

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №310 Октябрьского района города Ростова-на-Дону

ПРИНЯТО:
на Педагогическом совете
МАДОУ № 310
Протокол №1 от 30.08.2019 г.



**Рабочая программа
по реализации образовательной области «Физическое
развитие»
в старшей группе
по образовательной программе «Физическая культура в
детском саду» под редакцией Л.И. Пензулаевой
в рамках примерной общеобразовательной программы
«От рождения до школы» под редакцией
Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.**

**Автор-составитель:
инструктор по физической культуре
Половодова Е.В.**

г. Ростов-на-Дону
2019 г.

Содержание

I раздел. Пояснительная записка.

1.1. Нормативно-методическая документация, локальные акты ДООУ, лежащие в основе создания программы.

1.2. Результат реализации учебной рабочей программы.

1.3. Принципы реализации рабочей программы.

1.4. Формы реализации рабочей программы.

II раздел. Особенности организации жизни и воспитания детей в условиях детского сада.

2.1. Цели и задачи психолого-педагогической работы.

2.2. Содержание образовательной области «Физическая культура»

2.3. Особенности физического воспитания и развития детей (по всем возрастным группам)

2.4. Режим двигательной активности детей дошкольного возраста.

2.5. Организация двигательного режима.

3. Совместная работа детского сада и семьи.

III раздел. Развернутое комплексно-тематическое планирование работы с воспитанниками МАДОУ

IV раздел. Планируемые результаты

4.1. Диагностика физического развития

V раздел. Методическое обеспечение.

I раздел. Пояснительная записка.

Дошкольный возраст – важнейший период формирования личности, когда закладывается прочная основа физического здоровья человека.

Состояние здоровья ребёнка – это ведущий фактор, который определяет способность успешно выполнять требования, предъявляемые к нему условиями жизни и воспитания в детском учреждении и семье. Сущность общеразвивающей и коррекционно-педагогической работы в условиях дошкольного учреждения заключается в формировании гармонично развитой личности.

Существенный вклад в достижение данной цели вносит физическое воспитание детей.

Средства физвоспитания требуют учета специфики и организации мероприятий, направленных на охрану здоровья детей, повышение сопротивляемости к болезням, развитие физической закалки, движений с учётом психических и физических возможностей каждого ребёнка.

Работа по физвоспитанию осуществляется по следующим направлениям:

1. Сохранение и укрепление здоровья
2. Развитие основных физических качеств: быстроты, силы, выносливости, ловкости.
3. Обучение жизненно необходимым двигательным умениям и навыкам.
4. Формирование привычки вести здоровый образ жизни..

Физическое воспитание в МАДОУ осуществляется на основе программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой. «Физическая культура в детском саду» Л.И. Пензулаева

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию различных видов деятельности в ДОУ, возрастных особенностях детей.

1.1. Нормативно-методическая документация, локальные акты ДОУ, лежащие в основе создания программы:

- Федеральный закон Российской Федерации от 10.01.2013г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
 - Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября № 1155)
 - СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольного образовательного учреждения»
 - Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013г. № 1014)
 - Примерная общеобразовательная программа «От рождения до школы» Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.
6. Образовательная программа МАДОУ №310

7. Лицензия № 5589 от 27.08.2015 г. на право ведения образовательной деятельности.
8. Устав МАДОУ № 310 от 01.07.2015 г. утвержден приказом начальника Управления образования г. Ростова - на – Дону
9. Приказом Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013г. №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности».

Система работы по физвоспитанию включает в себя три направления деятельности педагога :с детьми; родителями; педагогами МАДОУ. Занятия физической культурой – основная форма организации физвоспитания дошкольников. ООД по физической культуре проводятся инструктором по физической культуре 2 раза в неделю.

Цели: укрепление здоровья детей, обеспечение физического развития, осуществление физической подготовки, формирование привычки вести здоровый образ жизни.

Задачи:

1. Обеспечение условий для сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей в соответствии с их психофизиологическими возможностями.
2. Обеспечение полноценного и гармоничного психофизического развития.
3. Развитие и совершенствование функций всех органов и систем организма;
4. Рациональная организация двигательной активности детей; развитие двигательных навыков и способностей; формирование правильной осанки, свода стопы.
5. Формирование и совершенствование двигательных умений и навыков в основных видах движений;
6. Формирование системы элементарных знаний: о пользе физических упражнениях; о технике выполнения упражнений; о пространственной терминологии; о значении спортивного и физкультурного инвентаря; о здоровом образе жизни; о собственном организме;
7. Развитие психофизических качеств: выносливости, ловкости, быстроты, силы, гибкости,
8. Развитие творчества детей в использовании физических упражнениях в подвижных играх;
9. Индивидуализация физической нагрузки в соответствии с возрастом и способностями детей;
10. Развитие красоты и выразительности движений

1.2. Результатом реализации учебной рабочей программы по физическому воспитанию и развитию дошкольников следует считать:

1. Сформированность у детей интереса к физической культуре и совместным физическим занятиям со сверстниками.
2. Укрепление здоровье детей.
3. Сформированность правильной осанки у каждого ребенка.

4. Сформированность у детей потребности в разных видах двигательной деятельности.

5. Уменьшение числа простудных и инфекционных заболеваний.

1.3. Принципы реализации рабочей программы

В Программе на первый план выдвигается развивающая функция образования, обеспечивающая становление личности ребенка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности, что соответствует современной научной «Концепции дошкольного воспитания» (авторы В. В. Давыдов, В. А. Петровский и др.) о признании самоценности дошкольного периода детства.

Программа построена на позициях гуманно-личностного отношения к ребенку и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих ценностей, а также способностей и интегративных качеств. При разработке Программы учитывались лучшие традиции стечественного дошкольного образования, его фундаментальность: комплексное решение задач по охране жизни и укреплению здоровья детей, всестороннее воспитание, амплификацию (обогащение) развития на основе организации разнообразных видов детской творческой деятельности. Особая роль в Программе уделяется игровой деятельности как ведущей в дошкольном детстве (А. Н. Леонтьев, А. В. Запорожец, Д. Б. Эльконин и др.).

Программа основывается на важнейшем дидактическом принципе — развивающем обучении и на научном положении Л. С. Выготского о том, что правильно организованное обучение «ведет» за собой развитие. Воспитание и психическое развитие не могут выступать как два обособленных, независимых друг от друга процесса, но при этом «воспитание служит необходимой и всеобщей формой развития ребенка» (В. В. Давыдов). Таким образом, развитие в рамках Программы выступает как важнейший результат успешности воспитания и образования детей.

Программа строится на принципе культуросообразности. Реализация этого принципа обеспечивает учет национальных ценностей и традиций в образовании, восполняет недостатки духовно-нравственного и эмоционального воспитания.

Образование рассматривается как процесс приобщения ребенка к основным компонентам человеческой культуры (знание, мораль, искусство, труд).

Программа «От рождения до школы»:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной

психологии и дошкольной педагогики и, как показывает опыт, может быть успешно реализована в массовой практике дошкольного образования);

- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);

- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;

- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;

- допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;

- строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

1.4. Формы реализации рабочей программы.

В основу реализации программы заложены разнообразные формы и методы.

- проведение ООД: традиционных, тематических, игровых, сюжетных, Тренировочных.
- бесед по здоровому образу жизни,
- конкурсов,
- игр, викторин,
- проведением мастер – классов,
- просмотров фильмов,
- соревнований, спортивных эстафет,

- спортивных праздников и развлечений,
- совместной работой с поликлиникой, для проведения оздоровительных мероприятий,
- совместной работой с родителями воспитанниками ДОУ.

Характеристика ООД по физической культуре.

- Учебно-тренировочное: формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, совершенствование умений и навыков. 50% всех ООД.
- Сюжетное: построено на одном сюжете («Зоопарк», «Колобок», решаются задачи совершенствование двигательных умений и навыков, воспитание интереса к занятиям физическими упражнениями.)
- Игровое: построено на основе подвижных игр с разным двигательным содержанием, игр-эстафет. Совершенствуются двигательные умения и навыки, развиваются физические качества, воспитывается интерес к занятиям, физическим упражнениям, двигательная самостоятельность и т. д.
- Комплексное: направлено на синтез различных видов деятельности. Решаются задачи психического, умственного, нравственного развития.
- Физкультурно-познавательное: носит комплексный характер, решаются задачи эколого-физического, нравственно-физического, умственного и физического развития ребенка.
- Тематическое: посвящено, как правило, одному виду спортивных игр или упражнений. Разучиваются новые виды спортивных упражнений и игр, закрепляются навыки в уже освоенных движениях.
- Контрольное: проводится в конце квартала и направлено на количественную и качественную оценку двигательной подготовленности детей в основных движениях и физических качествах.
- ООД с элементами современных и народных танцев, ритмической гимнастикой, с элементами фольклора: повышают интерес к систематическим занятиям физическими упражнениями, развивают двигательную самостоятельность, совершенствуют умения и навыки.

III раздел. Особенности организации жизни и воспитания детей в условиях детского сада.

2.1. Цели и задачи психолого-педагогической работы

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение *целей* формирования 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.

2.2. Содержание образовательной области «Физическая культура»

I. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации).

Общеразвивающие упражнения. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

Упражнения в равновесии. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

Броски, ловля, метание. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

II. Накопление и обогащение двигательного опыта детей

Овладение основными видами движений: ходьба, бег, ползание и лазание, прыжки. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

Совершенствование и автоматизация основных видов движений. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

Выполнение имитационных движений. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)

Выполнение упражнений на образное перевоплощение. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)

Выполнение статических поз. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)

Имитация движений. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)

III. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Развивающие подвижные игры. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

Подвижные игры с правилами и сигналами. (Направление образовательного процесса «Приобщение к физической культуре».)

Ориентировка в пространстве. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)

Движение под музыку. (Направление образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки».)

Танцевальные упражнения. (Направления образовательного процесса «Двигательно-экспрессивные способности и навыки», «Приобщение к физической культуре».)

2.3. Особенности физического воспитания и развития детей

Особенности физического воспитания и развития детей старшей группы

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требования к их качеству, больше внимания уделять развитию физических и морально-волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка,

настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливыми и внимательными друг к другу).

В старшей группе проводятся два физкультурных ООД в неделю продолжительностью минут. Одно из них организуется на прогулке. На ООД дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения: ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и в высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствие, через длинную скакалку, бросание и ловлю мяча одной рукой из разных исходных положений и построений, ведение мяча, бег с преодолением препятствий, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям. Приемами обучения служат показ и объяснение.

Существенную роль в обучении играет оценка качества выполнения движений с учётом индивидуальных возможностей и особенностей каждого ребёнка. В содержание физкультурных занятий необходимо включать упражнения на формирование правильной осанки и предупреждения плоскостопия.

При обучении строевым упражнениям особое внимание следует обращать на совершенствование умения быстро ориентироваться в пространстве и действовать в соответствии с командой: строиться в колонну по одному, в шеренгу по росту, в круг и несколько кругов; перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо; делать повороты направо, налево, кругом на месте и в движении, равняться и размыкаться. Воспитатель уделяет внимание к качеству выполнения строевых упражнений, используя словесные приёмы обучения.

В старшей группе на каждом занятии дети выполняют шесть – восемь общеразвивающих упражнений из разных положений. Следует использовать упражнения, требующие силовых усилий.

С детьми шестого года жизни чаще проводятся упражнения с палками, обручами, мячами, шнуром. На ООД педагог, давая чёткие объяснения, должен пользоваться интонацией, подчёркивающей темп выполнения упражнения.

Основные движения:

Ходьба. Детей необходимо приучать выполнять все виды ходьбы чётко, ритмично, с правильной осанкой и координацией.

Бег. В программе предусматриваются разные виды бега, отличающиеся техникой выполнения. Интерес к бегу поддерживают с помощью игровых приёмов, дополнительных заданий. Важно обеспечить постепенное увеличение нагрузки на организм в процессе бега, правильную его дозировку.

Прыжки. В старшей группе более разнообразными становятся упражнения в прыжках. Ребёнок шестого года жизни должен выполнять прыжки на двух ногах ритмично, с разнообразными движениями рук. Дозировку прыжков

следует постепенно увеличивать. Вводится обучение прыжкам в длину с разбега.

Бросание, ловля мяча, метание. В старшей группе эти движения усложняются. Обучая детей приёмам катания мяча, воспитатель формирует умение дифференцировать свои усилия в зависимости от заданного расстояния; при этом он использует ориентиры. На ООД у детей закрепляют умение ловить мяч. Усложняются и упражнения на отбивание мяча об пол. Детей упражняют так же в метании на дальность.

Ползание, лазанье. В старшей группе ползание и лазанье усложняются. Вводятся ползание на четвереньках с толканием мяча головой, под дугами, змейкой, с преодолением препятствий, в сочетании с другими видами движений. Детей необходимо учить пролезанию в обруч разными способами, лазанью по гимнастической стенке, разными способами.

Упражнения в равновесии. В старшей группе возрастает роль статических упражнений (сохранение равновесия в положении стоя на гимнастической скамейке на носках, на одной ноге, в заданной позе). При выполнении упражнений в статическом равновесии ребёнка учат фиксировать упражнения тела.

Подвижная игра. На физкультурных ООД проводятся подвижные игры, ответственные роли в которых исполняют сами дети. Задача педагога – следить за качеством выполнения движений, за тем, чтобы все дети соблюдали правила игры. В ходе игр необходимо формировать физические и нравственно-волевые качества.

В комплекс утренней гимнастики входят шесть-восемь общеразвивающих упражнений, которые выполняются их разных исходных положений и повторяются пять – восемь раз в зависимости от степени сложности. В утреннюю гимнастику обязательно следует включать упражнения на формирование осанки, укрепление стопы, танцевальные движения. Необходимо побуждать детей в самостоятельной деятельности использовать физкультурный инвентарь и другое оборудование, организовывать подвижные игры с элементами соревнований, спортивные игры и спортивные упражнения. Воспитатель должен регулировать чередование различных видов деятельности, направлять интересы детей.

2.4. Режим двигательной активности детей дошкольного возраста.

При составлении распорядка дня, режима двигательной активности детей и расписания занятий, педагоги ДОО руководствуются нормативно-правовыми и санитарно-эпидемиологическими документами (Письмо Минобразования России от 4 марта 2000 г. № 65/23-1 «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения; временные (примерные) требования к содержанию и методам воспитания и обучения, реализуемым в дошкольном образовательном учреждении; «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы» Министерства здравоохранения Российской Федерации.

Развивающая двигательная среда нашего детского сада позволяет детям реализовать все двигательные потребности. В зале и группах есть необходимый спортивный инвентарь (мячи, скакалки, обручи, гантели, мешочки для метания и др.)

Двигательный режим в ДОУ включает всю динамическую деятельность, как организационную, так и самостоятельную.

При разработке рационального двигательного режима важно не только обеспечить удовлетворение биологической потребности детей в двигательной активности, но и предусмотреть рациональное содержание ДА, основанное на оптимальном соотношении разных видов ООД, подобранных с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

Первое место в двигательном режиме детей принадлежит физкультурно-оздоровительным ООД. К ним относятся общеизвестные виды двигательной деятельности: *утренняя гимнастика, подвижные игры и физические упражнения во время прогулок, физкультминутки на занятиях с умственной нагрузкой и т.д.*

Второе место в двигательном режиме детей занимают учебные занятия по физической культуре - как основная форма обучения двигательным навыкам и развития оптимальной ДА детей. ООД по физической культуре проводятся не менее трех раз в неделю в первой половине дня (одно на воздухе) по подгруппам. Формирование подгрупп осуществляется с учетом трех основных критериев: состояния здоровья, уровня ДА и физической подготовленности.

Третье место отводится самостоятельной двигательной деятельности, возникающей по инициативе детей. Она дает широкий простор для проявления их индивидуальных двигательных возможностей. Самостоятельная деятельность является важным источником активности и саморазвития ребенка. Продолжительность ее зависит от индивидуальных проявлений детей в двигательной деятельности, и поэтому педагогическое руководство самостоятельной деятельностью построено с учетом уровня ДА.

Наряду с перечисленными видами занятий по физической культуре немаловажное значение в ДОУ отводится активному отдыху, физкультурно-массовым мероприятиям. К таким занятиям относятся неделя здоровья, физкультурный досуг, физкультурно-спортивные праздники на воздухе, игры-соревнования, спартакиады.

Вышеописанные виды занятий по физической культуре, дополняя и обогащая друг друга, в совокупности обеспечивают необходимую ДА каждого ребенка в течение всего времени пребывания его в ДОУ. ДА детей имеет ярко выраженные индивидуальные проявления, что в основном определяется индивидуально-типологическими особенностями нервной системы и физического развития, степенью самостоятельности,

устойчивостью интересов к определенным играм, педагогическими воздействиями и прочее. Разброс индивидуальных показателей ДА детей в течение одного дня пребывания их в дошкольном учреждении составляет у четырехлетних детей - 8200-10800, у пятилеток - 10800-13600 движений, у шестилеток - 12500-15200 движений, у семилеток - от 13000 до 15500 движений.

В зависимости от степени подвижности детей необходимо распределить их на три основные подгруппы (высокая, средняя и низкая подвижность). С помощью разных педагогических приемов добиваться постепенного вовлечения малоподвижных детей в активную деятельность, а также переключения детей с высокой интенсивностью ДА с активной на более спокойную деятельность. Индивидуальную работу с детьми, отстающими в отдельных видах движений, проводят во время прогулки и в вечерние часы, когда зал свободен.

Содержание такой работы должно включать в себя разнообразные двигательные задания, направленные на развитие и совершенствование недостаточно выраженных двигательных навыков и физических качеств детей. Двигательные задания предлагаются детям в виде игровых упражнений, которые подбираются с учетом уровня ДА детей. Так, детям с высоким уровнем ДА предлагаются задания на развитие внимания, координации движений, ловкости, требующей точности выполнения действий. Детям с низким уровнем ДА - на развитие быстроты и скорости движений, на быстрое переключение с одного движения на другое. К детям со средним уровнем ДА предъявляются более высокие требования к качеству выполнения задания.

2.5. Организация двигательного режима в условиях детского сада.

| Формы организации | Старшая группа |
|--|---------------------|
| Утренняя гимнастика | 8-10 минут |
| Хороводная игра или игра средней подвижности | 3-5 мин |
| Подвижная игра на прогулке | 15-20 мин |
| Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке | 10-15 мин |
| Динамический час на прогулке | 25-30 мин |
| Физкультурные занятия | 25-30 мин |
| Гимнастика после дневного сна | 5-10 мин |
| Спортивные развлечения | 30 мин 1 раз/мес |

| | |
|---|------------------------|
| Спортивные праздники | 60-90 мин 2/год |
| День здоровья | 1 раз в месяц |
| Подвижные игры во 2 половине дня | 15-20 мин |
| Прогулки, походы | 1 час 1 раз/квартал |
| Самостоятельная двигательная деятельность | ежедневно |

3. Совместная работа детского сада и семьи по физическому воспитанию.

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 воспитанников 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, используются следующие формы работы:

- Наглядные уголки для родителей, папки передвижки, консультации специалистов.

На информационных стендах для родителей в каждой возрастной группе работают рубрики, освещающие вопросы оздоровления без лекарств, такие как «Растим детей здоровыми», «Узелки на память» и т.д, предлагаются рецепты витаминных чаев, коктейлей для приготовления и использования в домашних условиях; применение аромо- и фитотерапии дома, предлагаются комплексы упражнений, опросники, тесты.

- Анкетирование - этот метод позволяет нам получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество проводимой работы с родителями.

- Нетрадиционные формы (ток-шоу, устный журнал, круглый стол и др.)

Использование нетрадиционных форм позволяет нам в оживленной, интересной беседе с родителями, обмениваться опытом оздоровления детей, общаться и получать исчерпывающие ответы от специалистов, высказывать свое мнение.

- Конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей.
- Спортивные мероприятия в детском саду проводятся в течение года по разным видам спорта. Основная их цель – помочь каждому ребенку проявить себя в любимом виде спорта, ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. А участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка

III раздел. Развернутое комплексно-тематическое планирование работы с воспитанниками МАДОУ.

Комплексно-тематическое планирование работы инструктора по физической культуре отображено в приложениях № 1, №2, №3, № 4 (по возрастным группам)

IV раздел. Планируемые результаты в ходе реализации программы.

Конечным результатом освоения Образовательной программы является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни
Общие показатели физического развития.

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.

1. Двигательные умения и навыки.
2. Двигательно-экспрессивные способности и навыки.
3. Навыки здорового образа жизни.

Планируемые результаты:

Старшая группа:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
Воспитание культурно-гигиенических навыков;

Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
Овладение основными видами движения;
Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

4.1. Диагностика физического развития.

Система диагностики достижений детьми планируемых результатов освоения образовательной программы является составной частью образовательной программы.

Результаты диагностики физической подготовленности позволяют:

- установить причины отставания или опережения в освоении детьми образовательной программы;
- определить необходимые физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- индивидуализировать нагрузку, физические упражнения в соответствии с группой здоровья отклонениями в физическом развитии, уровне сформированной двигательной активности;
- определить технику владения основными умениями;
- развивать интерес к занятиям физической культурой.

Обследование физической подготовленности детей и обработку данных инструктор по физической культуре проводит совместно с воспитателями и медицинскими работниками МБДОУ.

Планируемые результаты освоения детьми основной общеобразовательной программы дошкольного образования подразделяются на итоговые и промежуточные.

Промежуточная (текущая) оценка (проводится 1 раз в полугодие или год) – это описание динамики формирования интегративных качеств воспитанников в каждый возрастной период освоения Программы по всем направлениям развития детей.

Итоговая оценка проводится при выпуске ребёнка из детского сада в школу и включает описание интегративных качеств выпускника МБДОУ. Проводится ежегодно в подготовительной к школе группе.

При выборе тестов учитываются следующие положения:

- Используем только те упражнения, которые соответствуют возрастным особенностям детей, не опасны для жизни и здоровья.
- Доступность в проведении и оценки.
- Учёт особенностей формирования двигательных навыков мальчиков и девочек.
- Выбранные упражнения входят в общеобразовательную программу ДОУ.
- Преемственность со школьной программой.

В процессе диагностики заполняется протокол обследования, в котором фиксируются количественные показатели, характеризующие уровень сформированности физических качеств, и качественные показатели, характеризующие степень сформированности двигательных навыков. По результатам тестирования заполняются протоколы тестирования физической подготовленности детей на каждую возрастную группу, и планируется дальнейшая работа. (таблица 1)

Так же результаты тестирования выражаются в количественных показателях, характеризующих уровень сформированности физических качеств. Количественные показатели фиксируются в протоколе, а затем сравниваются со стандартным средним показателями физической подготовленности дошкольников. (таблица 2)

V раздел. Методическое обеспечение

Методическое обеспечение.

Программа «От рождения до школы» Под ред. Н.Е. Вераксы, М.А. Васильевой, Т.С. Комаровой. – М.: Мозаика-Синтез 2014г.

*Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. Для занятий с детьми 2-7 лет. - М: Мозаика-Синтез, 2009 г.

*Методика проведения подвижных игр. - М: Мозаика-Синтез, 2009г.

*Теория и методика физического воспитания и развития ребенка.– М.: Academia, 2001. Л. И. Пензулаева

*Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа. - М:Мозаика-Синтез, 2014г.

* Физическая культура в детском саду. Средняя группа - М:Мозаика-Синтез, 2014 г.

* Физическая культура в детском саду. Старшая группа. - М:Мозаика-Синтез, 2014г.

* Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа. - М: Мозаика-Синтез, 2014 г. Л.Д. Глазырина

*Физическая культура – дошкольникам. – М.: Владос, 2004.

*Физическая культура в младшей (средней, старшей, подготовительной) группе детского сада. – М.: Владос, 2005. Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин

*Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: пособие для педагогов дошкольных учреждений - М.: Гуманитар. изд. центр Владос, 2005. Н.С. Голицына

*Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. – М.: Скрипторий, 2004.

* План работы воспитателя по физической культуре. - М.: Скрипторий 2003, 2007.

Желобкович Е.Ф.

*Физкультурные занятия в детском саду. 2-я младшая группа (средняя/старшая/подготовительная) - М.: Скрипторий 2003, 2009.

М.Д. Маханева

*С физкультурой дружить - здоровым быть. – М.: ТЦ«Сфера», 2009.

Т.С. Овчинникова

*Подвижные игры, физминутки и упражнения с речью и музыкой. - СПб.:Каро, 2006.

Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, М.А. Рунова

*Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений. – М.: Мозаика-синтез, 1999.М.А. Рунова

*Двигательная активность ребенка в детском саду. – М.:Мозаика-Синтез, 2000.

*Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 3-4 (4-, 5-7) лет (с учетом уровня двигательной активности): Пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры. – М.:Просвещение, 2006.А.П. Щербак

*Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении. – М.: Владос, 1999.В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак

*Физкультурные праздники в детском саду. – М.: Просвещение,2003.Т.Е. Харченко

*Организация двигательной деятельности детей в детском саду. -СПб.: Детство-Пресс, 2010.С.О. Филиппова

*Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. - СПб.: Детство-Пресс, 2005.

*Мир движений мальчиков и девочек: Методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных учреждений. - СПб.:Детство-Пресс, 2001.

Наглядно – образный материал

- Информационные папки;
- Иллюстрации и репродукции, презентации (спортсмены, виды спорта, питание, времена года, одежда и т.д.);
- Наглядно - дидактический материал «Виды спорта», «Олимпийские виды спорта», «Я спортсмен»; «Я – турист», «Олимпийские игры», «Веселая разминка», «Мое тело».
- Игровые атрибуты для подвижных игр;
- Картотека подвижных игр «Расти малыш здоровым»;
- Картотека упражнений на дыхание;
- Картотека физкультурных праздников и развлечений
- Картотека игр для развития мелкой моторики детей;
- Картотека «Беседы о здоровье»;
- CD и MP3 диски для занятий физической культурой;