

ПРИНЯТА
заседанием
педагогического совета
протокол № 1 от 31.08.2022

УТВЕРЖДЕНА
приказом МБДОУ № 6
от 31.08.2022 № 86/1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

Разработала: Чиркова Т.Н,
инструктор по физической культуре

г.Оленегорск

Содержание

Содержание разделов программы	стр
1. Целевой раздел	3
1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Цели и задачи реализации программы	4
1.3 Принципы и подходы к реализации программы	5
1.4 Значимые характеристики и особенностей развития детей	6
1.5 Планируемые результаты освоения программы	7
2. Содержательный раздел	8
2.1 Описание образовательной деятельности в направлении «Физическое развитие»	8
2.2. Связь с другими образовательными областями	12
2.3 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы	13
2.4 Способы и направления поддержки детской инициативы	15
2.5 Взаимодействие педагогов группы с семьями воспитанников	16
2.6. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений	17
3. Организационный раздел	18
3.1 Описание условий реализации Программы	18
3.2 Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	23
4. Дополнительный раздел	24
Краткая презентация Программы	24

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Данная рабочая программа (далее – Программа) по физическому развитию детей от 3 до 7 лет разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным Законом РФ от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 года №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденным Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 года № 373;
- СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28);
- образовательной программой дошкольного образования МБДОУ № 6, разработанной с примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М.Дорофеевой;
- адаптированной основной образовательной программой, разработанной с учетом Примерной адаптированной программой коррекционно-развивающей работы в группе компенсирующей направленности ДОО для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) Н. В. Нищевой;
- адаптированной основной образовательной программой, разработанной с учетом Примерной адаптированной образовательной программой дошкольного образования детей с амблиопией и косоглазием.

Программа направлена на реализацию Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, образовательной области «Физическое развитие» для детей дошкольного возраста и рассчитана на четыре года обучения от трех до семи лет в группах общеразвивающей направленности, комбинированной направленности для детей с нарушениями зрения и компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи.

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений. **Обязательная часть** Программы предполагает комплексность подхода, обеспечивая развитие детей во всех взаимодополняющих образовательных областях (социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие).

В части, формируемой участниками образовательных отношений, представлена выбранная участниками образовательных отношений программа Т.Э. Токаевой «Будь здоров, дошкольник!», направленная на формирование системы представлений ребенка о себе, своем здоровье и физической культуре.

1.2. Цели и задачи реализации программы

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

Цель части, формируемой участниками образовательных отношений: формирование системы представлений ребенка о себе, своем здоровье и физической культуре.

Задачи обязательной части Программы:

- 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.

Задачи части, формируемой участниками образовательных отношений:

- формирование способов физкультурно-оздоровительной деятельности;
- развитие потребности в регулярных занятиях физической культурой;
- воспитание системы отношений ребенка к своему физическому «Я», здоровью как главной ценности жизни.

Специальные коррекционные задачи:

- достижение соответствующего возрастным особенностям уровня развития основных движений, физических качеств (быстроты, точности, выносливости, равновесия), ориентировки в пространстве, координации движений и др.;

- коррекция физического развития детей с ОВЗ путем применения специальных средств и методов, способствующих повышению функциональных возможностей организма
- преодоление недостатков, возникших на фоне зрительной и речевой патологии при овладении движениями;
- активизация и упражнение зрительных функций в процессе физического воспитания.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

В основе Программы заложены следующие основные **принципы**:

1. Принцип последовательности и систематичности.

Последовательность при обучении детей движениям, подбор и сочетание нового материала с повторением и закреплением усвоенного, распределение физической нагрузки на детский организм на протяжении всего занятия. При подборе тех или иных упражнений следует не только учитывать достигнутый детьми уровень двигательных умений, но и предусматривать повышение требований к качественным показателям движений. Это необходимо для того, чтобы постоянно совершенствовать движения, не задерживать хода развития двигательных функций. Каждое новое движение следует предлагать после достаточно прочного усвоения сходного с ним, но более простого.

2. Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей детей.

При организации двигательной активности детей следует учитывать их возрастные особенности. Развитие двигательной активности детей обязательно требует индивидуального подхода. Педагог должен ориентироваться на состояние здоровья каждого ребенка. В процессе выполнения упражнений необходимо наблюдать за самочувствием детей, варьировать содержание занятий в соблюдать баланс: так, более сложные упражнения следует чередовать с менее сложными.

3. Принцип оздоровительной направленности, обеспечивающий оптимизацию двигательной активности детей, укрепление здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

4. Принцип интеграции. Согласно этому принципу физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и спортивных игр, упражнений и занятий, но и при организации всех видов детской деятельности через физминутки, дидактические игры с элементами движения, подвижные игры с элементами развития речи, математики, конструирования и пр.

В Программе учитываются следующие **подходы**:

Деятельностный подход: организация образовательного процесса строится на основе ведущих видов детской деятельности: общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмов развития ребенка. Деятельность развивается от возраста к возрасту, меняются ее содержание и форма.

Индивидуально-дифференцированный подход: все воспитательные мероприятия, приемы обучения дошкольников направлены на утверждение самооценки личности ребенка, на создание условий для включения в успешную деятельность каждого ребенка. Обучение и воспитание соматически ослабленных детей в образовательно-воспитательном процессе ДОУ имеют реабилитационную направленность. Педагог владеет информацией о состоянии здоровья, знанием возрастных и индивидуальных особенностей, специфических возможностей развития каждого ребенка.

Компетентностный подход позволяет структурировать содержание и организацию образовательного процесса в соответствии с потребностями, интересами воспитанников.

Интегративный подход дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребенка.

Программа сформирована на основе требований ФГОС ДО, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования и ее объёму.

1.4. Значимые характеристики особенностей развития детей.

Соответствуют программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой.- 3-е изд., испр. И доп.- М: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2014.- 368 с.

От 3 до 4 лет стр. 242-244

От 4 до 5 лет стр. 244-246

От 5 до 6 лет стр. 246-248.

От 6 до 7 лет стр. 248-250.

В детском саду функционируют 4 группы комбинированной направленности для детей с нарушением зрения и 2 группы компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи.

В связи с особенностями зрительного восприятия у детей с нарушением зрения отмечаются узость обзора, нарушение стереоскопии, смешение формы действия, несформированность пространственных представлений.

Снижение сенсорной информации при неполноценном зрительном восприятии вызывает значительные затруднения у детей во всех видах деятельности, особенно в двигательной и пространственной ориентировке.

Дети с нарушением зрения и речи нередко имеют сопутствующие соматические, неврологические и другие заболевания, которые ослабляют организм.

Организация двигательной активности детей с нарушенным зрением.

Программой предусмотрен ряд ограничений в выполнении определенных упражнений.

- длительные прыжки через скакалку;
- резкие и частые наклоны вниз;
- силовые напряжения;
- стойки на голове;
- кувырки.

Ограничение таких упражнений обусловлено тем, что защитные свойства организма развиты слабо. В то же время, правильно подобранные физические упражнения способствуют укреплению здоровья детей с нарушением зрения, развивают функциональные возможности зрительного анализатора.

1.5. Планируемые результаты освоения программы.

Результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Целевые ориентиры программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Целевые ориентиры образования в раннем возрасте:

- ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; 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; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

Планируемые результаты освоения Программы:

- ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат.
- результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.
- проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

2. Содержательный раздел

2.1 Описание образовательной деятельности в направлении «Физическое развитие».

Приобретение опыта в следующих видах поведения детей: двигательном, в том числе, связанном с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму:

- удовлетворять потребность детей в движении;
- повышать устойчивость организма к воздействию различных неблагоприятных факторов;
- расширять у детей представления и знания о различных видах физических упражнений спортивного характера;

- целенаправленно развивать физические качества (скоростные, скоростно-силовые, силу, гибкость, ловкость и выносливость);

- развивать координацию движений, чувства равновесия, ориентировку в пространстве, скоростную реакцию, силу и гибкость;

- обеспечивать тренировку мелкой мускулатуры тонких движения рук через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;

- развивать у детей возможность самостоятельного выполнения детьми всех гигиенических процедур и навыков самообслуживания;

- формировать у детей потребность в регулярных занятиях физической культуры.

Выполнение основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны),

- развивать основные движения во время игровой активности детей.

Ходьба (скрестным шагом, выпадами, в приседе, спиной вперед; с закрытыми глазами (4 – 6 м); по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; в разных построениях; совершая различные движения руками).

Бег (из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки; сидя спиной по направлению движения и т.п.), спиной вперед, сохраняя направление и равновесие; по уменьшенной, приподнятой, наклонной поверхности; пробежки под вращающейся скакалкой по одному и парами).

Прыжки (подпрыгивания на месте разными способами – с поворотами кругом, смещая ноги вправо-влево; в сочетании с различными положениями и движениями рук; прыжки сериями по 30 – 40 прыжков (2 – 3 раза), на двух и на одной ноге, с продвижением вперед (многоскоки); через линии, веревку, невысокие предметы; вверх из глубоко приседа; боком с опорой руками на предмет; через длинную вращающуюся скакалку; через большой обруч, как через скакалку; прыжковые упражнения, сидя на больших гимнастических мячах (гимниках): повороты вокруг себя, поочередный подъем ног, постановка стоп на мяч и т.д.).

Бросание, ловля, метание (бросание мяча вверх, о землю и ловля его одной и двумя руками, то же с хлопками, поворотами и другими заданиями; то же из одной руки в другую, с отскоком от пола; перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений (снизу из-за головы, сидя по-турецки, стоя на коленях и т.п.); через сетку; перекидывание набивных мячей весом 1 кг; отбивание мяча об пол, о землю с продвижением вперед (не менее 6 раз); метание мяча (мешочка с песком) в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 4 – 5 м, в движущуюся цель, вдаль метание вдаль ведущей рукой на 5 – 8 м.

Ползание, лазанье (ползание на животе, спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; лазание по гимнастической стенке, лестнице, меняя темп, используя одноименный и разноименный способы лазания; передвижение с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали; лазание по веревочной лестнице, скалодрому).

Упражнения для мышц головы и шеи (плавно выполнять движения головой, рисуя в воздухе цифры от 1 до 10; при приседании и ходьбе удерживать на голове разнообразные предметы (расстояние 6 – 10 м).

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса (поднимать, разводить, сгибать, вращать, выпрямлять руки из разных исходных положений одновременно и попеременно; выполнять разнонаправленные движения; разводить и сводить пальцы рук; смыкать поочередно пальцы рук с большим пальцем руки; вращать обруч перед собой и сбоку одной рукой на кисти и предплечье руки).

Упражнения для мышц туловища (наклоняться вперед, в стороны, назад из различных исходных положений; сидя, руки в упоре сзади, поднять обе ноги, оттянуть носки и удерживать ноги в этом положении; лежа на спине, поднимать одновременно обе ноги, пытаясь дотянуться до лежащего за головой предмета; лежа на животе, стараться захватить руками щиколотки ног и удержаться в таком положении; лежа на животе прогибаться, приподнимая плечи над полом и разводя руки в стороны).

Упражнения для мышц брюшного пресса и ног (выставлять ногу вперед на носок скрестно; на носок - на пятку с притопами; переступать на месте, не отрывая носки ног от пола; выполнять мах прямой ногой вперед, стараясь достать носком выпрямленной ноги ладони вытянутых рук; мах в сторону; присесть вниз - в стороны из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь; захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу; пытаться рисовать, удерживая карандаш пальцами ног).

Самостоятельные построения и перестроения: в шахматном порядке; расчет на «первый-второй»; перестроение из одной шеренги в две; из построения парами в колонну по одному («цепочкой»).

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

- развивать у детей умение самостоятельно организовывать подвижные игры и выполнять упражнения.

Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

- содействовать формированию у детей привычки к здоровому образу жизни;

- рассказывать детям о достижениях взрослых и детей в вопросах, связанных с формированием их здоровья, занятиями спорта.

В качестве результатов **физического развития** на уровне целевых ориентиров выступают следующие:

- у детей *младенческого и раннего возраста* развиты крупная (общая) моторика, стремление осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.); интерес к тактильно-двигательным играм;
- у ребенка *дошкольного возраста* развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими; способен к принятию решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах двигательной и физической, спортивной деятельности; обладает физическими качествами (выносливость, гибкость и др.).

Формы деятельности образовательной области «Физическая культура»

Цели:

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

Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьёй
Интегрированная детская деятельность	Утренняя гимнастика		Утренняя гимнастика
Игры	Подвижные игры	Самостоятельные подвижные игры и игровые упражнения	Совместные физкультурные досуги и праздники
Игровые упражнения	Физкультминутки. Подвижные и спортивные игры и упражнения. Гимнастика после дневного сна. Физкультурные досуги.	Спортивные игры и упражнения (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.)	Совместные занятия спортом. Семейный туризм

	Физкультурные праздники Неделя здоровья. Индивидуальные занятия с ребёнком.		
--	---	--	--

2.2. Связь с другими образовательными областями

Образовательная область	
Социально-коммуникативное развитие	<p>Безопасность: формирование основ безопасности в процессе выполнения физических упражнений, подвижных игр, совместной деятельности педагога и детей; навыков здорового образа жизни, потребности в движении.</p> <p>Социализация: формирование гендерной принадлежности, развитие партнерских взаимоотношений в процессе двигательной деятельности, приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности.</p> <p>Развитие речи: развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение.</p> <p>Труд: накопление опыта двигательной активности, овладение навыками ухода за физкультурным инвентарем и спортивной одеждой.</p> <p>Самообслуживание: воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование бережного</p>

	отношения к личным вещам.
Познавательное развитие	Расширение представлений о своем организме, его возможностях, формирование ЭМП, формирование целостной картины мира.
Художественно-эстетическое развитие	Музыка: развитие музыкально – ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств, использование музыкально-ритмической деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов, моторики в творческой форме. Художественное творчество: использование продуктивной деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов, моторики в творческой форме.
Речевое развитие	Чтение художественной литературы: использование художественных произведений, с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме.

2.3 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

Вариативными формами, способами, средствами реализации Программы служат:

- образовательные предложения для целой группы (занятия),
- различные виды игр, в том числе спортивные, подвижные и традиционные народные игры;
- взаимодействие и общение детей и взрослых и/или детей между собой;
- проекты различной направленности;
- праздники, досуги, развлечения т.п., а также использование образовательного потенциала режимных моментов.

Все формы вместе и каждая в отдельности реализуются через сочетание организованных взрослыми и самостоятельно иницилируемых свободно выбираемых детьми видов деятельности. Формы, способы, методы и средства реализации Программы осуществляются с учетом базовых принципов Стандарта и раскрытых в разделе 1.1.2 принципов и подходов

Программы, то есть должны обеспечивать активное участие ребенка в образовательном процессе в соответствии со своими возможностями и интересами, личностно- развивающий характер взаимодействия и общения и др. При подборе форм, методов, способов реализации Программы для достижения планируемых результатов и развития в образовательной области «Физическое развитие» учитываются общие характеристики возрастного развития детей и задачи развития для каждого возрастного периода.

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы в соответствии с образовательными областями представлено в таблице.

Образовательная область «Физическое развитие»

Задачи физического развития	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы	
	Формы реализации программы	Способы, методы и средства реализации программы
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Фронтально и с подгруппами	<p>Ознакомление с частями тела и органами чувств человека.</p> <p>Разрешение проблемных ситуаций «Если ты мало двигаешься?», «Если ты заболел», «Нужны ли витамины?»</p> <p>Игровые и практические ситуации для воспроизведения правил питания, физической активности, навыков здорового образа жизни.</p> <p>Обсуждение правил здорового образа жизни.</p> <p>Проекты «Вместе с мамой, вместе с папой быть здоровым я хочу», «Наши друзья – солнце, воздух и вода», «Любимы вид спорта в моей семье».</p> <p>Сюжетно-ролевые игры «Фитнес-клуб», «Спортивный комплекс».</p> <p>Дидактические игры «Полезно-вредно», «Назови орган, часть тела», «Виды спорта».</p>
Развитие физических качеств, двигательных навыков	Фронтально и с подгруппами	<p>Утренняя гимнастика. Занятия в физкультурном зале.</p> <p>Двигательные паузы. Самостоятельная деятельность детей в физкультурном центре.</p> <p>Спортивные праздники, развлечения. Физкультурные минутки. Олимпиады дошколят.</p>

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта	Фронтально и с подгруппами	<p>Ознакомление с видами спорта.</p> <p>Игровые и практические ситуации для воспроизведения отличительных особенностей различных видов спорта.</p> <p>Обучение детей катанию на лыжах, скандинавской ходьбе, игре в футбол. Проекты «Откуда лыжи к нам пришли?», «Наш друг футбол».</p> <p>Дидактические игры «Угадай вид спорта», «Покажи и назови».</p>
Овладение подвижными играми с правилами	Фронтально и с подгруппами	<p>Игровые упражнения. Подвижные игры с правилами.</p> <p>Знакомство с правилами игр. Подвижные игры в спортивном зале, на прогулке. Ознакомление с народными подвижными играми.</p>
<i>Часть, формируемая участниками образовательных отношений</i>		
Развитие физических качеств, формирование навыков здорового образа жизни	Фронтально и с подгруппами	<p>Ознакомление с правилами ухода за телом. Разрешение проблемных ситуаций «Зачем человеку мыться?», Беседы о чувствах и настроениях.</p> <p>Игровые и практические ситуации для воспроизведения правил ухода за телом. Обсуждение в группе необходимости движения.</p> <p>Проекты «Вместе с мамой, вместе с папой быть здоровым я хочу», «Правила гигиены», «Что полезно для здоровья?».</p> <p>Сюжетно-ролевые игры «Спортивный магазин», «Фитнес-клуб».</p> <p>Дидактические игры «Полезно-вредно», «Делай, как я», «Угадай по описанию», «Повтори правильно».</p> <p>Ситуативные разговоры, тренинги.</p> <p>Спортивные праздники, досуги, викторины, развлечения.</p>

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

Чтобы дети верили в себя, развивались и экспериментировали, взрослые – и педагоги, и родители, должны подкреплять детскую инициативу, даже когда она сопровождается ошибками, поскольку, развитие - это всегда что-то новое, а новое всегда сопровождается и ошибками в том числе.

Способы поддержки инициативы детей:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности.

Направления поддержки детской инициативы:

- творческая инициатива – предполагает включенность ребенка в игру как основную творческую деятельность, где развиваются воображение, образное мышление;
- инициатива как целеполагание и волевое усилие – предполагает включенность ребенка в разные виды продуктивной деятельности;
- коммуникативная инициатива – предполагает включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи;
- познавательная инициатива – предполагает любознательность, включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения.

2.5. Взаимодействие инструктора по физической культуре с семьями воспитанников

Ведущие цели взаимодействия детского сада с семьей — создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания.

Основные задачи взаимодействия с семьей в области «Физическое развитие»

- разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.
- ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через

- совместную утреннюю зарядку);
- стимулировать двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; Создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.
 - информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.
 - знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.
 - создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом, открывая разнообразные секции и клубы (любителей туризма, плавания и пр.).
 - привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).

Основные формы взаимодействия с семьей в области «Физическое развитие»:

- консультации;
- Дни здоровья;
- туристические походы;
- спортивные праздники, досуги;
- реализация детско-родительских проектов;
- родительские собрания;
- изготовление буклетов.

2.6. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений.

Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений, разработана с учетом парциальной программы, направленной на физическое развитие детей, а именно на:

- формирование системы представлений ребенка о себе, своем здоровье и физической культуре;
- формирование способов физкультурно-оздоровительной деятельности;

- развитие потребности в регулярных занятиях физической культурой;
- воспитание системы отношений ребенка к своему физическому «Я», здоровью как главной ценности жизни.

Программа создана на основе результатов исследования проблемы физического развития и воспитания культуры здоровья детей с учетом интеграции содержания федеральных и региональных программ, требований ФГОС ДО. В программе дается технология овладения ребенком представлений о себе, своем здоровье и физической культуре. Физическое развитие ребенка осуществляется посредством физкультурно-оздоровительной деятельности и формирования системы отношений ребенка к своему «физическому Я», здоровью и физической культуре как общечеловеческим ценностям. Определены уровни физического развития и освоения культуры здоровья на каждом возрастном этапе. Программа предполагает развивающее взаимодействие взрослых (инструкторов по физкультуре, воспитателей, родителей) и детей.

Содержание части Программы, формируемой участниками образовательных отношений, соответствует содержанию педагогической работы по физическому воспитанию определенному программой Т.Э. Токаевой «Будь здоров, дошкольник!»:

(см. таблицу)

№ п/п	Название	Страницы
1.	«Малыш» В.А. Петровой. (ранний возраст)	
	Содержание	4-89
	Хрестоматия музыкального репертуара.	90-97
2.	«Солнечная радуга» О.Н. Трифоновой	
	Перспективный план (старшая группа)	9-100

3. Организационный раздел

3.1. Описание условий реализации Программы

Одним из важных условий реализации системы физического воспитания в дошкольном учреждении является правильная организация предметно-развивающей среды. Каждая группа детского сада имеет спортивные уголки, которые содержат в себе как традиционное физкультурное оборудование, так и нетрадиционное (нестандартное), изготовленное руками педагогов и родителей. Данное оборудование направлено на развитие физических качеств детей: ловкости, меткости, глазомера, быстроты реакции, силовых качеств. На современном этапе развития, возникла необходимость размещения в группах игр и пособий по приобщению старших дошкольников к навыкам здорового образа жизни организовать предметно-развивающую среду, стимулирующую развитие двигательной активности детей в разных видах деятельности.

Программа предусматривает решение программных задач в самостоятельной и совместной деятельности взрослого и детей, не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов.

В ДОУ имеются два спортивных зала, они предназначены для проведения занятий и индивидуальной работы, праздников, развлечений, для проведения утренней гимнастики, физкультурных досугов, соревнований.

Для осуществления образовательной деятельности с детьми используются различные средства обучения и воспитания, в том числе технические, визуальные и аудиовизуальные.

Методическое обеспечение образовательной деятельности по физической культуре (список средств обучения, литературы, ЭОР, др.)

Учебно-наглядные пособия	<ul style="list-style-type: none"> - Серия «Мир в картинках». Спортивный инвентарь. - Серия «Рассказы по картинкам»: Зимние виды спорта; Летние виды спорта; Распорядок дня. - Серия «Расскажите детям о...»: зимних видах спорта; Олимпийских играх; олимпийских чемпионах. -Плакаты: «зимние виды спорта»; «летние виды спорта». 	
Технические средства	<ul style="list-style-type: none"> - ноутбук; - проектор; - музыкальный центр; 	
Оборудование	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 3 м)	1 шт.

<p>Мячи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • набивные весом 1 кг, • маленькие (резиновые) • средние (резиновые), • большие (резиновые), • для фитбола 	<p>6 шт. 20 шт 20 шт. 10 шт. 25шт</p>
Гимнастический мат (длина 100 см)	2 шт.
Палка гимнастическая (длина 76 см)	15 шт
Скакалка детская	
<ul style="list-style-type: none"> • для детей подготовительной группы (длина 210 см) • для детей средней и старшей группы (длина 180 см) 	<p>15 шт. 15 шт</p>
Боулинг для детей	2 набора
Кегли	20 шт
Обруч пластиковый детский	
<ul style="list-style-type: none"> • большой (диаметр 90 см) • средний (диаметр 50 см) 	<p>15 шт. 15 шт.</p>
Конус для эстафет	10 шт
Кубики пластмассовые	20 шт
Игровой набор «Движение!»	1 шт
Валик массажный	10 шт.
Мяч массажный «еж»	20 шт
Набор массажных колец 3-х степеней жесткости	10 шт.
Лыжи детские	10 пары
Самокаты	4 шт
Палки для «Скандинавской ходьбы»	20 пар
Батут (диаметр 95 см)	2 шт
Детские спортивные тренажеры	6 шт
Подвесной тренажерный комплекс	1 шт

	Балансир с лабиринтом «Квадрат»	5 шт.
	Бадминтон	5 шт.
	Бельбоки	10 шт.
	Корзина для инвентаря пластмассовая	3 шт
	Дуги деревянные разной высоты	4 шт
	Тренажер для глаз «Круг»	5 шт.
	Тренажер для глаз «Тай- чи-бол»	5 шт.
	Парашют	1 шт.
	Универсальный набор для крупной и мелкой моторики	1 набор
	Сухой бассейн	1 шт
	Тактильная дорожка	1 набор
	Тактильный набор «Камни» различной высоты	1 набор
	Степ-платформы	30 шт
	Тренажер для равновесия «Медуза»	3 набора
	Лента для худ. гимнастики	10шт
	Тонель	2 шт
	Набор мягкий «Модули»	1 набор
	Флажки	40 шт
	Погремушки	20 шт
	Волейбольная сетка	2 шт
	Ворота пластмассовые	2 шт
	Нетрадиционное оборудование	В ассортименте
Учебно-методические пособия Список литературы	1. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. 2. Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. -: ТЦ сфера, 2006.-128с. 3. Железняк Н.Ч., Желобкович Е.Ф. 100 комплексов ОРУ для младших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного	

- оборудования. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2010. – 120с.
4. Железняк Н.Ч., Желобкович Е.Ф. 100 комплексов ОРУ для старших дошкольников с использованием стандартного и нестандартного оборудования. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009. – 112с.
5. Пензулаева Л. И.; Физкультурные занятия в детском саду: Вторая младшая группа. – М.: Мозаика-синтез, 2014. – 80с.
6. Пензулаева Л. И.; Физическая культура в детском саду: Средняя группа. – М.: Мозаика-синтез, 2014. – 112с.
7. Пензулаева Л. И.; Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: Мозаика-синтез, 2014. – 128с.
8. Пензулаева Л. И.; Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. . – М.: Мозаика-синтез, 2014. – 112с.
9. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: Комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
10. Степаненкова. Э. Я. Сборник подвижных игр / Автор-сост.
11. Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2014-160с.
12. Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 5-7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015-224с.
13. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 3-5 лет. – М.: Мозаика-синтез, 2009.-64с.
14. Примерное комплексно-тематическое планирование к программе «От рождения до школы»:
- Вторая младшая группа / Ред.-сост. В. А. Вилюнова;
 - Средняя группа / Ред.-сост. А. А.Бывшева (готовится к печати);
 - Старшая группа / Ред.-сост. А. А.Бывшева;
 - Подготовительная к школе группа / Ред.-сост. В. А. Вилюнова.
15. Т.Э.Токаева «Будь здоров, дошкольник». Программа физического развития детей 3-7 лет, ТЦ Сфера, 2015-112с.

	<p>16. Т.Э.Токаева «Технология физического развития детей 3-4 лет», ТЦ Сфера, 2015-396с.</p> <p>17. Т.Э.Токаева «Технология физического развития детей 4-5лет», ТЦ Сфера, 2015-416с.</p> <p>18. Глазырина Л.Д. «Физическая культура – дошкольникам». Младший возраст, ВЛАДОС, 2001, 272 с.</p> <p>19. Глазырина Л.Д. «Физическая культура – дошкольникам». Средний возраст, ВЛАДОС, 2001, 304 с.</p>	
<p>Методическое сопровождение лечебно-оздоровительной и профилактической работы</p>	<p>1. Бабенкова Е.А.,Федоровская О.М. Игры, которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет М.: ТЦ Сфера 2013</p> <p>2. Бабенкова Е.А.,Федоровская О.М. Игры, которые лечат. Для детей от 3 до 7 лет М.: ТЦ Сфера 2013</p> <p>3. Кочеткова Л.В. Оздоровление детей в условиях детского сада. ТЦ Сфера, 2008, 112 с.</p> <p>4. Маханева М.Д. Здоровый ребенок.АРКТИ, 2004, 264 с.</p> <p>5. Сайкина Е.Г, Жирилева О.В. «Лечебно-профилактический танец «Фитнес-данс». «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2007, 384 с.</p> <p>6. Береснева З.И. Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ. ТЦ Сфера, 2008, 32 с.</p>	

3.2. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Наличие традиционных событий, праздников, мероприятий в детском саду является неотъемлемой частью в деятельности дошкольного учреждения, поскольку способствует повышению эффективности образовательной деятельности, создает комфортные условия для формирования личности каждого ребенка.

Традиции направлены, прежде всего, на сплочение коллектива детей, родителей и педагогов ДОУ, они играют большую роль в формировании и укреплении дружеских отношений между всеми участниками образовательных отношений.

Традиции помогают ребенку освоить ценности коллектива, способствуют чувству сопричастности сообществу людей, учат прогнозировать развитие событий и выбирать способы действия. Поэтому создание традиций в детском саду и их передача следующему поколению воспитанников - необходимая и нужная работа. Традиции, в

которых дети принимают непосредственное участие вместе с родителями и с воспитателем, прочно откладываются в детской памяти и уже неразрывно связаны с детством, с воспоминанием о детском садике, как о родном общем доме, где каждый ребенок любим и уважаем.

Определены следующие традиционные праздники и мероприятия:

- Спортивный праздник «Осенний марафон»;
- Праздник «Зимние забавы»;
- Праздник «Защитники Отечества»;
- Олимпиада дошколят;
- Праздник народной игры;
- Праздник «Спортивная семья – здоровая Россия»;
- Досуг «Мама, папа, я – спортивная оленегорская семья»;
- туристический поход в парк;
- Праздник «Здравствуй, лето».

4. Дополнительный раздел Краткая презентация программы

Рабочая программа по физическому развитию детей от 3 до 7 лет разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным Законом РФ от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 года №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13. «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных образовательных организациях»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 года «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- образовательной программой дошкольного образования МДОУ № 6, разработанной с учетом примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т.

С. Комаровой, М. А. Васильевой; программы «Коррекционная работа в детском саду» под редакцией Л.И.Плаксиной; примерной адаптированной образовательной программы для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет под редакцией Н.В. Нищевой.

Программа направлена на реализацию Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, образовательной области «Физическое развитие» для детей дошкольного возраста и рассчитана на четыре года обучения от трех до семи лет в группах общеразвивающей направленности, комбинированной направленности для детей с нарушениями зрения и компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи.

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений.

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

Цель части, формируемой участниками образовательных отношений: формирование системы представлений ребенка о себе, своем здоровье и физической культуре.

Задачи обязательной части Программы:

- 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.

Задачи части, формируемой участниками образовательных отношений:

- формирование способов физкультурно-оздоровительной деятельности;
- развитие потребности в регулярных занятиях физической культурой;
- воспитание системы отношений ребенка к своему физическому «Я», здоровью как главной ценности жизни.

Специальные коррекционные задачи:

- достижение соответствующего возрастным особенностям уровня развития основных движений, физических качеств (быстроты, точности, выносливости, равновесия), ориентировки в пространстве, координации движений и др.;
- коррекция физического развития детей с ОВЗ путем применения специальных средств и методов, способствующих повышению функциональных возможностей организма
- преодоление недостатков, возникших на фоне зрительной и речевой патологии при овладении движениями;
- активизация и упражнение зрительных функций в процессе физического воспитания.

В Программе учитываются следующие **подходы:**

Деятельностный подход: организация образовательного процесса строится на основе ведущих видов детской деятельности: общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмах развития ребенка. Деятельность развивается от возраста к возрасту, меняются ее содержание и форма.

Индивидуально-дифференцированный подход: все воспитательные мероприятия, приемы обучения дошкольников направлены на утверждение самооценности личности ребенка, на создание условий для включения в успешную деятельность каждого ребенка. Обучение и воспитание соматически ослабленных детей в образовательно-воспитательном процессе ДООУ имеют реабилитационную направленность. Педагог владеет информацией о состоянии здоровья, знанием возрастных и индивидуальных особенностей, специфических возможностей развития каждого ребенка.

Компетентностный подход позволяет структурировать содержание и организацию образовательного процесса в соответствии с потребностями, интересами воспитанников.

Интегративный подход дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребенка.

Программа сформирована на основе требований ФГОС ДО, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования и ее объёму.

Программа ориентирована на детей от 3-х лет до окончания образовательных отношений.

Взаимодействие педагогического коллектива с семьями (законными представителями) воспитанников осуществляется с целью вовлечения родителей воспитанников МБДОУ № 6 в образовательную деятельность по физическому развитию, установление доверительных, партнерских взаимоотношений. Взаимодействие инструктора по физической культуре с семьями (законными представителями) воспитанников осуществляется с целью вовлечения родителей воспитанников

МБДОУ № 6 в образовательную деятельность по физическому развитию, установление доверительных, партнерских взаимоотношений.

Система работы с родителями включает: ознакомление родителей с результатами работы по физическому воспитанию детей в МБДОУ № 6 на общих и групповых родительских собраниях, ознакомление родителей с содержанием работы МБДОУ № 6 по физическому развитию воспитанников; обучение конкретным приемам и методам физического воспитания и развития ребенка через использование разнообразных форм работы:

- консультации;
- мастер-классы;
- Дни открытых дверей;
- Дни здоровья;
- туристические походы;
- спортивные праздники, досуги;
- реализация детско-родительских проектов;
- родительские собрания;
- изготовление буклетов.