветных кеглей	1	
Набор мягких модулей разной высоты со скругленной верхней поверхностью для лазанья	1	

Вторая группа раннего возраста (2-3 года)

1.1.4. Планируемые результаты освоения программы.

Целевые ориентиры в раннем возрасте

- ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении; проявляет навыки опрятности;
- владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек.
- стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого;
- проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;
- проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинки, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства;
- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазание, перешагивание и пр.)

1.1.5. Психолого-педагогическая характеристика особенностей детей 2-3 лет

На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжают развиваться предметная деятельность, деловое сотрудничество ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление, в конце года появляются основы наглядно-образного мышления. Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами.

Быстрый темп физического развития, характерный для первых двух лет, на третьем году замедляется.

Третий год жизни – это период активного совершенствования качества имеющихся движений. Более координированными становятся движения рук и пальцев. Совершенствование ходьбы заключается в развитии координации движений ног и рук. Дети могут на ходу манипулировать предметами, кататься на

велосипеде. Ребенок согласует свои движения с внешними условиями, например, меняет движение в зависимости от темпа музыки. Происходит совершенствование и таких движений, как бег, лазание, бросание.

Малыш много двигается, не может длительное время сохранять неподвижность, но быстро устает от однообразных движений. При выборе игр и упражнений необходимо учитывать возрастные особенности детей, в частности мягкость и податливость скелета, сравнительно недостаточное развитие мускулатуры, быструю утомляемость. Некоторые движения вредны детям. Нельзя предлагать им висеть на руках, прыгать с высоты, требовать длительного повторения одних и тех же движений.

Ранний возраст завершается кризисом трех лет. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения с взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

2. Содержательный раздел

2.1. Цели и задачи

Формирование начальных представлений и здоровом образе жизни.

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Развивать основные движения: ходьба, бег, ползание, лазание, разнообразные действия с мячом.

Развивать у детей желание играть в подвижные игры вместе с воспитателем.

2.2. Содержание образовательных технологий

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.

Физическая культура. Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног.

Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).

Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать

развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание).

Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

Развитие движений осуществляется на утренней гимнастике, на занятиях по физической культуре, в подвижных играх, на прогулке, самостоятельной двигательной деятельности детей.

Утренняя гимнастика организуется до завтрака со всеми детьми одновременно, ее длительность 4-5 минут. Занятия физкультурой в начале года проводятся по подгруппам, затем со всей группой, длительностью 10 минут.

Ежедневно во время прогулок или в помещении (при плохой погоде) воспитатель проводит с детьми подвижные игры продолжительностью 5-10 минут.

2.3. Учебный план

Образовательные области	Виды организованной образовательной деятельности	группа общеразвивающей направленности с 2 до 3 лет
		количество часов образовательной деятельности в неделю
Физическое развитие	Формирование начальных представлений о ЗОЖ	Ежедневно через режимные моменты, как интегративная часть в образовательной деятельности
	Физическая культура в помещении на спортивном участке	20 мин
		10 мин
ИТОГО		30 мин

Комплект мячей-массажеров	3		
Сухой бассейн с комплектом шаров	1		
Каталка-автомобиль, соразмерная росту ребенка	2		
Качалка фигурная	4		
Каталка для катания детей	2		
Спортивно-игровой комплект для малышей	1		
Мини-горка	1		
Обруч пластмассовый (малый)	2		
Набор мягких модулей. Тип 1	1		
Палка гимнастическая	4		
Развивающий тоннель	1		
Мягкая «кочка» с массажной поверхностью	6		Для ходьбы,
Скакалка детская	3		

Сенсорный мат-трансформер	1	бега, равновесия
Коврик массажный со следочками	1	
Кольцеброс	1	Для катания, бросания, ловли
Мешочки для метания	1	
Мячи резиновые (комплект)	2	
Комплект разноцветных кеглей	1	
Набор мягких модулей разной высоты со скругленной верхней поверхностью для лазанья	1	

2.4. Оборудование для физического развития, рекомендованное Минобрнауки России от 20 июля 2011 г. № 2151

Младшая группа (3-4 года)

1.1.4 Планируемые результаты освоения программы

Результатом освоения Рабочей программы в младшей группе является формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Сохранение и укрепление здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

- Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, в разных направлениях по указанию взрослого
- Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке – стремянке, гимнастической стенке произвольным способом
- Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места
- Катает мяч в заданном направлении с расстояния, бросает мяч двумя руками от груди, из – за головы; ударяет мячом об пол, бросает вверх и ловит; метает предметы правой и левой руками.

Основные диагностические методы:

- наблюдение,
- диагностическая ситуация.

Формы проведения диагностики:

- групповая,
- подгрупповая.

Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательной области «Физическое развитие»

- 1 балл – ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;
- 2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;
- 3 балла – ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого;
- 4 балла – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;
- 5 баллов – ребенок выполняет все параметры самостоятельно.

Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год.

1.1.5. Психолого педагогическая характеристика возраста

В младшем дошкольном возрасте происходит дальнейший рост и развитие детского организма, совершенствуются физиологические функции и процессы. Активно формируются физиологические функции и процессы. Активно формируется костно - мышечная система, в силу чего недопустимо длительное пребывание детей в неудобных позах, сильные мышечные напряжения, поскольку это может спровоцировать дефекты осанки, плоскостопие, деформацию суставов.

В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится внеситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте. Основным содержанием игры являются действия с игрушками и предметами - заместителями. Продолжительность игры небольшая. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

Возникает и развивается новая форма общения со взрослым - общение на познавательные темы, которое сначала включено в совместную со взрослым познавательную деятельность. На основе совместной деятельности – в первую очередь игры - формируется детское общество.

Развивается перцептивная деятельность. К концу младшего дошкольного возраста дети способны ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса – и в помещении детского сада. Развиваются память и внимание.

Продолжает развиваться наглядно - действенное мышление. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами. Начинает развиваться воображение, которое наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами, которые проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие.

Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Дети 3-4 лет - это в первую очередь «деятели», а не наблюдатели.

Опыт активной разнообразной деятельности составляет важнейшее условие их развития.

3. Содержательный раздел

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно - двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)»

3.1.Цели и задачи

1. Продолжать развивать разнообразные виды движений.
2. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног.
3. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
4. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15- 20 см.
5. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании.
6. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.
7. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.
8. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
9. Учить кататься на санках.

10. Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.
11. Учить реагировать на сигналы « беги», « лови», « стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.
12. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры.

1. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.
2. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, мячами, шарами.
3. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
4. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

3.2.Комплексно-тематическое планирование

Интегрированная тема периода	Педагогические задачи	Итоговые мероприятия
Сентябрь « Я и детский сад».	Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Продолжать развивать разнообразные движения. Знакомить с правилами безопасного поведения на дороге и в детском саду.	Фестиваль «Детский сад территория здоровья». « Неделя игры».
Октябрь «Что нам осень подарила».	Расширять представления детей об осени. Организовывать игры с правилами. Развивать физические качества. Воспитывать бережное отношение к природе.	« Неделя здоровья» Фестиваль «Детский сад территория здоровья».
Ноябрь «Кто нас окружает».	Расширять знания о домашних и диких животных, птицах. Продолжать развивать разнообразные виды движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой движений.	Развлечение « Карнавал животных».
Декабрь «Здравствуй, гостя зима!»	Расширять представления о зиме. Знакомить с зимними видами спорта. Формировать представление о безопасном поведении зимой. Учить катать друг друга на санках, кататься с невысокой горки.	Развлечение «Катерина санница».
Январь «Что нас окружает».	Расширять представления детей о зиме (во что играют дети, зимних забавах, одежда, обувь). Учить кататься на лыжах, санках. Развивать физические качества.	Развлечение « Как нам весело зимой».
Февраль «Труд взрослых». « Я и папа».	Осуществлять патриотическое воспитание. Формировать первичные тендерные представления (воспитывать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми). Учить реагировать на сигналы «беги», «лови» и др. Развивать навыки лазанья, ползания.	Развлечение «Наша армия сильна - охраняет нас она».

Март «Семья».	Продолжать учить получать радость от совместных игр с мамой. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.	Развлечение «Я и мама».
Апрель «Весна».	Формировать представления детей о здоровом образе жизни. Расширять представления детей о весне, зиме, лете, осени. Развивать инициативу, самостоятельность и творчество в двигательной активности.	Неделя здоровья «Четыре царства».
Май «Я познаю мир».	Знакомить с правилами поведения дома, в лесу, на дороге. Укреплять и сохранять здоровье. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила в игре, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.	Развлечение «Азбука безопасности».

3.3. Компонент МБДОУ детского сада «Берёзка»

В дошкольной организации для решения задач образовательной области «Физическое развитие» используются программы разработанные педагогами детского сада:

- «Любимый край - Карелия»
- «Здоровье»
- «Безопасный детский сад»

Образовательная область «Физическое развитие»

Цель: формирование у детей интереса и ценностного отношения к карельским и русским народным подвижным играм.

Подвижная игра естественный спутник жизни ребенка, а народные игры являются и традиционным средством педагогики. В них отражается труд людей, образ жизни, быт, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве. В них дети могут проявить ловкость, выносливость, быстроту, смекалку, красоту движений, а также творческую выдумку, стремление к победе. Подвижные игры типа «Веркко да калат» (Сеть да рыба), Яной да хука (Заяц да волк) помогают освоить основные движения, воспитать интерес к карельской природе, быту крестьян. Часть карельских игр переняты у русского народа – «Имушка» (Жмурки), «Хиппа» (Пятнашки), «Пуаскат» (Бабки), что показывает взаимосвязь культуры соседних народов.

Ежегодное участие детей в городских спортивных мероприятиях в рамках городской программы «Костомукша – территория здоровья». Совместные спортивные мероприятия с привлечением воспитанников дошкольных учреждений в рамках ежегодного проведения дней «Карельской недели» в последнюю неделю февраля.

Здоровьесберегающая направленность форм, средств и методов работы

Основная цель: охрана жизни и здоровья детей дошкольного возраста, обеспечение безопасных условий жизнедеятельности.

Задачи:

- формирование у детей представлений о здоровом образе жизни;
- создание условий для организации лечебно-профилактической работы с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата.
- обеспечение профилактической направленности работы с родителями по вопросам физического воспитания детей дошкольного возраста;

Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса осуществляется на основании программ дошкольного учреждения «Здоровье», «Безопасный детский сад».

Система работы по данному направлению представлена следующими направлениями:

I направление - создание условий здоровьесберегающей направленности.

- Комплексная медико и психолого-педагогическая диагностика развития ребенка, мониторинг состояния физического и психического здоровья детей, в том числе с ОВЗ;
- Технологии создания здоровьесберегающей среды в детском саду и семье;
- Целесообразный набор и рациональное использование физкультурного оборудования и пособий при занятии физической культурой;
- Дифференцированный подход с учетом состояния здоровья, уровня физической подготовленности и двигательной активности, половозрастных различий детей;
- Создание условий для спортивных, подвижных игр для развития движений и спортивных качеств в спортивном зале и на спортивной площадке.

II направление: Коррекционно-развивающее, оздоровительно-профилактическое

- организация двигательной активности в течение дня;
- лечебно-профилактические мероприятия;
- физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- совместная работа детского сада и семьи по воспитанию здорового образа жизни.
- образовательные технологии формирования у детей ценности здоровья и здорового образа жизни.

Педагогические условия здоровьесберегающей деятельности

- предметная среда – хозяйственная инфраструктура, организация питания, материальное обеспечение образовательной и оздоровительной деятельности в соответствии с СанПиН;
- коммуникативная среда – межличностные отношения, комплектование групп, их наполняемость, индивидуальные и типологические особенности детей, качество подготовки специалистов, осуществляющих коррекционный процесс, взаимодействие родителей и педагогов, их представления о здоровом образе жизни.

Средства воздействия здоровьесберегающей деятельности Физкультурно-оздоровительные:

- различные виды гимнастик: утренняя, под музыку, после сна, дыхательная, пальчиковая;
- самомассаж биологически активных точек;
- занятие физической культурой в совместной деятельности педагогов и детей;
- подвижные игры;
- занятие в коррекционной группе для детей с нарушением осанки и плоскостопием, под руководством инструктора по физической культуре.

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на физическое развитие и укрепление здоровья детей.

Задачи этой деятельности: развитие физических качеств;

- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание;
- гимнастика;
- массаж и самомассаж;
- формирование правильной осанки;
- оздоровительные процедуры на спортивных тренажерах;
- воспитание привычки повседневной физической активности.

Спортивно-досуговая деятельность направлена на приобщение детей к спорту, включение и участие в городских соревнованиях, воспитание потребности в движении и активном образе жизни.

2. 4. Взаимодействие с семьей.

Основные цели и задачи

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Ведущая цель-создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Основные задачи взаимодействия с семьей:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в городе;
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Основные направления	Формы взаимодействия с семьей
Взаимопонимание и взаимoinформирование	Социально-педагогическая диагностика с использованием бесед, анкетирования; организация дней открытых дверей в детском саду, собрания-встречи. Стенды.
Непрерывное образование воспитывающих взрослых	Конференции, родительские собрания. Консультации, семинары, мастер-классы, проекты, игры
Совместная деятельность педагогов, родителей, детей.	Физкультурный досуг, день здоровья, подвижные игры. Проектная деятельность. Прогулки на природе.

3. Организационный отдел

3.1. Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий
		4-5 лет
Физкультурные занятия	В помещении	2 раза в неделю 20-25 мин
	На улице	1 раз в неделю 20-25 мин
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 6-8 мин
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25 мин

	Физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 20 мин
	Физкультурный праздник	2 раза в год до 45мин
	День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное Использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	Самостоятельные Подвижные и спортивные игры	Ежедневно

3.2. Проектирование воспитательно-образовательного процесса.

Воспитательно-образовательный процесс строится с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей.

При организации воспитательно-образовательного процесса необходимо обеспечить единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач. Построение образовательного процесса на комплексно-тематическом принципе с учетом интеграции образовательных областей дает возможность достичь этой цели.

Построение всего образовательного процесса вокруг одной темы дает большие возможности для развития детей.

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Периодичность			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Физическая культура в помещении	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физическая культура на воздухе	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю

Оздоровительная работа				
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

3.3. Материально-техническое обеспечение

3.3.1. Оборудование для физкультурного зала.

Тип оборудования	Наименование
Для ходьбы, бега, равновесия	Доска гладкая с зацепами
	Доска с ребристой поверхностью
	Коврик массажный
	Куб деревянный малый
	Скамейка гимнастическая
Для спортивных упражнений	Лыжи, клюшки ,санки
Для прыжков	Батут детский
	Гимнастический набор: обручи, рейки, палки
	Стойки для прыжков в высоту, веревка с отягощением
	Дорожка-мат
	Мат гимнастический
	Дорожки, мат с разметкой
	Скакалка длинная и короткая
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)
	Кольцеброс (набор)
	Мешочек с грузом
	Мишень навесная
	Мяч средний, малый.
	Мяч набивной
	Мяч для мини-баскетбола, футбольный.
	Мяч для массажа
	Баскетбольное кольцо
Для ползания и лазанья	Дуга большая
	Дуга малая
	Канат гладкий
	Скамейка с зацепами, скамейки высотой 20 и40см
	Лестница веревочная
	Стенка гимнастическая
Для общеразвивающих упражнений	Тренажеры простейшего типа: детские эспандеры, диск
	« Здоровье».
	Кольцо плоское
	Кольцо мягкое
	Ленты короткие и длинные
	Массажеры: «Колибри», « Кольцо», мяч массажер.
	Мячи малые и набивные
	Обручи
	Палка гимнастическая короткая

Тренажеры	Беговая дорожка
	Велотренажеры
	Эспандеры
	Кольца

3.3.2.Методические пособия

Наглядно-дидактические пособия.

1. Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта».
2. Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх».
3. Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».

3.3.3.Традиционные праздники, мероприятия.

1. Фестиваль «Детский сад-Территория здоровья».
2. Дни здоровья, недели здоровья.
3. «Катерина-санница».
4. «Наша армия сильна - охраняет нас она».
5. Веселые старты.
6. «Добрый доктор Айболит».
7. «Зимние забавы».

3.3.4.Организация предметно-развивающей среды

При организации развивающей предметно-пространственной среды в дошкольном учреждении учитываем следующие требования – она должна быть развивающей, насыщенной, вариативной, доступной, безопасной, здоровьесберегающей, эстетически привлекательной.

Создание условий для физического развития.

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа «Я», тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлением активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;

- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития.

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

3.3.5. Библиография.

1. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
2. Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М.Дорофеевой
3. Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса во второй младшей группе (с 3 до 4 лет) дошкольной образовательной организации. Издательство ДЕТСТВО ПРЕСС СПб 2014 г;
4. Ноткина Н. А. и др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста». Издательство АКЦИДЕНТ СПб 1995 г;
5. Пензулаева Л. И. « Физкультурные занятия в детском саду» (вторая младшая группа). Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва 2009 г;
6. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа (3-4 года).
- 8.. Сборник подвижных игр /Автор-составитель Э. Я. Степаненкова.

Средняя группа (4-5 лет)

1.1.4 Планируемые результаты освоения программы

Результатом освоения Рабочей программы в средней группе является формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Сохранение и укрепление здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

- Ловит мяч с расстояния. Метает мяч разными способами правой и левой руками, отбивает о пол.
- Строится по заданию взрослого в шеренгу, в колонну по одному, парами, в круг.
- Определяет положение предметов в пространстве, умеет двигаться в нужном направлении, находит правую и левую руки.

Основные диагностические методы:

- наблюдение,
- диагностическая ситуация.
Формы проведения диагностики: ➤ групповая,
➤ подгрупповая.

Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательной области «Физическое развитие»

- 1 балл – ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;
- 2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;
- 3 балла – ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого;
- 4 балла – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;
- 5 баллов – ребенок выполняет все параметры самостоятельно. Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год.

1.1.5. Психолого педагогическая характеристика возраста

С 4-5 лет происходит дальнейший рост и развитие организма, совершенствуются физиологические функции и процессы. Активно формируется костно - мышечная система. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Мышцы – сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными. С 4 лет появляются различия в показателях у девочек и мальчиков. Возросли физические возможности детей: движения их стали значительно более разнообразными и уверенными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае неудовлетворения этой потребности, ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым.

Совершенствуется ориентация в пространстве.

Возрастает объем памяти. Начинает складываться произвольное запоминание.

Начинает развиваться образное мышление.

Продолжает развиваться воображение.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15- 20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие. Речь становится предметом активности детей.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Ведущим становится познавательный мотив.

У ребенка формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них похвала оказывается чрезвычайно важной. Это приводит к их обидчивости на замечания.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры.

Появляются конкурентность, соревновательность. Основные достижения возраста связаны с развитием игровой.

2. Содержательный раздел

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно - двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

2.1. Цели и задачи

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

- Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
- Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
- Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.
- Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
- Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.
- Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.
- Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.
- Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
- Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность. Самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры.

- Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
- Развивать силу, быстроту, ловкость, пространственную ориентировку.
- Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигнал

2.2. Комплексно-тематическое планирование

Интегрирующая тема периода	Педагогические задачи	Итоговые мероприятия
Сентябрь « Я и детский сад».	Продолжать знакомить с детским садом (Обратить внимание на футбольное поле). Развивать и совершенствовать двигательные навыки детей. Развивать психофизические качества (быстроту, ловкость).	Фестиваль « Детский сад территория здоровья». « Неделя игры».
Октябрь « Что нам осень подарила».	Расширять представления детей об осени, родном крае. Организовывать игры с правилами. Развивать физические качества. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации игр.	« Неделя здоровья» Фестиваль «Детский сад территория здоровья».

Ноябрь «Кто нас окружает».	Расширять знания о домашних и диких животных, птицах. Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре. Развивать пространственную ориентировку, быстроту.	Развлечение « Путешествие в осенний лес».
Декабрь «Здравствуй, гостья зима!»	Расширять представления о зиме. Знакомить с зимними видами спорта. Формировать представление о безопасном поведении зимой. Продолжать развивать активность детей в играх с санками.	Развлечение «Катерина санница».
Январь «Что нас окружает».	Расширять представления детей о зиме (во что играют дети, зимних забавах, одежда, обувь). Учить ходить на лыжах, кататься на санках. Развивать физические качества.	Развлечение « Как нам весело зимой».
Февраль «Груд взрослых». «Я и папа».	Осуществлять патриотическое воспитание. Формировать первичные тендерные представления (воспитывать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми. Развивать и совершенствовать двигательные навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.	Развлечение «Наша армия сильна - охраняет нас она».
Март «Семья».	Продолжать учить получать радость от совместных игр с мамой. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Приучать к выполнению действий по сигналу.	Развлечение «Я и мама». Спортивный праздник «Веселая Масленица».
Апрель «Весна».	Формировать представления детей о здоровом образе жизни. Расширять представления детей о весне, зиме, лете, осени. Развивать инициативу, самостоятельность и творчество в двигательной активности.	Неделя здоровья «Четыре царства».
Май «Я познаю мир».	Знакомить с правилами поведения дома, в лесу, на дороге. Укреплять и сохранять здоровье. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила в игре, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.	Развлечение «Азбука безопасности».

2.3. Компонент МБДОУ детского сада «Берёзка»

В дошкольной организации для решения задач образовательной области «Физическое развитие» используются программы разработанные педагогами детского сада:

- «Любимый край - Карелия»
- «Здоровье»
- «Безопасный детский сад»

Образовательная область «Физическое развитие»

Цель: формирование у детей интереса и ценностного отношения к карельским и русским народным подвижным играм.

Подвижная игра естественный спутник жизни ребенка, а народные игры являются и традиционным средством педагогики. В них отражается труд людей, образ жизни, быт, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве. В них дети могут проявить ловкость, выносливость, быстроту, смекалку, красоту движений, а также творческую выдумку, стремление к победе. Подвижные игры типа «Веркко да калат» (Сеть да рыба), Яной да хука (Заяц да волк) помогают освоить основные движения, воспитать интерес к карельской природе, быту крестьян. Часть карельских игр переняты у русского народа – «Имушка» (Жмурки), «Хиппа» (Пятнашки), «Пуаскат» (Бабки), что показывает взаимосвязь культуры соседних народов.

Участие детей в городских спортивных мероприятиях в рамках городской программы «Детский сад-территория здоровья». Совместные спортивные мероприятия с привлечением воспитанников дошкольных учреждений в рамках ежегодного проведения «Карельской недели».

«Здоровьесберегающая направленность форм, средств и методов работы»

Основная цель: охрана жизни и здоровья детей дошкольного возраста, обеспечение безопасных условий жизнедеятельности.

Задачи:

- формирование у детей представлений о здоровом образе жизни;
- создание условий для организации лечебно-профилактической работы с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата.
- Обеспечение профилактической направленности работы с родителями по вопросам физического воспитания детей дошкольного возраста;

Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса осуществляется на основании программ дошкольного учреждения «Здоровье», «Безопасный детский сад».

Система работы по данному направлению представлена следующими направлениями

I направление - Создание условий здоровьесберегающей направленности.

- Комплексная медико и психолого-педагогическая диагностика развития ребенка, мониторинг состояния физического и психического здоровья детей, в том числе с ОВЗ;

- Технологии создания здоровьесберегающей среды в детском саду и семье;
- Целесообразный набор и рациональное использование физкультурного оборудования и пособий при занятии физической культурой;
- Дифференцированный подход с учетом состояния здоровья, уровня физической подготовленности и двигательной активности, половозрастных различий детей;
- Раннее обучение ходьбе на лыжах (с 4 лет).
- Создание условий для спортивных, подвижных игр для развития движений и спортивных качеств в спортивном зале и на спортивной площадке.

II направление: Коррекционно-развивающее, оздоровительно-профилактическое

- Организация двигательной активности в течение дня;
- Лечебно-профилактические мероприятия;
- Физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- Совместная работа детского сада и семьи по воспитанию здорового образа жизни.
- Образовательные технологии формирования у детей ценности здоровья и здорового образа жизни.

Педагогические условия здоровьесберегающей деятельности

- Предметная среда – хозяйственная инфраструктура, организация питания, материальное обеспечение образовательной и оздоровительной деятельности в соответствии с СанПиН;
- Коммуникативная среда – межличностные отношения, комплектование групп, их наполняемость, индивидуальные и типологические особенности детей, качество подготовки специалистов, осуществляющих коррекционный процесс, взаимодействие родителей и педагогов, их представления о здоровом образе жизни. *Средства воздействия здоровьесберегающей деятельности* *Физкультурно-оздоровительные:*

- различные виды гимнастик: утренняя, под музыку, коррегирующая, дыхательная, пальчиковая, после сна;
- массаж и самомассаж;
- занятие физической культурой в совместной деятельности педагогов и детей;
- подвижные игры;
- занятие в коррекционной группе для детей с нарушением осанки и плоскостопием, под руководством инструктора по физической культуре.

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на физическое развитие и укрепление здоровья детей.

Задачи этой деятельности:

- развитие физических качеств;

- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание; •гимнастика;
- массаж и самомассаж;
- формирование правильной осанки;
- оздоровительные процедуры на спортивных тренажерах; •воспитание привычки повседневной физической активности.

Спортивно-досуговая деятельность направлена на приобщение детей к спорту, включение и участие в городских соревнованиях, воспитание потребности в движении и активном образе жизни.

2.4. Взаимодействие с семьей.

Основные цели и задачи

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Ведущая цель-создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Основные задачи взаимодействия с семьей:

изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье; информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;

создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми; привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в городе; поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Основные направления	Формы взаимодействия с семьей
Взаимопонимание и взаимоинформирование	Социально-педагогическая диагностика с использованием бесед, анкетирования; организация дней открытых дверей в детском саду, собрания-встречи. Стенды.
Непрерывное образование воспитывающих взрослых	Конференции, родительские собрания. Консультации, семинары, мастер-классы, проекты, игры

Совместная деятельность педагогов, родителей, детей.	Физкультурный досуг, день здоровья, подвижные игры. Проектная деятельность. Прогулки на природу.
--	--

3. Организационный отдел

3.1. Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий
		4-5 лет
Физкультурные занятия	В помещении	2 раза в неделю 20-25 мин
	На улице	1 раз в неделю 20-25 мин
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 6-8 мин
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25 мин
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 20 мин
	Физкультурный праздник	2 раза в год до 45мин
	День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

3.2. Проектирование воспитательно-образовательного процесса.

Воспитательно-образовательный процесс строится с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей.

При организации воспитательно-образовательного процесса необходимо обеспечить единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач. Построение образовательного процесса на комплексно-тематическом принципе с учетом интеграции образовательных областей дает возможность достичь этой цели.

Построение всего образовательного процесса вокруг одной темы дает большие возможности для развития детей.

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Периодичность			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Физическая культура в помещении	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физическая культура на воздухе	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю

Оздоровительная работа				
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

3.3. Материально-техническое обеспечение

3.3.1. Оборудование для физкультурного зала.

Тип оборудования	Наименование
Для ходьбы, бега, равновесия	Доска гладкая с зацепами
	Доска с ребристой поверхностью
	Коврик массажный
	Куб деревянный малый
	Скамейка гимнастическая
Для спортивных упражнений	Лыжи, клюшки, санки
Для прыжков	Батут детский
	Гимнастический набор: обручи, рейки, палки
	Стойки для прыжков в высоту, веревка с отягощением
	Дорожка-мат
	Мат гимнастический
	Дорожки, мат с разметкой
	Скакалка длинная и короткая
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)
	Кольцеброс (набор)
	Мешочек с грузом

	Мишень навесная
	Мяч средний, малый.
	Мяч набивной
	Мяч для мини-баскетбола, футбольный.
	Мяч для массажа
	Баскетбольное кольцо
Для ползания и лазанья	Дуга большая
	Дуга малая
	Канат гладкий
	Скамейка с зацепами, скамейки высотой 20 и 40 см
	Лестница веревочная
	Стенка гимнастическая
Для общеразвивающих упражнений	Тренажеры простейшего типа: детские эспандеры, диск «Здоровье».
	Кольцо плоское
	Кольцо мягкое
	Ленты короткие и длинные
	Массажеры: «Колибри», «Кольцо», мяч массажер.
	Мячи малые и набивные
	Обручи
	Палка гимнастическая короткая
Тренажеры	Беговая дорожка
	Велотренажеры
	Эспандеры
	Кольца

3.3.2. Методические пособия

Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Средняя группа (4-5 лет).

Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.

Сборник подвижных игр /Автор-составитель Э. Я. Степаненкова *Наглядно-дидактические пособия.*

Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта».

Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх».

Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».

3.3.3. Традиционные праздники, мероприятия.

Фестиваль «Детский сад - Территория здоровья».

Дни здоровья, недели здоровья.

«Катерина-санница».

«Наша армия сильна - охраняет нас она».

Зимний и летний спортивные праздники.

Веселые старты.

« Как нам весело зимой».

3.3.4. Организация предметно-развивающей среды

Развивающая предметно-пространственная среда должна быть: развивающей; насыщенной; вариативной; доступной; безопасной; здоровьесберегающей; эстетически-привлекательной.

Создание условий для физического развития.

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа Я тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлению активности всех детей(в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития.

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

3.3.5. Библиография.

1. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
2. Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М.Дорофеевой 2019 г
3. Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса в средней группе (с 4 до 5 лет). дошкольной образовательной организации. Издательство ДЕТСТВО-ПРЕСС СПб 2014 г;
4. Ноткина Н. А. и др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста». Издательство АКЦИДЕНТ СПб 1995 г;
5. Пензулаева Л. И. « Физкультурные занятия в детском саду» (средняя группа). Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва 2009 г;
6. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. (Средняя группа).
8. Сборник подвижных игр /Автор-составитель Э. Я. Степаненкова.

Старшая группа (5-6 лет)

1.1.4. Планируемые результаты освоения программы

Результатом освоения Рабочей программы в старшей группе является формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Сохранение и укрепление здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

- Умеет лазать по гимнастической стенке, прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, через скакалку;
- Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться, выполнять повороты в колонне;
- Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, отбивает и ловит мяч.

Основные диагностические методы:

- наблюдение,
- диагностическая ситуация.

Формы проведения диагностики:

- индивидуальная,
- групповая,
- подгрупповая.

Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательной области «Физическое развитие»

1 балл – ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;

2 балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;

3 балла – ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого; 4 балла – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;

5 баллов – ребенок выполняет все параметры самостоятельно.

Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год.

1.1.5. Психолого педагогическая характеристика возраста

На шестом году жизни двигательный опыт детей заметно расширяется, активно развиваются двигательные и познавательные способности.

В развитии мышц выделяются несколько « узловых » периодов. Один из них - возраст шесть лет, когда у детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. Заметно улучшается устойчивость равновесия. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

Детям легче выполнять упражнения, где имеется большая площадь опоры, но полезны и недлительные позы с опорой на одну ногу.

Резервные возможности сердечно - сосудистой системы и дыхательной у детей шестого года жизни расширяются, особенно при проведении занятий на открытом воздухе и применении беговых и прыжковых упражнений.

В старшем дошкольном возрасте совершенствуется нервная система ребенка: улучшается подвижность, уравновешенность нервных процессов.

Возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, разделение и координацию функций.

Продолжает развиваться образное мышление.

Продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно - логического мышления

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

Продолжает совершенствоваться речь.

Дети способны осуществлять контроль и оценку как собственных достижений, так и достижений других детей. Это позволяет ребенку понять связь между способом выполнения движения и полученным результатом, а также научиться постепенно планировать свои игровые и практические действия.

2. Содержательный раздел

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно - двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

2.1. Цели и задачи

- Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.
- Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
- Развивать 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 разбегаться, 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 при ходьбе.
- Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы.
- Учить ориентироваться в пространстве.
- Учить элементам спортивных игр, игр с элементами соревнования, играм - эстафетам.
- Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.
- Поддерживать интерес к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.
- Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

- Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх - эстафетах.
- Учить спортивным играм и упражнениям.

2.2.Комплексно-тематическое планирование

Интегрирующая тема периода	Педагогические задачи	Итоговые мероприятия
Сентябрь «Я и осень».	Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Продолжать развивать разнообразные движения. Знакомить с правилами безопасного поведения на дороге и в детском саду, в лесу.	Фестиваль «Детский сад-территория здоровья». «Неделя игры».
Октябрь «Что нам осень подарила».	Расширять представления детей об осени, здоровье. Организовывать игры с правилами. Развивать физические качества. Воспитывать стремление вести здоровый образ жизни.	«Неделя здоровья» Фестиваль «Детский сад - территория здоровья».
Ноябрь «Кто нас окружает».	Расширять знания о домашних и диких животных, птицах. Продолжать развивать разнообразные виды движений. Совершенствовать двигательные умения и навыки. Учить играм-эстафетам.	Развлечение «Путешествие в осенний лес».
Декабрь «Здравствуй, гостя зима!»	Расширять представления о зиме. Знакомить с зимними видами спорта. Формировать представление о безопасном поведении зимой. Поддерживать интерес детей к зимним видам спорта.	Развлечение «Катеринасанница».
Январь «Что нас окружает».	Расширять представления детей о зиме (во что играют дети, зимних забавах, одежда, обувь). Учить кататься на лыжах, санках. Развивать физические качества.	Развлечение «Как нам весело зимой».
Февраль «Труд взрослых». «Я и папа».	Осуществлять патриотическое воспитание. Формировать тендерные представления (воспитывать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми). Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.	Развлечение «Наша армия сильна - охраняет нас она».
Март «Семья».	Продолжать учить получать радость от совместных игр с мамой. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Совершенствовать двигательные умения, навыки.	Развлечение «Я и мама». Спортивный праздник «Веселая Масленица».
Апрель «Весна».	Формировать представления детей о здоровом образе жизни. Расширять представления детей о весне, зиме, лете, осени. Развивать инициативу, самостоятельность и творчество в двигательной активности. Развивать физические качества.	Неделя здоровья «Четыре царства».

Май «Я познаю мир».	Знакомить с правилами поведения дома, в лесу, на дороге. Укреплять и сохранять здоровье. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила в игре, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.	Развлечение «Азбука безопасности».
------------------------	--	---------------------------------------

2.3. Компонент МБДОУ детского сада «Берёзка»

В дошкольной организации для решения задач образовательной области «Физическое развитие» используются программы разработанные педагогами детского сада:

- «Любимый край - Карелия»
- «Здоровье»
- «Безопасный детский сад»

Образовательная область «Физическое развитие»

Цель: формирование у детей интереса и ценностного отношения к карельским и русским народным подвижным играм.

Подвижная игра естественный спутник жизни ребенка, а народные игры являются и традиционным средством педагогики. В них отражается труд людей, образ жизни, быт, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве. В них дети могут проявить ловкость, выносливость, быстроту, смекалку, красоту движений, а также творческую выдумку, стремление к победе. Подвижные игры типа «Веркко да калат» (Сеть да рыба), Яной да хука (Заяц да волк) помогают освоить основные движения, воспитать интерес к карельской природе, быту крестьян. Часть карельских игр переняты у русского народа – «Имушка» (Жмурки), «Хиппа» (Пятнашки), «Пуаскат» (Бабки), что показывает взаимосвязь культуры соседних народов.

Участие детей в городских спортивных мероприятиях в рамках городской программы «Детский сад - территория здоровья». Совместные спортивные мероприятия с привлечением воспитанников дошкольных учреждений в рамках ежегодного проведения «Карельской недели». Участие в городских соревнованиях: « Осенний кросс», « Лыжня здоровых и румяных», праздниках: «Остров здоровья», «Малые Олимпийские игры».

«Здоровьесберегающая направленность форм, средств и методов работы»

Основная цель: охрана жизни и здоровья детей дошкольного возраста, обеспечение безопасных условий жизнедеятельности.

Задачи:

- формирование у детей представлений о здоровом образе жизни;
- создание условий для организации лечебно-профилактической работы с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата.
- Обеспечение профилактической направленности работы с родителями по вопросам физического воспитания детей дошкольного возраста;

Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса осуществляется на основании программ дошкольного учреждения «Здоровье», «Безопасный детский сад».

Система работы по данному направлению представлена следующими направлениями:

I направление: Создание условий здоровьесберегающей направленности.

- Комплексная медико и психолого-педагогическая диагностика развития ребенка, мониторинг состояния физического и психического здоровья детей, в том числе с ОВЗ;
- Технологии создания здоровьесберегающей среды в детском саду и семье;
- Целесообразный набор и рациональное использование физкультурного оборудования и пособий при занятии физической культурой;
- Дифференцированный подход с учетом состояния здоровья, уровня физической подготовленности и двигательной активности, половозрастных различий детей;
- Раннее обучение ходьбе на лыжах (с 4 лет).
- Создание условий для спортивных, подвижных игр для развития движений и спортивных качеств в спортивном зале и на спортивной площадке.

II направление: Коррекционно-развивающее, оздоровительно-профилактическое

- Организация двигательной активности в течение дня;
- Лечебно-профилактические мероприятия;
- Физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- Совместная работа детского сада и семьи по воспитанию здорового образа жизни.
- Образовательные технологии формирования у детей ценности здоровья и здорового образа жизни.

Педагогические условия здоровьесберегающей деятельности

- Предметная среда – хозяйственная инфраструктура, организация питания, материальное обеспечение образовательной и оздоровительной деятельности в соответствии с СанПиН;
- Коммуникативная среда – межличностные отношения, комплектование групп, их наполняемость, индивидуальные и типологические особенности детей, качество подготовки специалистов, осуществляющих коррекционный процесс, взаимодействие родителей и педагогов, их представления о здоровом образе жизни.

Средства воздействия здоровьесберегающей деятельности Физкультурно-оздоровительные:

- различные виды гимнастик: утренняя, под музыку, после сна, корригирующая, дыхательная, пальчиковая;
- массаж и самомассаж;
- занятие физической культурой в совместной деятельности педагогов и детей;
- подвижные игры;
- занятие в коррекционной группе для детей с нарушением осанки и плоскостопием, под руководством воспитателя по физической культуре.

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на физическое развитие и укрепление здоровья детей.

Задачи этой деятельности:

- развитие физических качеств;
- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание; • гимнастика;
- массаж и самомассаж;
- формирование правильной осанки;
- оздоровительные процедуры на спортивных тренажерах;
- воспитание привычки повседневной физической активности.

Спортивно-досуговая деятельность направлена на приобщение детей к спорту, включение и участие в городских соревнованиях, воспитание потребности в движении и активном образе жизни.

2. 4. Взаимодействие с семьей.

Основные цели и задачи

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Ведущая цель-создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Основные задачи взаимодействия с семьей:

изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье; информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;

создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;

привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в городе; поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Основные направления	Формы взаимодействия с семьей
Взаимопонимание и взаимoinформирование	Социально-педагогическая диагностика с использованием бесед, анкетирования; организация дней открытых дверей в детском саду, собраниявстречи. Стенды.
Непрерывное образование воспитывающих взрослых	Конференции, родительские собрания. Консультации, семинары, мастер-классы, проекты, игры
Совместная деятельность педагогов, родителей, детей.	Физкультурный досуг, день здоровья, подвижные игры. Проектная деятельность. Прогулки на природу.

3. Организационный отдел

3.1.Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий
		5-6 лет
Физкультурные занятия	В помещении	2 раза в неделю 25-30мин
	На улице	1 раз в неделю 25-30 мин
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 8-10 мин
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30 мин
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 30-45 мин

	Физкультурный праздник	2 раза в год До 60 мин
	День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное Использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	Самостоятельные Подвижные и спортивные игры	Ежедневно

3.2. Проектирование воспитательно-образовательного процесса.

Воспитательно-образовательный процесс строится с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей.

При организации воспитательно-образовательного процесса необходимо обеспечить единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач. Построение образовательного процесса на комплексно-тематическом принципе с учетом интеграции образовательных областей дает возможность достичь этой цели. Построение всего образовательного процесса вокруг одной темы дает большие возможности для развития детей.

Организованная образовательная деятельность				
	Периодичность			
Базовый вид деятельности	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Физическая культура в помещении	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физическая культура на воздухе	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю

Оздоровительная работа				
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

3.3. Материально-техническое обеспечение

3.3.1. Оборудование для физкультурного зала.

Тип оборудования	Наименование
Для ходьбы, бега, равновесия	Доска гладкая с зацепами
	Доска с ребристой поверхностью
	Коврик массажный
	Куб деревянный малый
	Скамейка гимнастическая
Для спортивных упражнений	Лыжи, клюшки ,санки
Для прыжков	Батут детский
	Гимнастический набор: обручи, рейки, палки
	Стойки для прыжков в высоту, веревка с отягощением
	Дорожка-мат
	Мат гимнастический
	Дорожки, мат с разметкой
	Скакалка длинная и короткая
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)
	Кольцеброс (набор)
	Мешочек с грузом
	Мишень навесная
	Мяч средний, малый.
	Мяч набивной
	Мяч для мини-баскетбола, футбольный.
	Мяч для массажа
	Баскетбольное кольцо
Для ползания и лазанья	Дуга большая
	Дуга малая
	Канат гладкий
	Скамейка с зацепами, скамейки высотой 20 и40см
	Лестница веревочная
	Стенка гимнастическая
Для общеразвивающих упражнений	Тренажеры простейшего типа: детские эспандеры, диск «Здоровье».
	Кольцо плоское
	Кольцо мягкое
	Ленты короткие и длинные
	Массажеры: «Колибри», «Кольцо», мяч массажер.
	Мячи малые и набивные
	Обручи
	Палка гимнастическая короткая

Тренажеры	Беговая дорожка
-----------	-----------------

Велотренажеры
Эспандеры
Кольца

3.3.2. Методические пособия

Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Старшая группа(5-6 лет).

Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.

Сборник подвижных игр /Автор-составитель Э. Я. Степаненкова

Наглядно-дидактические пособия.

Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта».

Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх».

Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».

3.3.3. Традиционные праздники, мероприятия.

Фестиваль «Детский сад-Территория здоровья».

Дни здоровья, недели здоровья.

«Катерина-санница».

«Наша армия сильна - охраняет нас она».

Зимний и летний спортивные праздники.

Веселые старты.

«Азбука безопасности».

3.3.4. Организация предметно-развивающей среды

Развивающая предметно-пространственная среда должна быть: развивающей; насыщенной; вариативной; доступной; безопасной; здоровьесберегающей; эстетически-привлекательной.

Создание условий для физического развития.

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской

идентичности, образа Я тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлению активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития.

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

3.3.5. Библиография.

1. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
2. Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М.Дорофеевой
3. Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса в средней группе (с 4 до 5 лет) дошкольной образовательной организации. Издательство ДЕТСТВО-ПРЕСС СПб 2014 г;
4. Ноткина Н. А. и др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста». Издательство АКЦИДЕНТ СПб 1995 г;
5. Пензулаева Л. И. «Физкультурные занятия в детском саду» (старшая группа). Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва 2009 г;
6. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. (Старшая группа).
8. Сборник подвижных игр /Автор-составитель Э. Я. Степаненкова.

Подготовительная к школе группа (6-7 лет)

1.1.4 Планируемые результаты освоения программы

Результатом освоения Рабочей программы в подготовительной группе является формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни, сохранение и укрепление здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

- Умеет прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, через скакалку.
- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в 2 шеренги после пересчета, соблюдает интервалы в передвижении.
- Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, в движущуюся цель, отбивает и ловит мяч.

Основные диагностические методы:

- наблюдение, ➤ диагностическая ситуация.

Формы проведения диагностики:

- индивидуальная,
- групповая,
- подгрупповая.

Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательной области «Физическое развитие»

1 балл – ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;

1. балла – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;
2. балла – ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого;
3. балла – ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;
4. баллов – ребенок выполняет все параметры самостоятельно. Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год.

1.1.5. Психолого педагогическая характеристика возраста

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечно - сосудистой, эндокринной, опорно-двигательной.

Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки. Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, достаточным запасом двигательных умений; им лучше удаются упражнения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велика.

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают скорость, направление движения, смену темпа и ритма. Растут возможности пространственной ориентировки, заметно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей этого возраста вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Нередко проявляются личные вкусы в выборе физических упражнений.

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений. Однако дети все еще быстро устают. Поэтому одним из условий эффективности физического воспитания детей является учет их возрастных особенностей.

У детей продолжает развиваться воображение, восприятие, навыки обобщения и рассуждения, образное мышление.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным.

Продолжает развиваться речь.

К концу дошкольного возраста ребенок овладевает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

2. Содержательный раздел

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

2.1. Цели и задачи

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни. Физическая культура.

Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

2.2. Содержание образовательной работы по образовательной области «Физическое развитие»

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

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

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

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

Добиваться активного положения при броске.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

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

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

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

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

Подвижные игры.

Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (баскетбол, хоккей, футбол).

2.3. Комплексно-тематическое планирование

Интегрирующая тема периода	Педагогические задачи	Итоговые мероприятия
Сентябрь «Я и детский сад».	Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Знакомить с правилами безопасного поведения на дороге и в детском саду. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры.	Фестиваль «Детский сад территория здоровья». «Неделя игры».
Октябрь «Что нам осень подарила».	Расширять представления детей об осени. Развивать физические качества. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать бережное отношение к природе.	«Неделя здоровья» Фестиваль «Детский сад территория здоровья». Праздник «Остров здоровья». Осенний кросс.
Ноябрь « Кто нас окружает».	Расширять знания о домашних и диких животных, птицах. Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.	Развлечение «Путешествие в осенний лес».
Декабрь «Здравствуй, гостя зима!»	Расширять представления о зиме. Знакомить с зимними видами спорта. Формировать представление о безопасном поведении зимой. Закреплять навыки ходьбы на лыжах, катания на санках.	Развлечение «Катерина-санница».
Январь «Что нас окружает».	Расширять представления детей о зиме (во что играют дети, зимних забавах, одежда, обувь). Продолжать учить кататься на лыжах, санках. Развивать физические качества.	Развлечение «Как нам весело зимой».
Февраль «Труд взрослых». « Я и папа».	Осуществлять патриотическое воспитание. Формировать тендерные представления (воспитывать в мальчиках стремление быть сильными, смелыми). Развивать физические качества. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка.	Развлечение «Наша армия сильна, охраняет нас она». Карельская неделя.

Март «Семья».	Продолжать учить получать радость от совместных игр с мамой. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту.	Развлечение «Я и мама». Спортивный праздник «Веселая Масленица».
Апрель «Весна».	Формировать представления детей о здоровом образе жизни. Расширять представления детей о весне, зиме, лете, осени. Развивать инициативу, самостоятельность и творчество в двигательной активности.	Неделя здоровья «Четыре царства».
Май «Я познаю мир».	Знакомить с правилами поведения дома, в лесу, на дороге. Укреплять и сохранять здоровье. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила в игре, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.	Развлечение «Азбука безопасности».

2.4. Компонент МБДОУ детского сада «Берёзка»

В ДОУ для решения задач образовательной области «Физическое развитие» используются программы разработанные педагогами детского сада:

- «Любимый край - Карелия»
- «Здоровье»
- «Безопасный детский сад»

Образовательная область «Физическое развитие»

Цель: формирование у детей интереса и ценностного отношения к карельским и русским народным подвижным играм.

Подвижная игра естественный спутник жизни ребенка, а народные игры являются и традиционным средством педагогики. В них отражается труд людей, образ жизни, быт, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве. В них дети могут проявить ловкость, выносливость, быстроту, смекалку, красоту движений, а также творческую выдумку, стремление к победе. Подвижные игры типа «Веркко да калат» (Сеть да рыба), Яной да хука (Заяц да волк) помогают освоить основные движения, воспитать интерес к карельской природе, быту крестьян. Часть карельских игр переняты у русского народа – «Имушка» (Жмурки), «Хиппа» (Пятнашки), «Пуаскат» (Бабки), что показывает взаимосвязь культуры соседних народов.

Участие детей в городских спортивных мероприятиях в рамках городской программы «Костомукша – город здоровья». Совместные спортивные мероприятия с привлечением воспитанников дошкольных учреждений в рамках ежегодного проведения «Карельской недели».

«Здоровьесберегающая направленность форм, средств и методов работы»

Основная цель: охрана жизни и здоровья детей дошкольного возраста, обеспечение безопасных условий жизнедеятельности.

Задачи:

- формирование у детей представлений о здоровом образе жизни;
- создание условий для организации лечебно-профилактической работы с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата;
- обеспечение профилактической направленности работы с родителями по вопросам физического воспитания детей дошкольного возраста.

Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса осуществляется на основании программ дошкольного учреждения «Здоровье», «Безопасный детский сад».

Система работы по данному направлению представлена следующими направлениями I

направление: Создание условий здоровьесберегающей направленности.

- Комплексная медико и психолого-педагогическая диагностика развития ребенка, мониторинг состояния физического и психического здоровья детей, в том числе с ОВЗ;
- Технологии создания здоровьесберегающей среды в детском саду и семье;
- Целесообразный набор и рациональное использование физкультурного оборудования и пособий при занятии физической культурой;
- Дифференцированный подход с учетом состояния здоровья, уровня физической подготовленности и двигательной активности, половозрастных различий детей;
 - Раннее обучение ходьбе на лыжах (с 4 лет).
- Создание условий для спортивных, подвижных игр для развития движений и спортивных качеств в спортивном зале и на спортивной площадке.

II направление: Коррекционно-развивающее, оздоровительно-профилактическое

- Организация двигательной активности в течение дня;
- Лечебно-профилактические мероприятия;
- Физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- Совместная работа детского сада и семьи по воспитанию здорового образа жизни.
- Образовательные технологии формирования у детей ценности здоровья и здорового образа жизни.

Педагогические условия здоровьесберегающей деятельности

- Предметная среда – хозяйственная инфраструктура, организация питания, материальное обеспечение образовательной и оздоровительной деятельности в соответствии с СанПиН;
- Коммуникативная среда – межличностные отношения, комплектование групп, их наполняемость, индивидуальные и типологические особенности детей, качество

подготовки специалистов, осуществляющих коррекционный процесс, взаимодействие родителей и педагогов, их представления о здоровом образе жизни.

Средства воздействия здоровьесберегающей деятельности Физкультурно-оздоровительные:

- различные виды гимнастик: утренняя, под музыку, после сна, дыхательная, корригирующая, пальчиковая.
- массаж и самомассаж;
- занятие физической культурой в совместной деятельности педагогов и детей;
 - подвижные игры;
- занятие в коррекционной группе для детей с нарушением осанки и плоскостопием, под руководством воспитателя по физической культуре.

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на физическое развитие и укрепление здоровья детей. *Задачи этой деятельности:* ➤ развитие физических качеств;

- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание;
- гимнастика;
- массаж и самомассаж;
- формирование правильной осанки;
- оздоровительные процедуры на спортивных тренажерах;
- воспитание привычки повседневной физической активности.

Спортивно-досуговая деятельность направлена на приобщение детей к спорту, включение и участие в городских соревнованиях, воспитание потребности в движении и активном образе жизни.

2. 5. Взаимодействие с семьей.

Основные цели и задачи:

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Ведущая цель-создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Основные задачи взаимодействия с семьей: изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье; информирование друг друга об

актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в городе;
поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Основные направления	Формы взаимодействия с семьей
Взаимопонимание и взаимоинформирование	Социально-педагогическая диагностика с использованием бесед, анкетирования; организация дней открытых дверей в детском саду, собрания-встречи. Стенды.
Непрерывное образование воспитывающих взрослых	Конференции, родительские собрания. Консультации, семинары, мастер-классы, проекты, игры
Совместная деятельность педагогов, родителей, детей.	Физкультурный досуг, день здоровья, подвижные игры. Проектная деятельность. Прогулки на природу.

3. Организационный отдел

3.1. Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий
		6-7 лет
Физкультурные занятия	В помещении	2 раза в неделю 30-35мин
	На улице	1 раз в неделю 30-35 мин
Физкультурно- оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10-12 мин
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40 мин
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 40 мин
	Физкультурный праздник	2 раза в год до 60 мин

	День здоровья -1 раз в квартал	1
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное Использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	Самостоятельные Подвижные и спортивные игры	Ежедневно

3.2. Проектирование воспитательно-образовательного процесса.

Воспитательно-образовательный процесс строится с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей.

При организации воспитательно-образовательного процесса необходимо обеспечить единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач. Построение образовательного процесса на комплексно-тематическом принципе с учетом интеграции образовательных областей дает возможность достичь этой цели.

Построение всего образовательного процесса вокруг одной темы дает большие возможности для развития детей.

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Периодичность			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Физическая культура в помещении	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физическая культура на воздухе	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю

Оздоровительная работа				
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

3.3. Материально-техническое обеспечение

3.3.1. Оборудование для физкультурного зала.

Тип оборудования	Наименование
------------------	--------------

Для ходьбы, бега, равновесия	Доска гладкая с зацепами
	Доска с ребристой поверхностью
	Коврик массажный
	Куб деревянный малый
	Скамейка гимнастическая
Для спортивных упражнений	Лыжи, клюшки, санки
Для прыжков	Батут детский
	Гимнастический набор: обручи, рейки, палки
	Стойки для прыжков в высоту, веревка с отягощением
	Дорожка-мат
	Мат гимнастический
	Дорожки, мат с разметкой
	Скакалка длинная и короткая
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)
	Кольцеброс (набор)
	Мешочек с грузом
	Мишень навесная
	Мяч средний, малый.
	Мяч набивной
	Мяч для мини-баскетбола, футбольный.
	Мяч для массажа
	Баскетбольное кольцо
Для ползания и лазанья	Дуга большая
	Дуга малая
	Канат гладкий
	Скамейка с зацепами, скамейки высотой 20 и 40 см
	Лестница веревочная
	Стенка гимнастическая
Для общеразвивающих упражнений	Тренажеры простейшего типа: детские эспандеры, диск «Здоровье».
	Кольцо плоское
	Кольцо мягкое
	Ленты короткие и длинные
	Массажеры: «Колибри», «Кольцо», мяч массажер.
	Мячи малые и набивные

	Обручи
	Палка гимнастическая короткая

Тренажеры	Беговая дорожка
	Велотренажеры
	Эспандеры
	Кольца

3.3.2. Методические пособия

Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа (6-7 лет).

Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.

Сборник подвижных игр /Автор-составитель Э. Я. Степаненкова *Наглядно-дидактические пособия.*

Серия «Рассказы по картинкам»: « Зимние виды спорта», «Летние виды спорта». Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх».

Плакаты: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».

3.3.3. Традиционные праздники, мероприятия.

Фестиваль «Детский сад-Территория здоровья».

Дни здоровья, недели здоровья.

«Катерина-санница».

«Наша армия сильна - охраняет нас она».

Зимний и летний спортивные праздники.

Веселые старты.

«Олимпийское будущее России».

3.3.4. Организация предметно-развивающей среды

Развивающая предметно-пространственная среда должна быть: развивающей; насыщенной; вариативной; доступной; безопасной;

здоровьесберегающей; эстетически-привлекательной.

Создание условий для физического развития.

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской

идентичности, образа Я тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлением активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития.

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

3.3.5. Библиография.

1. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
2. Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, Э.М.Дорофеевой
3. Верещагина Н.В. Диагностика педагогического процесса в подготовительной группе (с 6 до 7 лет) дошкольной образовательной организации. Издательство ДЕТСТВО-ПРЕСС СПб 2014 г;
4. Ноткина Н. А. и др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста». Издательство АКЦИДЕНТ СПб 1995 г;
5. Пензулаева Л. И. « Физкультурные занятия в детском саду» (подготовительная группа). Издательство МОЗАИКА-СИНТЕЗ Москва 2009 г;
6. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. (Подготовительная группа).
8. Сборник подвижных игр /Автор-составитель Э. Я. Степаненкова.

