

ПРИНЯТА  
на заседании  
педагогического совета МБДОУ №11  
Протокол № 1 от 19.08 2020г.

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ  
детский сад №11 «Рябинка»  
Т.В. Лисица  
Приказ № от 19.08 2020г.



**Рабочая программа воспитателя по физической культуре  
муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения детского сада №11 «Рябинка»  
города Новоалтайска Алтайского края  
на 2020-2021 учебный год**

Авторы-разработчики программы:  
Воспитатель по физической культуре: Ширинова З.А.

Адрес: 658084 Алтайский край,  
г Новоалтайск переулок, Транспортный, 54  
телефон/факс: 8 (38532) 57545  
электронный адрес: rowan\_11@mail.ru  
сайт: www.dou-11.ru

## **СОДЕРЖАНИЕ:**

<b>1.Целевой раздел.....</b>	<b>3</b>
1.1.Пояснительная записка .....	3
1.2. Цели и задачи реализации рабочей программы (обязательная часть и часть) .....	4
1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы (обязательная часть) .....	5
1.4. Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей .....	5
1.5. Планируемые результаты освоения рабочей программы. Обязательная часть) .....	9
<b>2. Содержательный раздел.....</b>	<b>13</b>
2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с образовательной областью «физическое развитие» .....	13
2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.....	17
2.3. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития дошкольников.....	
2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик .....	21
2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы.....	21
2.6. Особенности взаимодействия педагогов с семьями воспитанников....	22
2.7. Специфика национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность. Часть, формируемая участниками образовательных отношений.....	25
<b>3. Организационный раздел.....</b>	<b>26</b>
3.1. Описание материально-технического обеспечения рабочей программы. Часть, формируемая участниками образовательных отношений.....	27
3.2. Методическое обеспечение рабочей программы. Средства обучения и воспитания (обязательная часть) .....	27
3.3. Модель воспитательно-образовательного процесса.....	33
3.4. Учебный план. Расписание занятий.....	34
3.5. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.....	35
3.6. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.....	35
<b>4. Дополнительный раздел Программы.....</b>	<b>38</b>
4.1. Краткая презентация образовательной программы.....	83
Лист изменений и дополнений.....	41

## **1.Целевой раздел**

### **1.1.Пояснительная записка**

Рабочая программа воспитателя по физической культуре муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №11 «Рябинка» (далее – рабочая программа) - нормативный документ, определяющий содержание по образовательной области «Физическое развитие» детей от 3 до 7 лет.

Нормативно-правовую основу для разработки рабочей программы составила образовательная программа дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №11. Рабочая программа структурирована в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и содержит три основных раздела: целевой, содержательный, организационный. Рабочая п- 4 изд., перераб.- М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2017. – 352с. Образовательная область «Физическое развитие» по разделу представлена по основной программе ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Основная образовательная программа дошкольного образования/Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.

Рабочая программа для всех участников образовательного процесса: определяет приоритеты в содержании образования и способствует интеграции и координации деятельности всех педагогов ДОУ; способствует накоплению спонтанного опыта детей в организованной обобщенной предметной среде; в специально продуманной и мотивированной самостоятельной деятельности; в реальном и опосредованном обучении; обеспечивает реализацию права родителей на информацию об образовательных услугах ДОУ, право на выбор образовательных услуг и право на гарантию качества получаемых услуг. Рабочая программа реализуется в течение всего времени пребывания детей в ДОУ с 7.00–19.00 (12 часов).

Рабочая программа сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

Рабочая программа обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности по следующим направлениям развития и образования детей:

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- физическое развитие.

Для успешной реализации рабочей программы обеспечиваются следующие психолого–педагогические условия:

1. уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
2. использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость, как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
3. построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию развития;
4. поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
5. поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
6. возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
7. защита детей от всех форм физического и психического насилия.

## **1.2.Цели и задачи реализации рабочей программы. Обязательная часть:**

Цель программы:

-создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Для достижения целей первостепенное значение имеет решение следующих задач:

-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.

### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы. Обязательная часть.**

Подробно с принципами и подходами (обязательная часть) можно ознакомиться ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Основная образовательная программа дошкольного образования /Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. - 4 изд., перераб.- М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2017. с. 11-16

### **1.1.3. Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей**

Реализация рабочей программы рассчитана на 1 год. Рабочая программа охватывает возрастные периоды: от 3 до 4 лет – младшая группа, от 4 до 5 лет - средняя группа, от 5 до 6 лет - старшая группа, от 6 до 7 лет - подготовительная к школе группа.

Рабочая программа учитывает современную социокультурную ситуацию развития ребёнка:

- большая открытость мира и доступность его познания для ребёнка;
- культурная неустойчивость окружающего мира, смешение культур;
- сложности окружающей среды с технологической точки зрения, нарушение устоявшейся традиции передачи знаний и опыта от взрослых детям;
- быстрой изменчивости окружающего мира: понимание ребёнком важности и неважности (второстепенности) информации, усиление роли взрослого в

защите ребёнка от негативного воздействия излишних источников информации;

- агрессивности окружающей среды, наличия многочисленных вредных для здоровья детей факторов, возрастание роли инклюзивного образования. ДОО работает в режиме 5-ти дневной недели с выходными днями: суббота, воскресенье и праздничные дни. Время пребывания детей: с 07.00 до 19.00 (12 часов).

### **Возрастные характеристики. Младшая группа (от 3 до 4 лет).**

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. Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться. В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других. Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей. Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя. В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. 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.

**Средняя группа (от 4 до 5 лет).** В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей. 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. 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. Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен. 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. Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации. Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствования восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками, дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

**Старшая группа (от 5 до 6 лет).** Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». (В игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» - зал стрижки, а зал ожидания выступает в качестве периферии игрового пространства.) Действия детей в играх становятся разнообразными. В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т. д. Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации. Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию. Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали. Достижения этого возраста характеризуются 7 распределением ролей в игровой деятельности; структурированием игрового пространства. Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

**Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет).** Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится



констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов. Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут. У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника. К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

#### **1.1.4. Планируемые результаты освоению рабочей программы. Обязательная часть. Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности;
- способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам;
- способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности;
- проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается;

- проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими;
- ребенок обладает развитым воображением; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- проявляет ответственность за начатое дело;
- открыт новому, то есть проявляет стремления к получению знаний, положительной мотивации к дальнейшему обучению в школе, институте;
- проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде;
- эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.);

### **Образовательная область «Физическое развитие» (обязательная часть)**

#### **Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

1. Различает и называет органы чувств (глаза, рот, нос, уши), имеет представление об их роли в организме.
2. Имеет представление о полезной и вредной пище.
3. Имеет представление о здоровом образе жизни.
4. Ходит и бегает свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Действует совместно, участвует в построении в колонну по одному, шеренгу, круг, находит свое место при построениях.
5. Энергично отталкивается двумя ногами и правильно приземляется в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимает правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15- 20 см.
6. Энергично отталкивает мяч при катании, бросании. Ловит мяч двумя руками одновременно. Обхватывает перекладину во время лазанья.
7. Сохраняет правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
8. Реагирует на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполняет правила в подвижных играх. Проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.
9. Ползает на четвереньках, лазит по гимнастической стенке.

### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

1. Знает части тела и органы чувств, их значение для жизни и здоровья человека.
2. Имеет представление о здоровом образе жизни.
3. Умеет оказывать себе элементарную помощь при ушибах, при необходимости обращаются за помощью к взрослым при заболевании, травме.
4. Ходит и бегаёт с согласованными движениями рук и ног. Бегаёт легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
5. Ползает, пролезает, подлезает, перелезает через предметы. Перелезает с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
6. Энергично отталкивается и правильно приземляется в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентируется в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места сочетает отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохраняют равновесие. Выполняет прыжки через короткую скакалку.
7. Принимает правильное исходное положение при метании, отбивает мяч о землю правой и левой рукой, бросает и ловит его кистями рук (не прижимая к груди).
8. Участвует в построении, соблюдает дистанцию во время передвижения. Проявляет психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.
9. Выполняет ведущую роль в подвижной игре, осознанно относится к выполнению правил игры.
10. Проявляет активность в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
11. Выполняет действия по сигналу.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

1. Имеет представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма, о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.
2. Имеет представление о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения).
3. Проявляет интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.
4. Имеет представление об истории олимпийского движения.
5. Соблюдает технику безопасности и правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.
6. Осознанно выполняет движения.

7. Легко ходит и бегает, энергично отталкиваясь от опоры, бегает наперегонки, с преодолением препятствий.

8. Лазит по гимнастической стенке, меняя темп.

9. Прыгает в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаются, отталкивается и приземляется в зависимости от вида прыжка, прыгает на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохраняя равновесие при приземлении.

10. Сочетает замах с броском при метании, подбрасывает и ловит мяч одной рукой, отбивая его правой и левой рукой на месте и ведет его при ходьбе.

11. Ориентируется в пространстве.

12. Знает элементы некоторых спортивных игр, игр с элементами соревнования, играми эстафетами.

13. Совместно со взрослыми готовит физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирает его на место.

14. Проявляет интерес к различным видам спорта, к спортивным играм и упражнениям, проявляет инициативу и творчество.

#### **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

1. Соблюдает принципы рационального питания.

2. Имеет представление об активном отдыхе, о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

3. Соблюдает заданный темп в ходьбе и беге, сочетает разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Выполняет активные движения кисти руки при броске.

4. Перелазит с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

5. Быстро перестраивается на месте и во время движения, равняется в колонне, шеренге, кругу; выполняет упражнения ритмично, в указанном темпе.

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

7. Самостоятельно следит за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвует в уходе за ними.

8. Проявляет выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

9. Самостоятельно организует подвижные игры, придумывает собственные игры, варианты игр, комбинирует движения.

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

11.Использует разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), ориентируется в пространстве; справедливо оценивает свои результаты и результаты товарищей. Проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

### **Система оценки результатов освоения рабочей программы**

В соответствии с ФГОС ДО целевых ориентиров не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Данные целевые ориентиры не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей.

Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников. При реализации рабочей программы может проводиться оценка индивидуального развития детей по образовательной области «Физическое развитие». Такая оценка производится инструктором по физической культуре в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогический мониторинг проводится на основе пособия Педагогический мониторинг в новом контексте образовательной деятельности. Изучение индивидуального развития детей.

## **2. Содержательный раздел**

### **2.1.Описание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие» (обязательная часть)**

#### **Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

**Обеспечение гармоничного физического развития.** Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. 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 и высоту с места; в

метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Начальные представления о некоторых видах спорта. Формировать интерес к спорту. Знакомить с некоторыми видами спорта. Приобщать к доступным подвижным играм и упражнениям. Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место. Подвижные игры. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. С 23 – 79стр.

### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

#### **Обеспечение гармоничного физического развития.**

Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки, 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 другую (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 метания, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Во всех формах организации

двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Начальные представления о некоторых видах спорта. Продолжать формировать интерес и любовь к спорту. Развивать представления о некоторых видах спорта. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма. Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить 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. Подвижные игры. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа – М.: МОЗАИКАСИНТЕЗ, 2016. С 19 - 106 стр.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

**Обеспечение гармоничного физического развития.** 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 шоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать и 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. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. Начальные представления о некоторых видах спорта. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Продолжать знакомить с различными видами спорта. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. Учить ходить на лыжах скользящим шагом,

подниматься на склон, спускаться с горы. Учить кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать 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 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. С 15 - 124 стр.

### **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

#### **Обеспечение гармоничного физического развития.**

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 движения кисти руки при броске. Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Начальные представления о некоторых видах спорта. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Продолжать знакомить с различными видами спорта. 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. 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. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения; справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. С 9 – 9бстр.

## **2.2. Описание вариативных форм, способов и методов реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.**

1. Понятие «занятие» в рабочей программе рассматривается как непосредственно – образовательная деятельность, которая специально организуется педагогом для освоения детьми содержания образовательных областей.

2. Структура расписания непосредственно-образовательной деятельности предусматривает и предполагает внутреннюю интеграцию содержания образовательных областей, видов деятельности детей, форм организации. Выделяется 6 основных форм организации двигательной деятельности в режиме дня, каждая из которых отражает свои задачи:

1. Традиционная форма (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер);
2. Тренировочная форма (повторение и закрепление определенного материала);
3. Игровая форма (подвижные игры, игры-эстафеты);
4. Сюжетно-игровая форма (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений);
5. Форма занятия с использованием тренажеров (спортивная стенка, гимнастическая скамья, батут, диск здоровья и т.п.);
6. По интересам, на выбор детей (мячи, обручи, полоса препятствий, скакалки).

**Способы реализации содержания образовательной области  
«Физическое развитие»**

Непосредственнообразовательная деятельность (НОД), проекты	Совместная деятельность педагога и детей, осуществляемая в режимных моментах	Самостоятельная деятельность детей (Создание условий)
<p>- НОД по физической культуре: Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом. Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала. Групповой способ. Дети по указанию инструктора распределяются на микрогруппы, каждая получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие</p>	<p>- Утренний приём детей на улице - Утренняя гимнастика - Физкультминутки - Психогимнастика - Подвижные и малоподвижные игры - Игры, упражнения с использованием нестандартного оборудования - Организация деятельности на прогулке - Физические упражнения на прогулке - Спортивные упражнения на прогулке в зимнее время (катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, катание на велосипеде) - Развивающие игры с физкультурными пособиями: кеглями, мячами, обручами, палками - Умывание, обливание кистей рук - Гимнастика после сна, босохождение - Дыхательная гимнастика</p>	<p>- Наличие: Спортивного инвентаря в группе - Подвижные игры - Малоподвижные игры - Спортивные игры - Хождение по дорожке здоровья - Использование детьми известных им здоровьесберегающих технологий - Сюжетно – ролевые игр - Спортивные игры - Рассматривание альбомов, книг, плакатов - Игровые культурные практики - Игры, упражнения с использованием нестандартного оборудования - Соревнования, эстафеты, спортивные игры.</p>

<p>занимаются самостоятельно. Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере педагога или одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Экскурсии</li> <li>- Развлечения и праздники по физической культуре</li> <li>- Детские мастер-классы</li> <li>- Прогулки</li> <li>- Реализация проектной деятельности</li> <li>- Диагностика</li> <li>- Зимние и летние олимпийские игры для детей</li> <li>- Коррекционные упражнения по профилактике плоскостопия</li> <li>- Дни здоровья</li> </ul>	<p style="text-align: center;">-</p> <p>Музыкально-ритмические игры</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Пальчиковая гимнастика</li> <li>- Дорожка здоровья (в группе и на улице в летнее время)</li> <li>- Чтение художественной литературы</li> <li>- Закаливающие процедуры</li> <li>- Дидактические игры</li> <li>- Просмотр альбомов - Настольно-печатные игры</li> </ul>	
---	--	--

### **Методы и приемы обучения**

Все методы, применяемые на занятиях физическими упражнениями с дошкольниками, можно разделить на три группы: методы слухового восприятия, методы зрительного восприятия и методы двигательного восприятия. Методы обучения выбираются в зависимости от поставленных задач, возрастных особенностей детей, их подготовленности, сложности и характера упражнений, этапа обучения.

На первом этапе обучения проводится первоначальное разучивание упражнения, чтобы создать у детей правильное представление о движении в целом. С этой целью используются показ, объяснение и практическое опробование. У детей образуется связь между зрительным образом, словами, обозначающими технику, и мышечными ощущениями. Чем дети младше, тем меньшим запасом двигательных представлений они обладают и тем большее

место в создании этих представлений занимает показ. С увеличением двигательного опыта у детей шире используются объяснения.

На втором этапе углубленного разучивания движения большое место занимают имитация, зрительные, слуховые ориентиры. Словесные методы используются в виде коротких указаний. Хороший эффект при отработке отдельных элементов техники дают упражнения, выполняемые без контроля зрения, на основе мышечных ощущений.

Задача третьего этапа — закрепление навыка и совершенствование техники его, а также выработка умения применять изученное движение в различных условиях. При этом упражнения проводят в игровой и соревновательной формах. В среднем и старшем дошкольном возрасте с расширением двигательного опыта детей увеличивается роль словесных приемов (объяснения, команды и др.) без сопровождения показом, используются более сложные наглядные пособия (фотографии, рисунки, кино- и диафильмы).

**Упражнения выполняются чаще в соревновательной форме.**

**Наглядные:**

- наглядно-зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и спортивного оборудования, зрительные ориентиры);
- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

**Словесные:**

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

**Практические:**

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

**Средства реализации:**

- «Центры здоровья и спортивных игр» в группах –
- Спортивное оборудование разнообразное по своему содержанию.

- Спортивный инвентарь подобран с учетом индивидуальных особенностей и интересов детей группы и побуждает желание выполнить двигательное действие.
- Нетрадиционное оборудование

### **2.3. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей**

Среднюю группу №6 ДООУ посещает ребенок-инвалид с нарушением опорно-двигательного аппарата. Ребенок находится в общих рамках воспитательного процесса, иначе будет постоянное присутствие неполноценного развития. Занятия по физической культуре ребенок в ДООУ посещает, другие физические нагрузки (на музыкальном занятии, спортивные соревнования) максимально снижены. Психолого-педагогическое сопровождение основывается на следующих принципах:

- опора на те личностные достижения, которые реально есть у ребенка. *Оно находится в логике его развития, а не искусственно задает ему цели и задачи извне;*
- *Соблюдение интересов ребёнка.* Принцип определяет позицию специалиста, который призван сопровождать ребёнка с максимальной пользой и в интересах ребёнка (педагог–психолог, другие специалисты).
- *Системность.* Принцип обеспечивает системный подход к анализу особенностей развития, а также всесторонний многоуровневый подход специалистов различного профиля, взаимодействие и согласованность их действий в решении проблем ребёнка.
- *Непрерывность.* Принцип гарантирует ребёнку и его родителям (законным представителям) непрерывность помощи до полного решения проблемы или определения подхода к её решению.
- *Рекомендательный характер оказания помощи.* Принцип обеспечивает защищать законные права и интересы детей, включая обязательное согласование с родителями (законными представителями) вопроса о направлениях, способах психолого-педагогического сопровождения. Для успешности индивидуального сопровождения ребенка необходима правильная оценка возможностей. В связи с этим особая роль отводится психолого-педагогической диагностике.

Качественный анализ предполагает оценку особенностей процесса выполнения ребенком заданий и допускаемых ошибок на основе системы качественных показателей.

Выявляются следующие качественные показатели, характеризующие эмоциональную сферу и поведение ребенка:

- особенности контакта ребенка;
- эмоциональная реакция на ситуацию обследования;
- реакция на одобрение;

- реакция на не удачу;
- эмоциональное состояние во время выполнения заданий;
- эмоциональная подвижность;
- особенности общения;
- реакция на результат.

Качественные показатели, характеризующие деятельность ребенка:

- наличие и стойкость интереса к заданию;
- понимание инструкции;
- самостоятельность выполнения задания;
- характер деятельности (целенаправленность и активность);
- темп и динамика деятельности, особенности регуляции деятельности;
- работоспособность;
- организация помощи.

Качественные показатели, характеризующие особенности познавательной сферы и моторной функции ребенка:

- особенности внимания, восприятия, памяти, мышления речи;
- особенности моторной функции.

В комплексной оценке психического развития и выявления потенциальных возможностей ребенка для определения содержания дальнейшего обучения важным является педагогическое обследование. Педагогическое изучение предусматривает получение сведений о ребенке, раскрывающих знания, умения, навыки, которыми он должен обладать на определенном возрастном этапе, установление основных проблем в обучении, темпа усвоения учебного материала, выявление особенностей образовательной деятельности. Интересующие сведения можно получить с помощью таких методов, как непосредственная беседа с ребенком и родителями, анализ работ ребенка (рисунков, поделок и др.), педагогическое наблюдение. Педагогическое наблюдение должно быть специально спланированным, точно ориентированным и систематическим. Оно позволяет оценить степень сформированности деятельности в целом - ее целенаправленность, организованность, произвольность, способность к планированию действий. Особенно важно наблюдение за ведущей деятельностью ребенка, его познавательной активностью, в процессе которого отмечается мотивационный аспект деятельности, свидетельствующий о личностной зрелости дошкольника.

В ходе педагогического наблюдения ребенку предлагается:

- назвать свое полное имя, фамилию, возраст, домашний адрес;
- рассказать о семье, назвать имя и отчество мамы, папы, место работы родителей;
- назвать имя и отчество близких взрослых, имена сверстников;
- рассказать об основных правилах поведения на улице, в общественных местах, о любимом занятии дома и др.

Полученные сведения позволяют в дальнейшем целенаправленно вносить коррективы в организацию процесса воспитания и обучения, а также

разработать индивидуальный образовательный маршрут сопровождения. В случае получения заключения медико-социальной экспертизы с указанием разработки адаптированной образовательной программы, на ребенка будет составлена индивидуальная адаптированная программа.

#### **2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.**

Непосредственно–образовательная деятельность организовывается как всей группой, так и по подгруппам, с учетом индивидуальных особенностей детей.

Реализация содержания образовательных областей осуществляется в процессе:

- а) совместной непосредственно–образовательной деятельности;
- б) в процессе режимных моментов;
- в) в процессе самостоятельной деятельности, освоения культурных практик.

Культурные практики, представляют собой разнообразные, основанные на текущих и перспективных интересах ребенка виды самостоятельной деятельности, поведения и опыта, складывающегося с первых дней его жизни; обеспечивают активную и продуктивную образовательную деятельность ребенка. Они включают обычные для него (привычные, повседневные) способы самоопределения и самореализации, тесно связанные с содержанием его бытия и события с окружающими и поэтому обеспечивают реализацию универсальных культурных умений ребенка. Такие умения интенсивно формируются в период дошкольного детства, а затем «достраиваются» и совершенствуются в течение всей последующей жизни-исследовательские, коммуникативные, художественные, организационные, образовательные, проектные. Они включают готовность и способность ребенка действовать во всех обстоятельствах жизни и деятельности на основе культурных норм и выражают: содержание, качество и направленность его действий и поступков; индивидуальные особенности его действий; принятие общезначимых культурных образцов деятельности и поведения.

#### **2.5. Способы поддержки детской инициативности и освоения рабочей программы.**

Рабочая программа инструктора по физической культуре определяется как программа физического развития детей дошкольного возраста (5-7 лет) дошкольников, психолого – педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации детей.

Один из основных принципов дошкольного образования: поддержка инициативы детей в различных видах деятельности. Задача педагога заключается в том, чтобы научить детей самостоятельно и с удовольствием играть и выполнять двигательные действия. Только в этом случае они приучаются сами в любой игровой и двигательной ситуации

<b>Основные формы поддержки инициативы</b>	<b>Условия для проявления и поддержки инициативы</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• физкультурное занятие,</li> <li>• утренняя гимнастика,</li> <li>• подвижные игры,</li> <li>• физкультурные паузы,</li> <li>• самостоятельная двигательная деятельность,</li> <li>• праздники, развлечения</li> </ul>	<p>«Центр здоровья и спортивных игр»;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Двигательное пространство в группе организовано в безопасном для детей месте, в шаговой доступности от спортивного уголка.</li> <li>• Спортивное оборудование разнообразно по своему содержанию.</li> <li>• Спортивный инвентарь подобран с учетом индивидуальных особенностей и интересов детей группы.</li> <li>• Нетрадиционное оборудование (фантики, крышки, карандаши, шишки, кочки-следочки, коррекционные дорожки).</li> </ul>

Воспитанники принимают участие в городских спортивных соревнованиях «Папа, мама и я – спортивная семья», конкурсах по правилам дорожного движения и пожарной безопасности. Для успешности в спортивном зале организуются различные спортивные соревнования, праздники, развлечения.

## **2.6. Особенности взаимодействия педагогов с семьями воспитанников.**

Успешное взаимодействие возможно лишь в том случае, если детский сад знаком с воспитательными возможностями семьи ребенка, а семья имеет представление о дошкольном учреждении, которому доверяет воспитание и развитие ребенка. Это позволяет оказывать друг другу необходимую поддержку в развитии ребенка, привлекать имеющиеся педагогические ресурсы для решения общих задач воспитания и развития.

**Мероприятия по взаимодействию с семьей  
на 2020/2021 учебный год**



Месяц	Тема	Цель	Формы и методы работы	Ответственный
Сентябрь	«Задачи физического воспитания детей на новый учебный год»	Познакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой на новый учебный год.	Консультация (папки-передвижки)	Воспитатель по ФИЗО Широнова З.А
Октябрь	«Подготовка одежды к занятиям физической культурой в зале и на воздухе»	Обеспечить родителей методическими рекомендациями	Индивидуальные консультации	Воспитатель по ФИЗО Широнова З.А
Ноябрь	«Закаливание - первый шаг на пути к здоровью»	Пропаганда ЗОЖ среди детей и их родителей, популяризация активных форм отдыха. Продолжать знакомить родителей с доступными способами закаливания.	Папка – передвижка,	Воспитатель по ФИЗО Широнова З.А
Декабрь	«Игры на свежем воздухе»	Продолжать знакомить с подвижными играми на воздухе зимой.	Продолжать знакомить с подвижными играми на воздухе зимой.	Воспитатель по ФИЗО Широнова З.А
Январь	«Дружно весело играя, мы здоровье прибавляем»	Дать представления об организации рациональной двигательной деятельности детей дошкольного возраста, используя разнообразные формы организации в	Консультация	Воспитатель по ФИЗО Широнова З.А

		семье.		
Февраль	Предупреждение детского травматизма «День защитника Отечества»	Информировать родителей о формировании у детей навыков безопасного поведения Привлечь родителей к подготовке и участию в досуге. Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости и удовольствия от совместной деятельности.	Рекомендации  Участие в досуге	Воспитатель по ФИЗО Широнова З.А
Март	Значение физических упражнений «Спортивный уголок дома»	Содействовать созданию спортивного уголка дома, пропаганда ЗОЖ	Рекомендации	Воспитатель по ФИЗО Широнова З.А
Апрель	«Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»	Информировать о факторах ,влияющих на физическое здоровье ребенка.	Папка-передвижка	Воспитатель по ФИЗО Широнова З.А
Май	«Мы - спортивная семья»	Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности	Фотоконкурс	Воспитатель по ФИЗО Широнова З.А

## 2.7. Специфика национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

### Региональный компонент

Рабочая программа включает в содержание работы региональный компонент в изобразительной деятельности: -через изучение и максимальное использование природных и культурных особенностей края.

Реализация регионального компонента осуществляется в образовательной деятельности с учетом принципов:

1. содействие и сотрудничество детей и взрослых;
2. поддержка инициативы детей в двигательной деятельности,
3. сотрудничество ДООУ с семьей.

<i>Климатические особенности</i>	учитываются при составлении режима дня с выделением двух периодов: холодного (сентябрь-май) и летнего (июнь-август). В режим дня каждой возрастной группы ежедневно включены разные виды гимнастик, упражнения для профилактики плоскостопия, упражнения для коррекции плоскостопия, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, обучение скольжению на лыжах.
<i>Национально-культурные особенности:</i>	обучение и воспитание осуществляется на русском языке (в соответствии с Уставом ДООУ) и учитываются реальные потребности детей различной этнической принадлежности (несмотря на то, что процент детей билингов среди воспитанников невелик). Педагоги ДООУ с уважением относятся к детям, разговаривающим на родном для них языке, внимательно прислушиваются к пожеланиям родителей из семей другой этнической принадлежности.
<i>Региональные особенности:</i>	использование народных подвижных игр, игр алтайского народа, которые оказывают большое внимание на воспитание ума, характера, воли, развивают нравственные чувства, физически укрепляют ребёнка, создают определенный духовный настрой, интерес к народному творчеству через игру воспитывается чувство ответственности перед коллективом, умение действовать в команде.

### 3. Организационный раздел

### **3.1. Описание материально – технического обеспечения рабочей программы. Часть,формируемая участниками образовательных отношений.**

Важнейшим показателем качества работы инструктора по физической культуре, фактором воспитания и развития ребенка является грамотно организованная развивающая предметно-пространственная среда. Оборудование спортивного зала безопасно, здоровьесберегающее, эстетически привлекательно и способствует развитию детей дошкольного возраста. Оборудование соответствует возрасту и росту детей, обеспечивает максимальный для каждого возраста развивающий эффект, поддерживают интерес и инициативу дошкольников.

#### Технические средства реализации рабочей программы

Наименование	Характеристика	количество
Музыкальный центр	Мини-центр	1
колонки	усилитель	2
проектор		1
экран		1

### **3.2. Методическое обеспечение рабочей программы. Средства обучения и воспитания.**

Методическое обеспечение рабочей программы реализуется с учетом комплексно–тематического планирования образовательной деятельности, образовательных потребностей, интересов и мотивов детей, членов их семей и педагогов.

#### **Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию содержания**

- **ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ.** Основная образовательная программа дошкольного образования/ Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. -4-е изд., перераб.-М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2017-352с.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016.

- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа – М.: МОЗАИКА--СИНТЕЗ, 2016.

### **3.3. Модель воспитательно-образовательного процесса.**

Образовательный процесс по физической культуре в средней, старшей группе и подготовительной к школе группе реализуется в режиме пятидневной рабочей недели.

Учебный год начинается с 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день. Продолжительность учебного года с 1 сентября текущего года по 31 мая последующего года. Летний оздоровительный период с 1 июня по 31 августа. Согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (зарегистрировано в Минюсте РФ 29 мая 2013 г., № 28564):

- Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов.

- Максимальная продолжительность непрерывной непосредственно-образовательной

деятельности для детей

от 3 до 4 лет – не более 15 минут.

от 4 до 5 лет – не более 20 минут.

от 5 до 6 лет – не более 25 минут.

от 6 до 7 лет – не более 30 минут.

- Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в средней группе составляет не более 40 мин, в старшей группе не более 45 минут, в подготовительной к школе группе составляет 1,5 часа. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

- В объеме двигательной активности воспитанников 5 – 7 лет

- предусматривается в организованных формах оздоровительно-воспитательная деятельность 6 – 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы Учреждения.

- Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими

упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.

## **Особенности организации НОД по физической культуре по возрастным группам**

### **Младшая группа**

Физическое воспитание детей дошкольного возраста представляет собой единую систему воспитательно-образовательных мероприятий в режиме дня, включающую ежедневное проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий, подвижных игр и развлечений в помещении и на свежем воздухе под непосредственным руководством воспитателя.

Примерные конспекты построены по общепринятой структуре и включают обучения основным видам движений, комплексы упражнений общеразвивающего характера с различными предметами и подвижные игры. Все физкультурные занятия проводятся в игровой занимательной форме. В конце каждого месяца изложен материал на повторение и закрепление пройденного, который педагог может по своему усмотрению изменять или дополнять.

В младшей группе детского сада физкультурные занятия в помещении проводятся 2 раза в неделю в утренние часы; продолжительность занятия составляет 15 мин.

Физкультурные занятия в младшей группе проводят по общепринятой структуре, состоят из вводной, основной и заключительной частей, каждая из которых, имея конкретные задачи подчинена единой цели - всестороннему и гармоничному развитию различных двигательных навыков и умений.

**Вводная часть** (2-3 минуты) подготавливает организм ребёнка к предстоящей более интенсивной нагрузке. Используются упражнения в ходьбе беге, различные несложные упражнения с предметами, упражнения, укрепляющие мышцы ног, стопы, формирующие правильную осанку.

**Основная часть** (9-10 минут) направлена на решения главных задач занятия обучение детей новым упражнениям, повторение и закрепление ранее пройденного материала, овладение жизненно - важными двигательными навыками и упражнениями, воспитание физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливость и т.д. В содержания основной части занятия входят общеразвивающие упражнения, в основных видах движений и подвижная игра.

**Заключительная часть** (2-3 минуты) должна обеспечивать ребёнку

постоянный переход к относительно спокойному состоянию, особенно после подвижной игры. Подробнее узнать методику организации НОД по физическому развитию можно в пособии Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду. Для занятий с детьми 3-4 лет.

**Средняя группа.** Физическое воспитание детей дошкольного возраста представляет собой единую систему воспитательно-образовательных мероприятий в режиме дня, включающую ежедневное проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий, подвижных игр и развлечений в помещении и на свежем воздухе под непосредственным руководством воспитателя.

Примерные конспекты построены по общепринятой структуре и включают обучения основным видам движений, комплексы упражнений общеразвивающего характера с различными предметами и подвижные игры. Все физкультурные занятия проводятся в игровой занимательной форме. В конце каждого месяца изложен материал на повторение и закрепление пройденного, который педагог может по своему усмотрению изменять или дополнять.

В средней группе детского сада физкультурные занятия в помещении проводятся 2 раза в неделю в утренние часы; продолжительность занятия составляет 20 мин. Каждое третье занятие в течение недели проводится на свежем воздухе, на площадке. Проводят его воспитатели. Закрепляя упражнения предыдущего занятия.

Физкультурные занятия в средней группе проводят по общепринятой структуре, состоят из вводной, основной и заключительной частей, каждая из которых, имея конкретные задачи подчинена единой цели - всестороннему и гармоничному развитию различных двигательных навыков и умений. 23

**Вводная часть** (3-4 минуты) подготавливает организм ребёнка к предстоящей более интенсивной нагрузке. Используются упражнения в ходьбе беге, различные несложные упражнения с предметами, упражнения, укрепляющие мышцы ног, стопы, формирующие правильную осанку.

**Основная часть** (12-15 минуты) направлена на решения главных задач занятия - обучение детей новым упражнениям, повторение и закрепление ранее пройденного материала, овладение жизненно - важными двигательными навыками и упражнениями, воспитание физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливость и т.д. В содержания основной части занятия входят общеразвивающие упражнения, в основных видах движений и подвижная игра. Заключительная часть (3-4 минуты) должна обеспечивать ребёнку постоянный переход к относительно

спокойному состоянию, особенно после подвижной игры. Подробнее узнать методику организации НОД по физическому развитию можно в пособии Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду. Для занятий с детьми 4-5 лет.

**Старшая группа** Важное место в работе с детьми 5-7 занимают подвижные игры, игровые упражнения и задания. В играх у детей не только развиваются и закрепляются физические качества, но и формируется ответственность за себя и других ребят (взаимовыручка, поддержка, нравственные основы поведения в коллективе). В старшей группе детского сада проводятся 3 занятия по физической культуре в неделю, с продолжительностью 25 минут в утренние часы. Каждое третье занятие в течении недели проводится на свежем воздухе, на площадке (воспитатели). Структура физкультурных занятий общепринятая: **вводная** (4-6 минут), **основная** (18 – 20 минут) и **заключительная** (3-4 минуты) части. Упражнения в ходьбе и беге проводятся в чередовании. Во второй части занятия детей обучают упражнениям общеразвивающего характера. Основным видам движений; обязательно проводится подвижная игра. В заключительной части используют упражнения в ходьбе, несложные игровые задания, игры малой подвижности.

**Подготовительная к школе группа** В подготовительной к школе группе детского сада проводятся 3 занятия по физической культуре в неделю. Продолжительность занятий составляет 30 минут. Каждое третье занятие в течение недели проводится на свежем воздухе проводят воспитатели, закрепляя предыдущее занятие. Структура физкультурных, занятий общепринятая: занятие состоит из **вводной, основной и заключительной** частей. Выделения частей занятия обусловлено физиологическими, психологическими и педагогическими закономерностями. Вводная часть обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. Основная часть (самая большая по объёму и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами занятия. Заключительная часть выравнивает функциональное состояние детей.

**Вводная часть** (продолжительность 5-6 минут) В эту часть включают упражнения в построениях, передвижениях; различные варианты ходьба, бега, прыжков относительно умеренной нагрузкой; несложные игровые задания.

**Основная часть** (продолжительность 20-25 минут). В эту часть включают упражнения на развитие опорно - двигательного аппарата, физических и морально двигательных качеств личности. Эти



общеразвивающие упражнения, проводятся с разным темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные группы, способствуют формированию правильной осанки, умение ориентироваться в пространстве.

**Заключительная часть.** (продолжительность 4-5 минут). В содержание этой части входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

В результате работы по развитию физических качеств и двигательных навыков на протяжении всего периода воспитания и обучения в детском саду к моменту поступления в первый класс дети имеют определённый и достаточный прочный запас двигательных навыков и умений, физических качеств, хорошую координацию движений всё это позволит им успешно справляться с нагрузками в школе, сохранять правильную осанку на уроках, проявлять усидчивость, умение слушать педагога не отвлекаясь.

### 3.4. Учебный план. Расписание занятий

Учебный план гарантирует возможность освоения каждым ребёнком рабочей программы на разных этапах её реализации.

#### Расписание непосредственно образовательной деятельности на 2020-2021 учебный год

Дни недели	Средняя группа №1	Младшая группа №2	Старшая группа №3	Подготовительная группа №5	Средняя группа №6	Подготовительная группа №4
Понедельник	15.30-15.50 ФИЗО		10.05-10.30 ФИЗО		ФИЗО на улице	10.35-11.05 ФИЗО
Вторник		15.45-16.00 ФИЗО		10.05-10.35 ФИЗО		
Среда	ФИЗО на улице	9.45-10.00 ФИЗО		10.05-10.30 ФИЗО	9.00-9.20 ФИЗО	10.40-11.10 ФИЗО
Четверг			15.45-16.15 ФИЗО	ФИЗО на улице	15.20-15.40 ФИЗО	
Пятница	9.35-9.55 ФИЗО	ФИЗО на улице	ФИЗО на улице			ФИЗО на улице

**Учебный план непрерывной образовательной деятельности  
по пятидневной неделе на 2020/2021 учебный год.**

**Организация модели двигательного режима**

№	Вид деятельности	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6-7 лет
	Организационная деятельность				
	Утренняя гимнастика	5-6 минут	7-8 минут	9-10 минут	10-12 минут
	Физкультурные занятия	10 минут	15 минут	25-30 минут	30 минут
	Профилактическая гимнастика после сна + закаливание	до 10 минут	до 15 минут	до 20 минут	до 25 минут
	Совместная деятельность				
	Подвижные игры на прогулке	20 минут	25 минут	30 минут	35 минут
	Оздоровительный бег ( 2 раза в неделю в конце прогулки)			3-5 мин	4-7 мин
	Двигательная разминка ( между занятиями)	До 5 мин	До 5 мин	До 7 мин	До 8 мин
	Физкультурные минутки ( по мере утомляемости на занятиях)	3 мин	4 мин	5 мин	6 мин
	Самостоятельная деятельность				
	Утром	до 15 минут	до 15 минут	до 15 минут	до 15 минут
	После завтрака	7 минут	10 минут	7-10 минут	8-12 минут
	На первой прогулке	до 40 минут	до 50 минут	до 50 минут	до 60 минут
	После сна	до 7 минут	до 10 минут	10-15 минут	12-15 минут
	На второй прогулке	20 минут	30 минут	40 минут	40 минут
	физкультурный	1 раз в	1 раз в	1 раз в	1 раз в

	досуг	месяц 20мин	месяц 20мин	месяц 30- 45мин	месяц 35- 50мин
	физкультурный праздник		2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.

### 3.5. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

№	Тема	Срок	Ответственный
<i>Календарные праздники</i>			
1	«День знаний» 1,4,6,5,3 Дорожная азбука 1 и 2 гр группа	Сентябрь	Воспитатели, старший воспитатель, муз руководитель  Воспитатель по физической культуре
2	«Веселые старты» 3, 4,5 гр	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
3	«Сластена в гостях у ребят» 2гр	Декабрь	
4	Зимние забавы 6,1 гр	Январь	Воспитатели, воспитатель по Физической культуре
5	День защитников отечества 1,3,4,5,6 группы	Февраль	муз. рук-ль., инструктор по физической культуре
6	«Юные космонавты» 4,5,3 гр	Апрель	Воспитатель по физической культуре  Воспитатель по физической культуре
7	«День Победы» Военно- патриотическая игра «Зарница» (4,5,3 группы)  Военно-патриотическая игра «Бравые	Май	муз. рук-ль, инструктор по физической культуре

	солдаты» 1,6,2 гр «До свидания, детский сад!»		
8	Спортивно-музыкальное развлечения. «Встреча лета» «День защиты детей»	июнь	Ст. воспитатель, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель

### 3.6. Особенности организации, развивающей предметно-пространственной среды

Основой реализации рабочей программы является развивающая предметно-пространственная среда, необходимая для развития ребенка в двигательной деятельности. Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного пространства спортивного зала, спортивного участка а также территории, прилегающей к дошкольному учреждению.

#### Принципы и характеристика построения развивающей предметно-пространственной среды

№ п/п	Характеристика	Содержание
	Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.	Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <input type="checkbox"/> игровую активность всех воспитанников, экспериментирование в движениях;</li> <li>• <input type="checkbox"/> двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики,</li> </ul>

		<p>участие в подвижных играх и соревнованиях;  эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;  • <input type="checkbox"/> возможность самовыражения детей.</p>
	Трансформируемость пространства	<p>Дает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.</p>
	Полифункциональность материалов	<p>Позволяет разнообразно использовать различные составляющих предметной среды: маты, мягкие модули, природные материалы, пригодные в разных видах детской активности</p>
	Вариативность среды	<p>Позволяет создать различные пространства (для подвижной игры, игры малой подвижности, выполнения разных видов движений, в том числе соревновательного характера), а также разнообразное спортивное оборудование, игры и игрушки обеспечивают свободный выбор детей. Спортивно-игровой материал периодически</p>

		сменяется, что стимулирует игровую, двигательную активность детей.
	Доступность среды	Создает условия для свободного доступа детей к пособиям, спортивному стандартному и нестандартному оборудованию, обеспечивающим все основные виды детской двигательной активности; исправность и сохранность материалов и оборудования.
	Безопасность	Обеспечивает соответствие всех ее элементов требованиям по надежности и безопасности их использования.

Конусы большие 4шт., Мягкие модули «Спортивный городок» ,Конусы маленькие 10шт., Мячи резиновые среднего размера 30шт.,Ленточки на палке15шт.,Массажные кольца 30шт. Спортивный лабиринт на улице1шт.,Скакалки 10шт. Гимнастические скамейки 2 шт., Кольцеброс1шт., Мячи маленького размера 40шт.,Спортивная горка для лазания1шт., Гимнастическая стенка 1шт., Мешочки 25шт. ,Обручи 35шт., Мячики набивные 35шт., Канат 1шт., Музыкальный центр 1шт., Музыкальная колонка1шт., Цветные платки 40шт., Дуги 4шт., Ленточки на колечки 15шт., Погремушки 25шт.

## 4. Дополнительный раздел Программы

### 4.1. Краткая презентация образовательной программы

#### Слайд 1

Рабочая программа воспитателя по физической культуре муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №11 «Рябинка» (далее – рабочая программа) - нормативный документ, определяющий содержание по образовательной области «Физическое развитие» детей от 3 до 7 лет.

Нормативно-правовую основу для разработки рабочей программы составила образовательная программа дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №11. Рабочая программа структурирована в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и содержит три основных раздела: целевой, содержательный, организационный. Рабочая п- 4 изд., перераб.- М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2017. – 352с. Образовательная область «Физическое развитие» по разделу представлена по основной программе ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Основная образовательная программа дошкольного образования/Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.

#### Слайд 2

Цель программы:

-создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

#### Слайд 3

Для достижения целей первостепенное значение имеет решение следующих задач:

- 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.

#### **Слайд 4**

### **Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.**

Непосредственно–образовательная деятельность организовывается как всей группой, так и по подгруппам, с учетом индивидуальных особенностей детей.

Реализация содержания образовательных областей осуществляется в процессе:

- а) совместной непосредственно–образовательной деятельности;
- б) в процессе режимных моментов;
- в) в процессе самостоятельной деятельности, освоения культурных практик.

Культурные практики, представляют собой разнообразные, основанные на текущих и перспективных интересах ребенка виды самостоятельной деятельности, поведения и опыта, складывающегося с первых дней его жизни; обеспечивают активную и продуктивную образовательную деятельность ребенка. Они включают обычные для него (привычные, повседневные) способы самоопределения и самореализации, тесно связанные с содержанием его бытия и события с окружающими и поэтому обеспечивают реализацию универсальных культурных умений ребенка. Такие умения интенсивно формируются в период дошкольного детства, а затем «достраиваются» и совершенствуются в течение всей последующей жизни-исследовательские, коммуникативные, художественные, организационные, образовательные, проектные. Они включают готовность и способность ребенка действовать во всех обстоятельствах жизни и деятельности на основе культурных норм и выражают: содержание, качество и направленность его действий и поступков; индивидуальные особенности его действий; принятие общезначимых культурных образцов деятельности и поведения.



## Слайд 5

### Расписание непосредственно образовательной деятельности на 2020-2021 учебный год

Дни недели	Средняя группа №1	Младшая группа №2	Старшая группа №3	Подготовительная группа №5	Средняя группа №6	Подготовительная группа №4
Понедельник	15.30-15.50 ФИЗО		10.05-10.30 ФИЗО		ФИЗО на улице	10.35-11.05 ФИЗО
Вторник		15.45-16.00 ФИЗО		10.05-10.35 ФИЗО		
Среда	ФИЗО на улице	9.45-10.00 ФИЗО		10.05-10.30 ФИЗО	9.00-9.20 ФИЗО	10.40-11.10 ФИЗО
Четверг			15.45-16.15 ФИЗО	ФИЗО на улице	15.20-15.40 ФИЗО	
Пятница	9.35-9.55 ФИЗО	ФИЗО на улице	ФИЗО на улице			ФИЗО на улице

## Лист изменений и дополнений