



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад №16»  
Т.Н.Кузьмина

**Рабочая программа  
инструктора по физической культуре  
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения «Детский сад № 16»**

срок реализации - 4 года

Разработал:  
Зуев А.О.

Нижний Новгород

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. Целевой раздел</b>	
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи рабочей программы	3
1.3. Принципы обучения физической культуре	4
1.4. Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста	4
1.5. Планируемые результаты освоения Программы.	7
<b>2. Содержательный раздел</b>	
2.1. Планирование образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка в образовательной области «Физическое развитие»	8
2.1.1. Календарно-тематическое планирование младшей группы	11
2.1.2. Календарно-тематическое планирование средней группы	14
2.1.3. Календарно-тематическое планирование старшей группы	17
2.1.4. Календарно-тематическое планирование подготовительной группы	20
2.2. Планирование двигательной активности	23
2.3. Формы, методы, средства обучения физической культуре	25
2.4. Взаимодействие с родителями	28
2.5. Взаимодействия со специалистами	30
<b>3. Организационный раздел</b>	
3.1. Организация образовательной деятельности по обучению физической культуре	33
3.2. Материально-технические условия	34
3.3. Методическое обеспечение	35

## 1. Целевой раздел

### 1.1. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа разработана в соответствии с основной образовательной программой Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 16» (далее – Программа), в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и основной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» (под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой), 2015г.

Программа разработана в соответствии с основными нормативно - правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года №1014 г. Москва);
- «Санитарно-эпидемиологические правила, нормативы и требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций, утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 (далее – СанПиН 2.4.1.3049-13; начало действия документа – 30.07.2013);
- Письмо Минобрнауки России от 7 июня 2013 г. № ИР-535/07 «О коррекционном и инклюзивном образовании детей»

Программа разработана с учётом особенностей организации образовательного процесса. Определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса по обучению физической культуре воспитанников 3-7 лет. Содержание Программы распределено по месяцам и неделям, согласно календарно- тематическому планированию и представляет собой систему обучения, рассчитанную на один учебный год – 36 недель.

Срок освоения Программы – 4 года.

Рабочая Программа является открытой и предусматривает вариативность, интеграцию, изменения и дополнения по мере профессиональной необходимости.

### 1.2. Цели и задачи рабочей Программы

**Цель:** Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

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

2. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
3. Формирование потребности в ежедневной двигательной активности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
4. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

### 1.3. Принципы обучения физической культуре

Дидактические	Специальные	Гигиенические
систематичность и последовательность; развивающее обучение; доступность; воспитывающее обучение; учет индивидуальных и возрастных особенностей; сознательность и активность ребенка; наглядность	Непрерывность; последовательность; наращивания тренирующих воздействий; цикличность	сбалансированность нагрузок; рациональность чередования деятельности и отдыха; возрастная адекватность; оздоровительная направленность всего образовательного процесса; осуществление личностно-ориентированного обучения и воспитания

### 1.4. Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста.

#### *Младший дошкольный возраст*

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.

Дети младшего дошкольного возраста могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по

величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса и в помещении всего дошкольного учреждения.

Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

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. 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

### ***Средний дошкольный возраст***

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. К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве.

Начинает развиваться образное мышление. Дети оказываются способными использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. Развивается предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

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.

### ***Старший дошкольный возраст (старшая группа)***

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 субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». 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.

Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей игровой деятельности; структурированием игрового пространства; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умения общаться, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

### ***Старший дошкольный возраст (подготовительная группа)***

Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками ситуации.

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.

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.

## **1.5. Планируемые результаты освоения Программы**

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

- Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп в соответствии с указаниями воспитателя.
- Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.
- Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- Прыгает на двух ногах и в длину с места не менее, чем на 40 см.
- Умеет катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 метра, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить;
- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 метров..

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

- Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
- Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 метров.
- Умеет перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой
- Умеет энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед
- Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч об пол не менее 5 раз подряд.
- Умеет прыгать через короткую скакалку
- Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 метров).
- Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 метров, выполняет поворот переступанием, поднимается на горку.
- Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.
- Умеет выполнять роль ведущего в игре

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

- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 метра) с изменением темпа.
- Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см.), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см.), с разбега (не менее 100см.), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалки.

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

-Выполняет упражнение на статическое и динамическое равновесие.

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

-Ходит на лыжах переменным скользящим шагом

-Участвует в упражнениях и играх с элементами спорта: городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей.

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

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

-Может прыгать на мягкое покрытие (высота 40 см.), прыгать в длину с места (не менее 100 см.), с разбега (не менее 180 см.), в высоту с разбега (не менее 50 см), прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.

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

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

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

-Следит за правильной осанкой.

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

-Участвует в упражнениях и играх с элементами спорта: бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис.

## **2. Содержательный раздел**

### **2.1. Планирование образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка в образовательной области «Физическое развитие».**

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

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, 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 лазания. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учит кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Учит детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

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.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползанья; ловкость, выразительность и красоту движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

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

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.

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.

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнить 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 быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.  
Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучить к выполнению действий по сигналу.

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

Продолжать формировать правильную осанку; учение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, поднимать на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваться одной ногой. Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, 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.

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

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.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

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

### 2.1.1 Календарно-тематическое планирование в младшей группы

Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду вторая младшая группа». Из расчета 3 в неделю – всего 108 в год

№ месяц	неделя	занятия	кол- во часов	стр.
1. Сентябрь	1 неделя	1.занятие № 1	1	23
		2.занятие № 2	1	23
		3.занятие №3	1	23
	2 неделя	1. занятие № 4	1	24
		2. занятие № 5	1	24
		3. занятие № 6	1	24
	3 неделя	1. занятие № 7	1	25
		2. занятие № 8	1	25
		3. занятие № 9	1	25
	4 неделя	1.занятие № 10	1	26
		2.занятие № 11	1	26
		3. занятие № 12	1	26
2. Октябрь	1 неделя	1.занятие № 13	1	28
		2.занятие № 14	1	28
		3.занятие №15	1	28
	2 неделя	1. занятие № 16	1	29
		2. занятие № 17	1	29
		3. занятие № 18	1	29
	3 неделя	1. занятие № 19	1	30
		2. занятие № 20	1	30
		3. занятие № 21	1	39
	4 неделя	1.занятие № 22	1	31
		2.занятие № 23	1	31
		3. занятие № 24	1	31

3. Ноябрь	1 неделя	1.занятие № 25	1	33
		2.занятие № 26	1	33
		3.занятие №27	1	33
	2 неделя	1. занятие № 28	1	34
		2. занятие № 29	1	34
		3. занятие № 30	1	34
	3 неделя	1. занятие № 31	1	35
		2. занятие № 32	1	35
		3. занятие № 33	1	35
		1.занятие № 34	1	37
	4 неделя	2.занятие № 35	1	37
		3. занятие № 36	1	37

4.Декабрь	1 неделя	1.занятие № 37	1	38
		2.занятие № 38	1	38
		3.занятие №39	1	38
	2 неделя	1. занятие № 40	1	40
		2. занятие № 41	1	40
		3. занятие № 42	1	40
	3 неделя	1. занятие № 43	1	41
		2. занятие № 44	1	41
		3. занятие № 45	1	41
		1.занятие № 46	1	42
	4 неделя	2.занятие № 47	1	42
		3. занятие № 48	1	42

5. Январь	1 неделя	1.занятие № 49	1	43
		2.занятие № 50	1	43
		3.занятие №51	1	43
	2 неделя	1. занятие № 52	1	45
		2. занятие № 53	1	45
		3. занятие № 54	1	45
	3 неделя	1. занятие № 55	1	46
		2. занятие № 56	1	46
		3. занятие № 57	1	46
		1.занятие № 58	1	47
	4 неделя	2.занятие № 59	1	47
		3. занятие № 60	1	47

6. Февраль	1 неделя	1.занятие № 61	1	50
		2.занятие № 62	1	50
		3.занятие №63	1	50

	2 неделя	1. занятие № 64 2. занятие № 65 3. занятие № 66	1 1 1	51 51 51
	3 неделя	1. занятие № 67 2. занятие № 68 3. занятие № 69	1 1 1	52 52 52
	4 неделя	1. занятие № 70 2. занятие № 71 3. занятие № 72	1 1 1	53 53 53
7. Март	1 неделя	1. занятие № 73	1	54
		2. занятие № 74	1	54
		3. занятие № 75	1	54
	2 неделя	1. занятие № 76	1	56
		2. занятие № 77	1	56
		3. занятие № 78	1	56
	3 неделя	1. занятие № 79	1	57
		2. занятие № 80	1	57
		3. занятие № 81	1	57
		1. занятие № 82	1	58
	4 неделя	2. занятие № 83	1	58
		3. занятие № 84	1	58
8. Апрель	1 неделя	1. занятие № 85	1	60
		2. занятие № 86	1	60
		3. занятие № 87	1	60
	2 неделя	1. занятие № 88	1	61
		2. занятие № 89	1	61
		3. занятие № 90	1	61
	3 неделя	1. занятие № 91	1	62
		2. занятие № 92	1	62
		3. занятие № 93	1	62
		1. занятие № 94	1	63
	4 неделя	2. занятие № 95	1	63
		3. занятие № 96	1	63
9. Май	1 неделя	1. занятие № 97	1	65
		2. занятие № 98	1	65
		3. занятие № 99	1	65
	2 неделя	1. занятие № 100	1	66
		2. занятие № 101	1	66
		3. занятие № 102	1	66

	3 неделя	1. занятие № 103	1	67
		2. занятие № 104	1	67
		3. занятие № 105	1	67
	4 неделя	1. занятие № 106	1	68
		2. занятие № 107	1	68
		3. занятие № 108	1	68

### 2.1.2 Календарно-тематическое планирование средней группы.

Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду средняя группа» Из расчета 3 в неделю – всего 108 в год

№ месяц	неделя	занятия	кол- во часов	стр.
1. Сентябрь	1 неделя	1. занятие № 1	1	19
		2. занятие № 2	1	20
		3. занятие № 3	1	21
	2 неделя	1. занятие № 4	1	21
		2. занятие № 5	1	23
		3. занятие № 6	1	23
	3 неделя	1. занятие № 7	1	24
		2. занятие № 8	1	26
		3. занятие № 9	1	26
	4 неделя	1. занятие № 10	1	26
		2. занятие № 11	1	28
		3. занятие № 12	1	29
2. Октябрь	1 неделя	1. занятие № 13	1	30
		2. занятие № 14	1	32
		3. занятие № 15	1	32
	2 неделя	1. занятие № 16	1	33
		2. занятие № 17	1	34
		3. занятие № 18	1	34
	3 неделя	1. занятие № 19	1	35
		2. занятие № 20	1	35
		3. занятие № 21	1	36
	4 неделя	1. занятие № 22	1	36
		2. занятие № 23	1	37
		3. занятие № 24	1	38
3. Ноябрь	1 неделя	1. занятие № 25	1	39
		2. занятие № 26	1	40
		3. занятие № 27	1	40

	2 неделя	1. занятие № 28	1	41
		2. занятие № 29	1	42
		3. занятие № 30	1	43
	3 неделя	1. занятие № 31	1	43
		2. занятие № 32	1	44
		3. занятие № 33	1	45
	4 неделя	1. занятие № 34	1	45
		2. занятие № 35	1	46
		3. занятие № 36	1	46

4. Декабрь	1 неделя	1. занятие № 37	1	48
		2. занятие № 38	1	49
		3. занятие № 39	1	49
	2 неделя	1. занятие № 40	1	50
		2. занятие № 41	1	51
		3. занятие № 42	1	51
	3 неделя	1. занятие № 43	1	52
		2. занятие № 44	1	54
		3. занятие № 45	1	54
	4 неделя	1. занятие № 46	1	54
		2. занятие № 47	1	56
		3. занятие № 48	1	56
5. Январь	1 неделя	1. занятие № 49	1	57
		2. занятие № 50	1	58
		3. занятие № 51	1	59
	2 неделя	1. занятие № 52	1	59
		2. занятие № 53	1	60
		3. занятие № 54	1	60
	3 неделя	1. занятие № 55	1	61
		2. занятие № 56	1	62
		3. занятие № 57	1	62
	4 неделя	1. занятие № 58	1	63
		2. занятие № 59	1	64
		3. занятие № 60	1	64
6. Февраль	1 неделя	1. занятие № 61	1	65
		2. занятие № 62	1	66
		3. занятие № 63	1	67

	2 неделя	1. занятие № 64	1	67
		2. занятие № 65	1	68
		3. занятие № 66	1	68
	3 неделя	1. занятие № 67	1	69
		2. занятие № 68	1	70
		3. занятие № 69	1	70
	4 неделя	1. занятие № 70	1	70

7. Март		2. занятие № 71	1	71
		3. занятие № 72	1	72
	1 неделя	1. занятие № 73	1	72
		2. занятие № 74	1	73
		3. занятие № 75	1	73
	2 неделя	1. занятие № 76	1	74
		2. занятие № 77	1	75
		3. занятие № 78	1	76
	3 неделя	1. занятие № 79	1	76
		2. занятие № 80	1	77
		3. занятие № 81	1	77
4 неделя	1. занятие № 82	1	78	
	2. занятие № 83	1	79	
	3. занятие № 84	1	79	
8. Апрель	1 неделя	1. занятие № 85	1	80
		2. занятие № 86	1	81
		3. занятие № 87	1	82
	2 неделя	1. занятие № 88	1	82
		2. занятие № 89	1	83
		3. занятие № 90	1	84
	3 неделя	1. занятие № 91	1	84
		2. занятие № 92	1	85
		3. занятие № 93	1	85
	4 неделя	1. занятие № 94	1	86
		2. занятие № 95	1	87
		3. занятие № 96	1	87
9. Май	1 неделя	1. занятие № 97	1	88
		2. занятие № 98	1	89
		3. занятие № 99	1	89



2 неделя	1. занятие № 100	1	89
	2. занятие № 101	1	90
	3. занятие № 102	1	90
3 неделя	1. занятие № 103	1	91
	2. занятие № 104	1	92
	3. занятие № 105	1	92
4 неделя	1. занятие № 106	1	92
	2. занятие № 107	1	93
	3. занятие № 108	1	93

### 2.1.3 Календарно-тематическое планирование в старшей группы.

Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Старшая группа»

*Из расчета 3 занятия в неделю – 108 в год*

№ месяц	неделя	занятия	кол- во часов	стр.
1. Сентябрь	1 неделя	1. занятие № 1	1	15
		2. занятие № 2	1	17
		3. занятие № 3	1	17
	2 неделя	1. занятие № 4	1	19
		2. занятие № 5	1	20
		3. занятие № 6	1	20
	3 неделя	1. занятие № 7	1	21
		2. занятие № 8	1	23
		3. занятие № 9	1	24
	4 неделя	1. занятие № 10	1	24
		2. занятие № 11	1	26
		3. занятие № 12	1	26
2. Октябрь	1 неделя	1. занятие № 13	1	28
		2. занятие № 14	1	29
		3. занятие № 15	1	29
	2 неделя	1. занятие № 16	1	30
		2. занятие № 17	1	32
		3. занятие № 18	1	32

	3 неделя	1. занятие № 19	1	33
		2. занятие № 20	1	34
		3. занятие № 21	1	35
	4 неделя	1. занятие № 22	1	35
		2. занятие № 23	1	37
		3. занятие № 24	1	37
3. Ноябрь	1 неделя	1. занятие № 25	1	39
		2. занятие № 26	1	41
		3. занятие № 27	1	41
	2 неделя	1. занятие № 28	1	42
		2. занятие № 29	1	43
		3. занятие № 30	1	43

	3 неделя	1. занятие № 31	1	44
		2. занятие № 32	1	45
		3. занятие № 33	1	45
	4 неделя	1. занятие № 34	1	46
		2. занятие № 35	1	47
		3. занятие № 36	1	47
4. Декабрь	1 неделя	1. занятие № 37	1	48
		2. занятие № 38	1	49
		3. занятие № 39	1	50
	2 неделя	1. занятие № 40	1	51
		2. занятие № 41	1	52
		3. занятие № 42	1	52
	3 неделя	1. занятие № 43	1	53
		2. занятие № 44	1	54
		3. занятие № 45	1	54
	4 неделя	1. занятие № 46	1	55
		2. занятие № 47	1	57
		3. занятие № 48	1	57
5. Январь	1 неделя	1. занятие № 49	1	59
		2. занятие № 50	1	60
		3. занятие № 51	1	61
	2 неделя	1. занятие № 52	1	61
		2. занятие № 53	1	63
		3. занятие № 54	1	63

	3 неделя	1. занятие № 55 2. занятие № 56 3. занятие № 57	1 1 1	63 64 65
	4 неделя	1. занятие № 58 2. занятие № 59 3. занятие № 60	1 1 1	65 66 66
6. Февраль	1 неделя	1. занятие № 61 2. занятие № 62 3. занятие № 63	1 1 1	68 69 69
	2 неделя	1. занятие № 64 2. занятие № 65 3. занятие № 66	1 1 1	70 71 71

	3 неделя	1. занятие № 67 2. занятие № 68 3. занятие № 69	1 1 1	71 72 73
	4 неделя	1. занятие № 70 2. занятие № 71 3. занятие № 72	1 1 1	73 74 75
7. Март	1 неделя	1. занятие № 73 2. занятие № 74 3. занятие № 75	1 1 1	76 77 78
	2 неделя	1. занятие № 76 2. занятие № 77 3. занятие № 78	1 1 1	79 80 80
	3 неделя	1. занятие № 79 2. занятие № 80 3. занятие № 81	1 1 1	81 82 83
	4 неделя	1. занятие № 82 2. занятие № 83 3. занятие № 84	1 1 1	83 84 85
8. Апрель	1 неделя	1. занятие № 85 2. занятие № 86 3. занятие № 87	1 1 1	86 87 87
	2 неделя	1. занятие № 88 2. занятие № 89 3. занятие № 90	1 1 1	88 89 89

9. Май	3 неделя	1. занятие № 91	1	89	
		2. занятие № 92	1	91	
		3. занятие № 93	1	91	
	4 неделя	1. занятие № 94	1	91	
		2. занятие № 95	1	93	
		3. занятие № 96	1	93	
	9. Май	1 неделя	1. занятие № 97	1	94
			2. занятие № 98	1	95
			3. занятие № 99	1	96
		2 неделя	1. занятие № 100	1	96
			2. занятие № 101	1	97
			3. занятие № 102	1	97
3 неделя		1. занятие № 103	1	98	
		2. занятие № 104	1	99	
		3. занятие № 105	1	99	
4 неделя		1. занятие № 106	1	100	
		2. занятие № 107	1	101	
		3. занятие № 108	1	101	

**2.1.4 Календарно-тематическое планирование подготовительной группы.**  
 Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа»

*Из расчета 3 в неделю – всего 108 в год*

№ месяц	неделя	занятия	кол- во часов	стр.
1. Сентябрь	1 неделя	1. занятие № 1	1	9
		2. занятие № 2	1	10
	2 неделя	3. занятие № 3	1	11
		1. занятие № 4	1	11
	3 неделя	2. занятие № 5	1	13
		3. занятие № 6	1	14
		1. занятие № 7	1	15
	4 неделя	2. занятие № 8	1	16
		3. занятие № 9	1	16
		1. занятие № 10	1	16
		2. занятие № 11	1	18
		3. занятие № 12	1	18
2. Октябрь	1 неделя	1. занятие № 13	1	20
		2. занятие № 14	1	21
		3. занятие № 15	1	22

	2 неделя	1. занятие № 16	1	22
		2. занятие № 17	1	23
		3. занятие № 18	1	24
	3 неделя	1. занятие № 19	1	24
		2. занятие № 20	1	26
		3. занятие № 21	1	26
	4 неделя	1. занятие № 22	1	27
		2. занятие № 23	1	28
		3. занятие № 24	1	28
3.Ноябрь	1 неделя	1. занятие № 25	1	29
		2. занятие № 26	1	32
		3. занятие № 27	1	32

	2 неделя	1. занятие № 28	1	32	
		2. занятие № 29	1	34	
		3. занятие № 30	1	34	
	3 неделя	1. занятие № 31	1	34	
		2. занятие № 32	1	36	
		3. занятие № 33	1	36	
	4 неделя	1. занятие № 34	1	37	
		2. занятие № 35	1	38	
		3. занятие № 36	1	39	
	4 .Декабрь	1 неделя	1. занятие № 37	1	40
			2. занятие № 38	1	41
			3. занятие № 39	1	41
2 неделя		1. занятие № 40	1	42	
		2. занятие № 41	1	43	
		3. занятие № 42	1	43	
3 неделя		1. занятие № 43	1	45	
		2. занятие № 44	1	46	
		3. занятие № 45	1	46	
4 неделя		1. занятие № 46	1	47	
		2. занятие № 47	1	48	
		3. занятие № 48	1	48	
5. Январь	1 неделя	1. занятие № 49	1	49	
		2. занятие № 50	1	51	
		3. занятие № 51	1	51	
	2 неделя	1. занятие № 52	1	52	
		2. занятие № 53	1	53	
		3. занятие № 54	1	54	

	3 неделя	1. занятие № 55 2. занятие № 56 3. занятие № 57	1 1 1	54 56 56
	4 неделя	1. занятие № 58 2. занятие № 59 3. занятие № 60	1 1 1	57 58 58
6. Февраль	1 неделя	1. занятие № 61 2. занятие № 62 3. занятие № 63	1 1 1	59 60 60

	2 неделя	1. занятие № 64 2. занятие № 65 3. занятие № 66	1 1 1	61 62 62
	3 неделя	1. занятие № 67 2. занятие № 68 3. занятие № 69	1 1 1	63 64 64
	4 неделя	1. занятие № 70 2. занятие № 71 3. занятие № 72	1 1 1	65 66 66
7. Март	1 неделя	1. занятие № 73 2. занятие № 74 3. занятие № 75	1 1 1	72 73 73
	2 неделя	1. занятие № 76 2. занятие № 77 3. занятие № 78	1 1 1	74 75 75
	3 неделя	1. занятие № 79 2. занятие № 80 3. занятие № 81	1 1 1	76 78 78
	4 неделя	1. занятие № 82 2. занятие № 83 3. занятие № 84	1 1 1	79 80 80
8. Апрель	1 неделя	1. занятие № 85 2. занятие № 86 3. занятие № 87	1 1 1	81 82 82
	2 неделя	1. занятие № 88 2. занятие № 89 3. занятие № 90	1 1 1	83 84 84

	3 неделя	1. занятие № 91 2. занятие № 92 3. занятие № 93	1 1 1	84 86 86
	4 неделя	1. занятие № 94 2. занятие № 95 3. занятие № 96	1 1 1	87 88 88
9. Май	1 неделя	1. занятие № 97	1	88
		2. занятие № 98	1	89
		3. занятие № 99	1	90
	2 неделя	1. занятие № 100	1	90
		2. занятие № 101	1	91
		3. занятие № 102	1	92
	3 неделя	1. занятие № 103	1	92
		2. занятие № 104	1	93
		3. занятие № 105	1	93
	4 неделя	1. занятие № 106	1	95
		2. занятие № 107	1	96
		3. занятие № 108	1	96

## 2.2. Планирование двигательной активности

### Младшая группа

Утренняя гимнастика	Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений» - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016г. с.6-31 Т.Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников». СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011г.с.8-35
Подвижные игры	Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016г. с.42-49
Малоподвижные игры и игровые упражнения	М.М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016г. с.5-8
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	Е.И. Подольская «Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет» - В.: «Учитель», 2009г. С.8 -18.

Средняя группа

Утренняя гимнастика	Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений» - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016г. с.33-61 Т.Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников». СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011г. с.8-35
Подвижные игры	Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016г. с.50-70
Малоподвижные игры и игровые упражнения	М.М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016г. с. 5-23
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	Е.И. Подольская «Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет» - В.: «Учитель», 2009г. С.20 -45.
Спортивный праздник (2 раза в год)	В.Я. Лысова, Т.Я. Яковлева «Спортивные праздники и развлечения. Сценарии. Младший и средний дошкольный возраст», Москва. АРКТИ, 2001г. Зимний праздник «Мы спортсмены» с.10 Летний праздник «Веселый стадион» с.6

Старшая группа

Утренняя гимнастика	Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений» - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016г. с.62-94 Т.Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников». СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011г. с.36-72
Подвижные игры	Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016г. с.71-119
Малоподвижные игры и игровые упражнения	М.М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016г. с. 7-38
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	Е.И. Подольская «Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет» - В.: «Учитель», 2009г. С.48 -110.
Спортивный праздник (2 раза в год)	В.Я. Лысова, Т.Я. Яковлева «Спортивные праздники и развлечения. Сценарии.



в год)	<p>Старший дошкольный возраст», Москва. АРКТИ, 2001г.</p> <p>Зимний праздник «Что вам нравится зимой?» с.15</p> <p>Летний праздник «Лето красное пришло» с.32</p>
--------	---

#### Подготовительная группа

Утренняя гимнастика	<p>Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений» - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016г. с.95-118</p> <p>Т.Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников». СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011г. с.36-72</p>
Подвижные игры	<p>Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр» - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016г. с.120-142</p>
Малоподвижные игры и игровые	<p>М.М. Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения» - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016г. с. 15-43</p>
Физкультурный досуг (1 раз в месяц)	<p>Е.И. Подольская «Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет» - В.: «Учитель», 2009г. С.113-168.</p>
Физкультурный праздник (2 раза в год)	<p>В.Я. Лысова, Т.Я. Яковлева «Спортивные праздники и развлечения. Сценарии. Старший дошкольный возраст», Москва. АРКТИ, 2001г.</p> <p>Зимний праздник «Вы мороза не боитесь?» с.24</p> <p>Летний праздник «Солнце, воздух и вода – наши лучший друзья» с.36</p>

#### 2.4. Формы, методы, средства обучения физической культуре

	младший возраст	средний возраст	старший возраст (старшая группа)	старший возраст (подготовительная группа)
--	-----------------	-----------------	----------------------------------	---

формы обучения	непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные игры и	непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные игры и упражнения; - спортивные	непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные игры и упражнения; - спортивные праздники и	непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные игры и упражнения; - спортивные праздники и развлечения, досуги,
----------------	--	--	--	---

упражнения; - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья; - игровые беседы с элементами движений; - разные виды гимнастик; закаливающие процедуры; - физминутки, динамические паузы	праздники и развлечения, досуги, дни здоровья; - игровые беседы с элементами движений; - разные виды гимнастик; закаливающие процедуры; - физминутки, динамические паузы; - чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций; - двигательная активность в течении дня.	развлечения, досуги, дни здоровья; - игровые беседы с элементами движений; - разные виды гимнастик; закаливающие процедуры; - физминутки, динамические паузы; - чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций; - двигательная активность в течении дня.	дни здоровья; - игровые беседы с элементами движений; - разные виды гимнастик; закаливающие процедуры; - физминутки, динамические паузы; - чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций; - двигательная активность в течение дня.
--	--	--	---

<p>методы обучения</p>	<p>Наглядные: показ физических упражнений, имитация, зрительные и слуховые ориентиры. Словесные: объяснения, пояснения, Практические проведение упражнений в игровой форме; непосредственная помощь воспитателя.</p>	<p>Наглядные: показ физических упражнений, имитация, зрительные и слуховые ориентиры. Словесные: объяснения, пояснения, образный сюжетный рассказ. Практические: проведение упражнений в игровой форме; непосредственная помощь воспитателя</p>	<p>Наглядные: использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры. Словесные: объяснения, пояснения, указания; подача команд, распоряжений, сигналов; вопросы к детям; образный сюжетный рассказ, беседа; словесная инструкция. Практические:</p>	<p>Наглядные: использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры; Словесные: объяснения, пояснения, указания; подача команд, распоряжений, сигналов; вопросы к детям; образный сюжетный рассказ, беседа; словесная инструкция. Практические: повторение</p>
			<p>повторение упражнений без изменения и с изменениями; проведение упражнений в игровой форме; проведение упражнений в соревновательной форме.</p>	<p>упражнений без изменения и с изменениями; проведение упражнений в игровой форме; проведение упражнений в соревновательной форме; самостоятельное выполнение упражнений на модулях и спортивном оборудовании в свободной игре.</p>

средств ва обучения	Двигательная активность, занятия физкультурой Экологоприродные факторы (солнце, воздух, вода) Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)	Двигательная активность, занятия физкультурой Экологоприродные факторы (солнце, воздух, вода) Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)	Двигательная активность, занятия физкультурой Экологоприродные факторы (солнце, воздух, вода) Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)	Двигательная активность, занятия физкультурой Экологоприродные факторы (солнце, воздух, вода) Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)
---------------------------	---	--	--	--

#### 2.4. Взаимодействие с родителями воспитанников

Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и ведущая задача, стоящая перед дошкольным учреждением.

Семья и детский сад – те структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка. Поступая в детский сад, многие дети имеют отклонения в физическом развитии, и одной из причин таких результатов является неосведомленность родителей в вопросах физического воспитания детей. Так анкетирование родителей детского сада по вопросам педагогической компетентности в физическом развитии детей показало, что только 30% родителей уверены в своих знаниях, около 20% постоянно знакомятся с рекомендациями по воспитанию детей, а 50% испытывают потребность в консультациях и рекомендациях по физическому воспитанию. Это означает, что система тесного сотрудничества с семьей является острой необходимостью.

Организуя взаимодействие с семьей по вопросам оздоровления детей, мы используем следующие формы работы:

- Знакомство с семьей: встречи-знакомства, посещение семей, анкетирование, конференции, консультации, дни открытых дверей; родительские собрания, собрания – встречи «Разговор без умолку», беседы, стенды, буклеты, семейные календари.

- Образование родителей: лекции, семинары, семинары-практикумы, мастер-классы, тренинги, проекты, игры

- Совместная деятельность: семейные гостиные, фестивали, семейные клубы, вечера вопросов и ответов, конкурсы, семейные праздники, прогулки, экскурсии, проектная деятельность.

## Формы работы с родителями

Месяц	Содержание работы	Форма работы
сентябрь	Информация о видах физкультурных занятий и форме одежды. Ознакомить родителей с физкультурнооздоровительной работой на новый учебный год.	Групповые информационные стенды; групповые, индивидуальные консультации.
	Ознакомить родителей со спортивной базой детского сада (зал, спортплощадка, инвентарь, пособия).	Буклеты; беседы.
Октябрь	Выступление на родительском собрании в группе №3. Тема: «Методы и приёмы закаливания».	Родительское собрание
	«Роль семьи в физическом воспитании детей» (все группы)	Групповые информационные стенды
	Еженедельные консультации по запросам родителей.	Консультации
Ноябрь	«Следим за осанкой вместе»	Консультация (старшие и подготовительная группы)

	«Папа, мама, я – спортивная семья»	Совместное развлечение с родителями старших групп
Декабрь	«Профилактика плоскостопия»	Семинар – практикум совместно с родителями.
	«Что нам нравится зимой?»	Групповые информационные стенды, папки - передвижки
	Привлечь родителей к участию в сооружении снежных построек на спортивной площадке и участках. Обратить внимание родителей на выполнение движений детьми в естественных условиях.	Конкурс Фото галерея
Январь	«Закаляемся сами – закаляем детей»	Консультация
	«Приходите в гости к нам»	Открытое занятие в группе № 5
	«День Здоровья» с активным участием родителей.	Анкетирование

Февраль	Проведение организационного собрания с родителями по вопросам подготовки к лыжной Спартакиаде.	Родительское собрание. Фоторепортаж «Хороши спортсмены – малыши».
	«Приобщение детей к спорту»	Групповые информационные стенды
	Еженедельные консультации по запросам родителей.	Консультации
Март	«Широкая Масленица»	Совместное развлечение с родителями
	Организационное собрание с родителями детей, принимающих участие в районном турнире по минифутболу.	Собрание
	«Чтобы зубки блестели»	Групповые информационные стенды
	Еженедельные консультации по запросам родителей.	Консультации
Апрель		Собрание
	«Приходите в гости к нам»	Открытое занятие в группе № 1
	Еженедельные консультации по запросам родителей.	Консультации
	«Формирование ценностей здорового образа жизни»	Выступление на родительском собрании
	«Приходите в гости к нам»	Открытое занятие в группе № 12
	«Спортивная жизнь в детском саду»	Фотовыставка
	Эколого-туристическая прогулка (с родителями). Организовать родителей и детей для подготовки спортплощадки к летнему оздоровительному сезону.	Экскурсия; Фото выставка

## 2.5. Взаимодействие со специалистами МБДОУ

Важнейшим условием реализации Программы является тесное взаимодействие специалистов МБДОУ. Каждый специалист ДОУ решает свои программные задачи, а деятельность всех специалистов в единой образовательной среде преследует общую цель – социализацию и интеграцию детей, а так же качественную подготовку их к освоению общеобразовательной программы начального школьного образования.

Главная цель организации взаимодействия всех специалистов дошкольного учреждения – объединение усилий всех субъектов педагогического процесса путем использования потенциала каждого специалиста МБДОУ, преодоление разобщенности в их работе.

В основе взаимосвязи всех специалистов дошкольного учреждения лежат единое тематическое планирование по лексическим темам. Взаимодействие осуществляется через:

□ интеграцию содержания образовательных областей – закрепление изученного материала в различных видах деятельности (занятия по лепке, рисованию, аппликации, ознакомлению с окружающим, муз. занятия, игры, прогулка);

□ индивидуальную работу – дополнительные занятия с детьми, которые испытывают затруднения при усвоении материала и нуждаются в его дублировании в силу интеллектуальных особенностей детей с ограниченными возможностями здоровья;

□ игровую деятельность, которая является важнейшей самостоятельной деятельностью и имеет большое значение для его физического и психического развития, становления индивидуальности и формирования навыков социализации;

□ трудовую деятельность, которая повышает общее развитие и придает уверенность в своих силах, формирует навыки самообслуживания, стремление оказать посильную помощь другим;

### Формы работы

Образовательные области	Ответственные специалисты	Направление взаимодействия	Групповое взаимодействие
Физическое развитие	инструктор по ФИЗО воспитатель музыкальный руководитель учитель-дефектолог учитель-логопед медсестра врач-педиатр педагог-психолог	формирование навыков пространственной ориентировки развитие координации движений развитие общей и мелкой моторики развитие двигательной памяти и зрительного внимания выявление резервных возможностей ребенка развитие зрительных и компенсаторных функций выявление особых образовательных потребностей развитие социально – бытовой ориентировки снятие негативизма и девиантного поведения, - обучение элементам самоконтроля	Педагогический совет ПМПк Наставничество Проведение совместных мероприятий Консультирование (индивидуальное и групповое) Проведение открытых занятий Создание памяток, буклетов Работа в творческой группе
Познавательное	воспитатель учитель-логопед	развитие социально – бытовой ориентировки	

развитие	учитель-дефектолог	<p>формирование сенсорных эталонов и предметных представлений</p> <p>развитие мелкой моторики и осязания</p> <p>формирование восприятия сюжетных изображений</p> <p>развитие познавательной активности</p>	
Речевое развитие	Учитель-логопед учитель-дефектолог воспитатель	<p>развитие умения с помощью речи обозначать окружающие предметы</p> <p>формирование умения правильного обозначения в речи основных сенсорных характеристик</p> <p>формирование умения словесно определять пространственные направления</p> <p>развитие координации слова и движения</p> <p>развитие мелкой моторики и осязания</p> <p>формирование умения словесно определять пространственные направления</p>	
Художественно-эстетическое развитие	воспитатель учитель-дефектолог музыкальный руководитель учитель-логопед	<p>формирование сенсорных эталонов и навыков пространственного ориентирования</p> <p>формирование навыков пространственной ориентировки</p> <p>развитие координации движений</p> <p>развитие общей и мелкой моторики</p> <p>развитие слухового внимания, понимания и выполнения речевой инструкции</p>	
социально-коммуникативное развитие	Учитель-логопед педагог-психолог воспитатель учитель-дефектолог	<p>развитие социально – бытовой ориентировки</p> <p>положительная социализация</p> <p>формирование умения правильного обозначения в речи - эмоциональное отношение к окружающей действительности</p>	



### 3. Организационный раздел

#### 3.1 Организация образовательной деятельности по обучению физической культуре

Организованная образовательная деятельность				
Базовый вид деятельности	Периодичность			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Физическая культура	3 раза в неделю	3 раза в неделю	3 раза в неделю	3 раза в неделю
Физкультурный досуг	1 раз в квартал	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
Физкультурный праздник	-	1 раз в год	2 раза в год	2 раза в год
День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Образовательная нагрузка в группе распределяется следующим образом (СанПиН 2.4.1.3049-13):

Возрастная группа	Продолжительность непрерывной образовательной деятельности	Максимально допустимый объем образовательной деятельности
Младшая группа 3-4 года	не более 15 минут	в первую половину дня не превышает 30 минут
Средняя группа 4-5 лет	не более 20 минут	в первую половину дня не превышает 40 минут
Старшая группа 5-6 лет	не более 25 минут	в первой половине дня не превышает 45 мин и во вторую половину дня не более 25 минут
Подготовительная группа 6 – 7 лет	не более 30 минут	в первой половине дня не превышает 1,5 часа и во вторую половину дня не более 30 минут

#### Учебный план образовательной деятельности по обучению физической культуре

№ п/п	Возрастная группа	Кол-во занятий в нед/мес	Кол-во занятий в год
1	Младшая группа / от 3 до 4 лет/	3 / 12	108
2	Средняя группа /от 4 до 5 лет /	3 / 12	108
3	Старшая группа / от 5 до 6 лет /	3 / 12	108
4	Подготовительная к школе группа / от 6 до 7лет /	3 / 12	108

### 3.2. Материально-технические условия.

Физкультурный зал расположен на первом этаже здания.

#### Перечень оборудования физкультурного зала.

<i>Наименование</i>	<i>Количество</i>
Гимнастическая стенка	6 пролетов
Наклонная лестница	1 шт.
Наклонные доски	2 шт.
Гимнастические скамейки разной высоты	6 шт.
Снаряд для прыжков высоту , шнур с грузом	2 стойки
Дуги для подлезания	2 шт.
Доска ребристая	1 шт.
Обручи: диаметр 60см, 70 см, 80 см, 90 см.	25 шт.
Палки гимнастические	26 шт.
Скакалки	20 шт.
Разноцветные флажки, платочки, ленты , гантели , кубики.	
Мешочки с песком по 100г и 240г	8 шт.
Набивные мячи	1 кг.
Баскетбольный щит	2 шт.
Волейбольная сетка	1 шт.
Тоннель	3 шт.
Фитбол-мячи	8 шт.
Фитбол с рожками	2 шт.
Мячи резиновые	45 шт.
Гимнастические маты (индивидуальные)	10 шт.
Массажеры для ног	3 шт.
Массажные мячи	25 шт.
Беговая дорожка	2 шт.
Спортивные маты	2 шт.
Лыжи	15 пар.
<b>ТСО:</b>	
Пианино	1 шт.

### 3.3. Методическое обеспечение

№	Название	Автор, издательство	издательство
1	Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»	Н.Е. Вераксы, Т.С. Комарова, М.А. Васильева.	Москва-синтез 2015г.
2	«Физическая культура в детском саду». Младшая группа	Л.И. Пензулаева	Москва-синтез 2015г.
3	«Физическая культура в детском саду». Средняя группа	Л.И. Пензулаева	Москва-синтез 2015г.
4	«Физическая культура в детском саду». Старшая группа	Л.И. Пензулаева	Москва-синтез 2015г.
5	«Физическая культура в детском саду». Подготовительная группа	Л.И. Пензулаева	Москва-синтез 2015г.
6	«Оздоровительная гимнастика» Комплексы упражнений. С детьми 3 – 7 лет.	Л.И. Пензулаева	Москва-синтез 2015г.
7	«Бодрящая гимнастика для дошкольников».	Т.Е. Харченко	СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011г
8	«Сборник подвижных игр»	Э.Я. Степаненкова	М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016г.
9	«Малоподвижные игры и игровые упражнения»	М.М. Борисова	М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016г
10	«Сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3-7 лет»	Е.И. Подольская	В.: «Учитель», 2009г
11	«Спортивные праздники и развлечения. Сценарии. Старший дошкольный возраст»	В.Я. Лысова, Т.Я. Яковлева	Москва. АРКТИ, 2001г.



Прошнуровано, пронумеровано, скреплено  
листать 55 листов

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 16»  
Т.Н. Кузьмина

20 11 г.

