

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
от 09.01.2018 г. протокол № 2

УТВЕРЖДЕНА
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 29
«Умка» г. Георгиевска»
от 10.01.2018 г. приказ № 9-о/д

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
ДЛЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 2 ДО 7 ЛЕТ
составлена на основе примерной образовательной программы дошкольного
образования «Детство»

Авторы: Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева

Срок реализации программы - 2017-2018 учебный год

Составитель:
Христюкова В.Н., инструктор по
физической культуре.

ОГЛАВЛЕНИЕ

№	Наименование разделов	стр
I. Целевой раздел		
1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3.
1.1.	ВВЕДЕНИЕ	3.
1.2.	ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ	4.
1.3.	ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ПРОГРАММЫ	5.
1.4.	ЗНАЧИМЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ (ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ, ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ, ЛИСТ ЗДОРОВЬЯ)	5.
1.5.	ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ ОБРАЗОВАНИЯ	6
1.6.	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КАК ОРИЕНТИРЫ ОСВОЕНИЯ ВОСПИТАННИКАМИ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.	6.
1.7.	СИСТЕМА МОНИТОРИНГА ДОСТИЖЕНИЯ ДЕТЬМИ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	10
II. Содержательный раздел		
2.1.	СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»	16.
2.2.	ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ	22-25
3. Организационный раздел		
3.1	МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	25-27
3.2.	РЕЖИМ ДНЯ	28
3.3.	ОСОБЕННОСТИ ТРАДИЦИОННЫХ СОБЫТИЙ, ПРАЗДНИКОВ, МЕРОПРИЯТИЙ.	29
3.4.	ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ	31.
3.5.	ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА	32
3.6.	ПРИЛОЖЕНИЕ ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН ПО ВОЗРАСТАМ	

І. Целевой раздел

1. Пояснительная записка

1.1. Введение

Настоящая рабочая программа по образовательной области «Физическая культура» разработана инструктором по физической культуре Христюковой В.Н. сроком на 1 год.

Программа спроектирована с учётом ФГОС дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, региона, образовательных потребностей и запросов воспитанников, кроме того учтены концептуальные положения используемой в МКДОУ Примерной образовательной программы дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцевой в соответствии с ФГОС.

Рабочая программа по образовательной области «Физическая культура» в соответствии с ФГОС (далее программа) является нормативно-управленческим документом, обосновывающим выбор цели, содержания, применяемых методик и технологий, форм организации воспитательно-образовательного процесса в ДОУ. Она представляет собой модель процесса образования детей по физической культуре.

В основе разработки программы:

- Федеральный Закон «Об образовании в РФ» 29 декабря 2012г. №273-ФЗ
- Примерная образовательная программа дошкольного образования «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцевой, разработанная в соответствии с ФГОС.
- Устав МКДОУ детского сада №3 «Огонёк» (утвержден постановлением администрации города Георгиевска от 26.12.2014 года).
- Постановление от 15 мая 2013г. № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству содержания и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» («Об утверждении СанПиН» 2.4.3049-13).
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» действует с 01.01.2014г.
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013г. № 1014 «Об утверждении порядка и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования».

Общие сведения о ДОУ

№	Основные показатели	Полная информация
1	Полное название образовательного учреждения Сокращённое	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 29 «Умка» города Георгиевска» МБДОУ «Детский сад № 29 «Умка» г. Георгиевска»
2	Юридический адрес Фактический адрес	Ставропольский край, город Георгиевск, ул. Ульянова, 163 – здание №1; ул. Маяковского, 33 – здание №2 Ставропольский край, город Георгиевск, ул. Ульянова, 163 – 1 корпус; ул. Маяковского, 33 – 2 корпус.

3	Учредитель	администрация Георгиевского городского округа Ставропольского края
4	Режим работы ДОУ	С 7.00 -19.00
5	Педагогический состав	Воспитатели 1 младшей группы Нищева Н.А., Курьянова О.А.

ДОУ осуществляет свою образовательную, правовую, хозяйственную деятельность на основе законодательных нормативных документов:

-Устава Учреждения (утвержден постановлением администрации города Георгиевска от 10.01.2018 года).

-Лицензии на право ведения образовательной деятельности №3201 от 21 сентября 2012 года

1.2. Цели и задачи реализации рабочей программы

В данной рабочей программе представлена модель занятий, разработанная на основе данных о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей от 2 до 7 лет. В условиях дошкольного образования и с учетом его специфики данная модель выбрана как наиболее соответствующий требованиям системного подхода и овладения детьми новыми двигательными действиями. Структурной моделью такой системы являются комплексно-тематическое планирование.

Цель - полноценное физическое, личностное, интеллектуальное развитие ребенка дошкольника, его физических способностей, «здорового духа» через организацию физической деятельности, отличающийся оздоровительным характером, активным проживанием ребенком данной деятельности, прочувствованные предметно — физических упражнений (действий) и сознательным применением их в различных жизненных ситуаций.

Основными задачами детского сада по физическому воспитанию дошкольников являются:

1. Охрана и укрепление здоровья детей
2. Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств
3. Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности
4. Воспитание потребности в здоровом образе жизни
5. Обеспечение физического и психического благополучия.
6. Консультация родителям по здравоохранению детского здоровья

Для решения задач физического воспитания детей в ДОУ используются следующие педагогические средства: физкультурные занятия, специально организованные занятия, физкультурные развлечения и спортивные праздники.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание (в повседневной жизни; специальные меры закаливания) и движение (различные виды гимнастик, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурные занятия). В рабочей программе также заложены возможности предусмотренного стандартом формирования у воспитанников общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций.

Кроме, того задачи направленные на физическое развитие детей решаются индивидуально, в других видах деятельности, проводимые воспитателем в группе (динамические паузы, малоподвижные игры и др.).

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей образовательной программы

Рабочая программа сформирована в соответствии с принципами и подходами, определёнными Федеральными государственными образовательными стандартами:

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащения (амплификации) детского развития;
- индивидуализацию дошкольного образования (в том числе одарённых детей и детей с ограниченными возможностями здоровья);
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержку инициативы детей в различных видах деятельности; партнерство с семьей;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастную адекватность (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
 - учёт этнокультурной ситуации развития детей.
 - обеспечение преемственности дошкольного общего и начального общего образования.

1.4. Значимые характеристики

Общие сведения о коллективе детей.

Основными участниками реализации программы являются: дети в возрасте от 2 до 7 лет, родители (законные представители), педагоги.

Индивидуальные особенности воспитанников:

Списочный состав воспитанников ДОУ 154 ребенка.

1.5. ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ ОБРАЗОВАНИЯ

Одним из важнейших факторов, определяющих мотивированную деятельность взрослых (родителей и педагогов), направленную на развитие ребенка, являются нормы целевого характера, определяющие ожидания в сфере развития ребенка. При этом, ребенок должен рассматриваться не как «объект» наблюдения, а как развивающаяся личность, на развитие которой может благотворно повлиять взрослый в соответствии с сознательно поставленными целями. Таким образом, предпосылки гуманистического подхода должны быть заложены изначально - через обобщенный образ личности ребенка, задаваемый адекватной системой норм развития. Сбор информации, оценку развития ребенка, и проектирование образовательного процесса на основании полученных выводов проводится посредством наблюдения за ребенком в естественных ситуациях. Таким образом, сама деятельность детей в заданных образовательных условиях дает педагогу и родителям возможность непосредственно, через обычное наблюдение получать представление об их развитии в отношении к психолого-педагогической нормативной картине. При этом, наблюдаемые и фиксируемые тем, или иным образом функциональные приобретения ребенка не рассматриваются как самоцель, а лишь как средство развития его самоопределяющейся в человеческой культуре и социуме личности.

Специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка к концу дошкольного образования.

Целевые ориентиры:

- не подлежат непосредственной оценке;
- не являются непосредственным основанием оценки как итогового, так и промежуточного уровня развития детей;
- не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей;
- не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;
- не являются непосредственным основанием при оценке качества образования.

Целевые ориентиры выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования.

1.6. Планируемые результаты как ориентиры усвоения воспитанниками основной образовательной программы по образовательной области «Физическая культура».

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

К трехлетнему возрасту при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками»

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме. Владеет соответствующими возрасту основными движениями. Проявляет желание играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Самостоятельно или при небольшой помощи взрослого выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, владеет доступными возрасту навыками самообслуживания. Имеет первичные представления о себе как о человеке, знает названия основных частей тела, их функции.

Интегративное качество «Овладевший необходимыми умениями и навыками»

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

«Здоровье»

- Умеет самостоятельно одеваться и раздеваться в определенной последовательности.
- Проявляет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).
- При небольшой помощи взрослого пользуется индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком).
- Умеет самостоятельно есть.

«Физическая культура»

- Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь на других детей.
- Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед и т. д.
- Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч.
- Умеет ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезать через бревно, лежащее на полу.

К четырехлетнему возрасту при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками»

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме.

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях. Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время). Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры. Самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

Интегративное качество «Овладевший необходимыми умениями и навыками»

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

«Здоровье»

- Приучен к опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).
- Владеет простейшими навыками поведения во время еды, умывания.

«Физическая культура».

- Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.
- Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега 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.
- Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.
- Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

К пятилетнему возрасту при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками»

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме.

Владеет в соответствии с возрастом основными движениями. Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время). Самостоятельно выполняет доступные гигиенические процедуры. Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания. Знаком с понятиями «здоровье» и «болезнь». Имеет элементарные представления о некоторых составляющих здорового образа жизни: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

Интегративное качество «Овладевший необходимыми умениями и навыками»

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

«Здоровье»

- Соблюдает элементарные правила гигиены (по мере необходимости -моет руки с мылом, пользуется расческой, носовым платком, прикрывает рот при кашле).

- Обращается за помощью к взрослым при заболевании, травме.
- Соблюдает элементарные правила приема пищи (правильно пользуется левыми приборами, салфеткой, полощет рот после еды).

«Физическая культура»

- Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.
- Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.
- Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу. Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.
- Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

К шести годам при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «Физически развитый, владевший основными культурно-гигиеническими навыками»

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме. Владеет в соответствии с возрастом основными движениями. Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях. Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах. Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время). Умеет самостоятельно выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры. Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания. Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания. Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.

Интегративное качество «Овладевший необходимыми умениями и навыками»

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

«Здоровье»

- Умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу.
- Имеет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).
- Сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком).
- Владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом. Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.
- Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.

«Физическая культура»

- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) 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 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.

- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча. Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие. Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

К семи годам при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками»

Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Интегративное качество «Овладевший необходимыми умениями и навыками»

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

«Здоровье»

- Усвоил основные культурно-гигиенические навыки (быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полощет рот после еды, правильно пользуется носовым платком и расческой, следит за своим внешним видом, быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви).
- Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциями организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье).

«Физическая культура»

- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 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 А-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, 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.

1.7. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы

В соответствии с образовательной программой ДОУ обследование уровня физической подготовленности детей проводится два раза в год: начальное - в сентябре месяце, итоговое в мае месяце. Для детей с низким уровнем развития проводится промежуточное

диагностическое обследование в январе месяце, с ними проводится индивидуальная работа на занятиях и в группе.

Результаты оцениваются по пятибалльной системе. Пятибалльная система оценки результатов позволяет не только получить достаточно объективную картину физической подготовленности детей, но и выявить уровень развития детей группы.

Результаты диагностики используются при индивидуальной работе с детьми.

Обследование уровня развития физических качеств

Тесты для определения скоростных качеств

1. **Бег на 10м с хода** (тест позволяет оценить скоростные качества ребенка и его реакцию).
2. **Бег на 30 м со старта** (тестируются скоростные качества).

Тесты для определения скоростно-силовых качеств

1. **Прыжок в длину с места**
2. **Бросок набивного мяча** весом 1 кг способом из-за головы двумя руками стоя (тестируются уровень физического развития детей, их ориентировочные реакции и координационные способности).

Тесты для определения ловкости и координационных способностей

1. **Челночный бег 3 раза по 10м** (определяется способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки).
2. **Статическое равновесие** (тест выявляет и тренирует координационные возможности детей).
3. **Подбрасывание и ловля мяча** (тест на ловкость и координацию).
4. **Отбивание мяча от пола** (тестируется ловкость, скорость реакции, устойчивость позы).
5. **Гибкость** (тест характеризует подвижность всех звеньев опорно-двигательного аппарата, эластичность мышц и связок).

Ориентировочные показатели физической подготовленности детей

	Пол	3 года	4 года	5 лет	6 лет	7 лет
Скорость бега на 10м с хода (сек)	мальчики	3,5 – 2,8	3,3 – 2,4	2,5 – 2,1	2,4 – 1,9	2,2
	девочки	3,8 – 2,7	3,4 – 2,6	2,7 – 2,2	2,5 – 2,0	2,4 – 1,8
Скорость бега на 30м со старта (сек)	мальчики	11,0 – 9,0	10,5 – 8,8	9,2 – 7,9	8,4 – 7,6	8,0 – 7,4
	девочки	12,0 – 9,5	10,7 – 8,7	9,8 – 8,3	8,9 – 7,7	8,7 – 7,3
Длина прыжка с	мальчики	47 – 67,6	53,5 –	81,2 –	86,3 – 108,7	94 – 122,4

места (см)			76,6	102,4		
	девочки	38,2 – 64	51,1 – 73,9	66 – 94	77,7 – 99,6	80 – 123
Дальность броска правой рукой (м)	мальчики	1,8 – 3,6	2,5 – 4,1	3,9 – 5,7	4,4 – 7,9	6,0 – 10,0
	девочки	1,5 – 2,3	2,4 – 3,4	3,0 – 4,4	3,3 – 5,4	4,0 – 6,8
Дальность броска левой рукой (м)	мальчики	2,0 – 3,0	2,0 – 3,4	2,4 – 4,2	3,3 – 5,3	4,2 – 6,8
	девочки	1,3 – 1,9	1,8 – 2,8	2,5 – 3,5	3,0 – 4,7	3,0 – 5,6
Дальность броска набивного мяча весом 1кг из-за головы (см)	мальчики	119 – 157	117 – 185	187 – 270	221 – 303	242 – 360
	девочки	97 – 153	97 – 178	138 – 221	156 – 256	193 – 313
Скорость бега	90м			30,6 – 25,0		
	120м			35,7 – 29,2		
	150м			41,2 – 33,6	150м	

Таблица оценок физической подготовленности, мальчики

Возраст, лет, месяцев	Уровень физической подготовленности				
		Высокий, 100% и выше	Выше среднего 85-99%	Средний 70-84%	Ниже среднего 51-59%
	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл

Бег на 30 м					
4.0-4.5	8,1 и ниже	8,2-8.6	8,7-9,2	9,3-9,9	10,0 и выше
4,6-4,11	7,6 и ниже	7.7-8,1	8,2-8,7	8,8-9,5	9,6 и выше
5,0 – 5,5	6.9 и ниже	7,0-7,5	7,6- 8,1	8,2-8,9	9,0 и выше
5,6-5,11	6,7 и ниже	6,8-7,3	7.4-7,9	8.0-8,7	8,8 и выше
6,0-6,5	6,4 и ниже	6,5-6,9	7.0-7,5	7,6-8,3	8.4 и выше
6,6-6,11	6.1 и ниже	6,2-6,7	6,8-7,3	7,4-8,0	8,1 и выше
7,0-7,5	5,6 и ниже	5,7-6,1	6,2-6,7	6,8-7,4	7,5 и выше
7,6-7,11	5,5 и ниже	5,6-6,0	6,1-6,6	6,7-7,3	7,4 и выше
Прыжок в длину, с места, см					
4.0-4.5	85 и выше	74-84	63-73	49-62	48 и ниже
4,6-4,11	95 и выше	84-94	73-83	59-72	58 и ниже
5,0 – 5,5	105 и выше	94-104	83-93	69-82	68 и ниже
5,6-5,11	115 и выше	102-114	89-101	73-88	72 и ниже
6,0-6,5	122 и выше	109-121	96-108	80-95	79 и ниже
6,6-6,11	128 и выше	115-127	102-114	86-101	85 и ниже
7,0-7,5	130 и выше	117-127	104-116	88-103	87 и ниже
7,6-7,11	140 и выше	139-149	114-126	98-113	97 и ниже
Подъем туловища в сед (раз за 30 сек)					
4.0-4.5	12 и выше	11	9-10	6-8	5 и ниже
4,6-4,11	13 и выше	11-12	9-10	6-8	5 и ниже
5,0 – 5,5	13 и выше	12	10-11	7-9	6 и ниже
5,6-5,11	14 и выше	12-13	10-11	7-9	6 и ниже
6,0-6,5	15 и выше	13-14	11-12	8-10	7 и ниже
6,6-6,11	15 и выше	14	12-13	9-11	8 и ниже
7,0-7,5	16 и выше	14-15	12-13	9-11	8 и ниже
7,6-7,11	17 и выше	16	14-15	10-13	9 и ниже

Метание на дальность, см					
4.0-4.5	180 и выше	179-145	145-110	110-99	ниже 98
4,6-4,11	230 и выше	229-180	179-109	110-142	ниже 142
6,0-6,9	280 и выше	279-260	259-260	225-200	ниже 200
Наклоны туловища вперед					
4.0-4.5	выше 4	4	3	2	ниже 2
4,6-4,11	выше 6	5	4	3	ниже 3
6,0-6,9	выше 8	7	6-5	4	ниже 4

Таблица оценок физической подготовленности, девочки.

Возраст, лет, месяцев	Уровень физической подготовленности				
	Высокий, 100% и выше	Выше среднего 85-99%	Средний 70-84%	Ниже среднего 51-59%	Низкий 50% и ниже
	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
Бег на 30 м					
4.0-4.5	8.3 и ниже	8.4-8.8	8.9-9.4	9.5-10.1	10.2 и выше
4,6-4,11	7.9 и ниже	8.0-8.4	8.5-9.0	9.2-9.8	9.9 и выше
5,0 – 5,5	7.2 и ниже	7.3-7.8	7.9-8.4	8.5-9.2	9.3 и выше
5,6-5,11	7.1 и ниже	7.2-7.6	7.7-8.2	8.3-9.0	9.1 и выше
6,0-6,5	6.8 и ниже	6.9-7.3	7.4-7.9	8.0-8.7	8.8 и выше
6,6-6,11	6.5 и ниже	6.6-7.0	7.1-7.5	7.6-8.3	8.4 и выше
7,0-7,5	6.0 и ниже	6.1-6.5	6.6-7.0	7.1-7.7	7.8 и выше
7,6-7,11	5.8 и ниже	5.9-6.3	6.4-6.7	6.8-7.5	7.6 и выше
Прыжок в длину, с места, см					
4.0-4.5	80 и выше	68-79	56-67	42-55	41 и ниже

4,6-4,11	90 и выше	78-89	66-77	49-65	48 и ниже
5,0 – 5,5	95 и выше	84-94	73-83	56-72	55 и ниже
5,6-5,11	105 и выше	94-104	83-93	69-82	68 и ниже
6,0-6,5	110 и выше	99-109	88-98	74-87	73 и ниже
6,6-6,11	120 и выше	109-119	98-108	84-97	83 и ниже
7,0-7,5	123 и выше	111-122	99-110	85-98	84 и ниже
7,6-7,11	127 и выше	115-126	103-114	88-102	87 и ниже
Подъем туловища в сед (раз за 30 сек)					
4.0-4.5	11 и выше	9-10	7-8	4-6	3 и ниже
4,6-4,11	12 и выше	10-11	8-9	5-7	4 и ниже
5,0 – 5,5	12 и выше	11	9-10	6-8	5 и ниже
5,6-5,11	13 и выше	11-12	9-10	6-8	5 и ниже
6,0-6,5	13 и выше	12	10-11	7-9	6 и ниже
6,6-6,11	14 и выше	12-13	10-11	7-9	6 и ниже
7,0-7,5	15 и выше	13-14	11-12	8-10	7 и ниже
7,6-7,11	15 и выше	14	12-13	9-11	8 и ниже
Метание на дальность, см					
4.0-4.5	178 и выше	179-145	145-110	110-99	ниже 97
4,6-4,11	200 и выше	199-160	159-129	128-110	ниже 110
6,0-6,9	255 и выше	254-210	209-169	160-180	ниже 180
Наклоны туловища вперед					
4.0-4.5	выше 7	7-5	4	3	ниже 3
4,6-4,11	выше 8	8-6	5	4	ниже 4
6,0-6,9	выше 10	10-9	8-6	5	ниже 5

II.Содержательный раздел
2.1.Содержание работы по освоению детьми образовательной области
«Физическая культура»

Содержание программы определяется в соответствии с направлениями развития ребенка, соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач.

Воспитание и обучение осуществляется на русском языке - государственном языке России.

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в двигательной деятельности.

СМ. ПРИМЕРНУЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ПРОГРАММУ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСТВО» стр. 172 – 185.

Формы работы по образовательным областям

Образовательные области	Формы работы	
	Младший дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
Физическое развитие	Игровая беседа с элементами движений Игра Утренняя гимнастика Интегративная деятельность Упражнения Экспериментирование Ситуативный разговор Беседа Рассказ Чтение Проблемная ситуация	Физкультурное занятие Утренняя гимнастика Игра Беседа Рассказ Чтение Рассматривание. Интегративная деятельность Контрольно-диагностическая деятельность Спортивные и физкультурные досуги Спортивные состязания Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера Проектная деятельность Проблемная ситуация

Модель воспитательной составляющей образовательной деятельности

Образовательные области	Группы воспитательных задач	Содержание воспитательных задач
Физическое развитие	Физическое воспитание	-охрана и укрепление здоровья, закаливание, развитие движений; -формирование нравственно-физических навыков, потребности в физическом совершенстве; -воспитание культурно-гигиенических качеств; - формирование представлений о своем организме, здоровье, режиме, об активности и отдыхе;

		-формирование навыков выполнения основных движений.
--	--	---

МОДЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДОУ

Формы организации	Младший возраст		Средний возраст	Старший возраст	
	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
<i>1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада</i>					
Утренняя гимнастика	Ежедневно 8 мин	Ежедневно 8-10 мин	Ежедневно 8-10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин
Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости до 3-х минут				
Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 6-8 мин	Ежедневно 6-10 минут	Ежедневно 10-15 мин	Ежедневно 15-20 мин	Ежедневно 20-30 мин
Закаливающие процедуры (воздушные ванны, босохождение, ходьба по массажным дорожкам)	Ежедневно после дневного сна				
Дыхательная гимнастика	Ежедневно после дневного сна				
<i>2. Физкультурные занятия</i>					
Физкультурные занятия в спортивном зале	3 раза в неделю по 10 минут	3 раза в неделю по 15 минут	3 раза в неделю по 20 минут	2 раза в неделю по 25 минут	2 раза в неделю по 30 минут
Физ. занятия на свежем воздухе	-	-	-	1 раз в неделю по 25 минут	1 раз в неделю по 30 минут
<i>3. Спортивный досуг</i>					
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)				
Спортивные праздники	летом 1 раз в год	4 раза в год	4 раза в год	4 раза в год	4 раза в год
Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в квартал	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
Дни здоровья	1 раз в квартал	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
<i>4. Совместная деятельность с семьей</i>					
Игры-соревнования	-	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год	1 раз в год
Консультации для родителей	Ежеквартально				

Основные формы проведения физкультминуток

Физкультминутка	Содержание
<i>В ФОРМЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ</i>	<i>Общеразвивающие упражнения подбираются по тем же признакам, что и для утренней гимнастики. Используются 3-4 упражнения для разных групп мышц. Закончить физкультминутку можно прыжками, бегом на месте или ходьбой.</i>
<i>В ФОРМЕ ПОДВИЖНОЙ ИГРЫ</i>	<i>Подбираются игры средней подвижности, не требующие большого пространства, с несложными, хорошо знакомыми детям правилами.</i>

<i>В ФОРМЕ ДИДАКТИЧЕСКОЙ ИГРЫ С ДВИЖЕНИЕМ</i>	<i>Такие физкультминутки хорошо вписываются в занятия по ознакомлению с природой, звуковой культуре речи, математике.</i>
<i>В ФОРМЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ДВИЖЕНИЙ</i>	<i>Используются между структурными частями занятия под аудиозапись, пение воспитателя или детей.</i>
<i>В ФОРМЕ ВЫПОЛНЕНИЯ ДВИЖЕНИЙ ПОД ТЕКСТ СТИХОТВОРЕНИЯ</i>	<i>Преимущество отдается стихам с четким ритмом.</i>
<i>В ФОРМЕ ЛЮБОГО ДВИГАТЕЛЬНОГО ДЕЙСТВИЯ И ЗАДАНИЯ</i>	<i>Возможно отгадывание загадок не словами, а движением; использование различных имитационных движений спортсменов, трудовых действий (рубим дрова, заводим мотор, едем на машине)</i>

Система закаливания

Формы работы в повседневной жизни	Формы работы специально организованные
<p>Утренний прием на свежем воздухе в летнее время Облегченная форма одежды Ежедневные прогулки на свежем воздухе Дневной сон Гимнастика после дневного сна Солнечные ванны в летний период времени Гигиенические процедуры Проветривание помещений</p>	<p>Рациональное питание Полоскание полости рта после приема пищи Утренняя гимнастика Профилактическая гимнастика (пальчиковая, зрительная, дыхательная, артикуляционная) Физкультурно-оздоровительные занятия Активный отдых (каникулы, дни здоровья, игры, развлечения, досуги, праздники) Фитотерапия (чай из шиповника) Музыкотерапия (музыкальное оформление фона, хоровое пение) Витаминотерапия</p>

Модель двигательного режима в ДОУ

Вид деятельности	Возрастные группы	Периодичность	Ответственный
1. Физкультурно-оздоровительная деятельность			
Утренняя гимнастика	Группа раннего возраста (2-3л)	Ежедневно 3-5 мин.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно 5-6 мин.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно 6-8 мин.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	(5-6 лет)	Ежедневно 8-10 мин.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	(6-7 лет)	Ежедневно 10-12 мин.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
Динамическая разминка в форме: физических упражнений; танцевальных движений; п/игр малой и большой подвижности	Группа раннего возраста (2-3л)	1 раз в неделю 10 мин.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	1 раз в неделю 15 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	1 раз в неделю 20 мин.	Инструктор по физ.культуре

			Воспитатели
	(5-6 лет)	1 раз в неделю 25 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
	(6-7 лет)	1 раз в неделю 30 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
Физкультминутки	Группа раннего возраста (2-3л)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (1-2 мин.)	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (1-3 мин.)	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (2-3 мин.)	Воспитатели
	(5-6 лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (2-3 мин.)	Воспитатели
	(6-7 лет)	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий (2-3 мин.)	Воспитатели
Подвижные игры во время утреннего приема детей	Группа раннего возраста (2-3л)	Ежедневно 2-3 мин.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно 3-5 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно 5-7 мин.	Воспитатели
	(5-6 лет)	Ежедневно 7-10 мин.	Воспитатели
	(6-7 лет)	Ежедневно 10-12 мин.	Воспитатели
Подвижные игры: Сюжетные Бессюжетные Игры-забавы Соревнования Эстафеты Аттракционы	Группа раннего возраста (2-3л)	Ежедневно в помещении и на прогулке 10-15 мин.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 15-25мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 15-25мин.	Воспитатели
	(5-6 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 25-30 мин.	Воспитатели
	(6-7 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке 25-30 мин.	Воспитатели
Игровые упражнения: Зоркий глаз Прыгуны Подлезание Пролезание Перелезание	Группа раннего возраста (2-3л)	Ежедневно в помещении и на прогулке. Форма организации и длительность зависят от индивидуальных особенностей и потребностей детей	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)		Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		Воспитатели
	(5-6 лет)		Воспитатели
	(6-7 лет)		Воспитатели
Физические упражнения и игры: Игры с элементами логоритмики Артикуляционная гимнастика Пальчиковая гимнастика	Группа раннего возраста (2-3л)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 2-3 мин.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Воспитатели
	(5-6 лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Воспитатели
	(6-7 лет)	Ежедневно сочетая упражнения по выбору 10-12 мин.	Воспитатели
Индивидуальная работа по развитию движений	Группа раннего возраста (2-3л)	Ежедневно в помещении и на прогулке 2-3 мин.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре

	(5-6 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	(6-7 лет)	Ежедневно в помещении и на прогулке, сочетая упражнения по выбору 10-12 мин.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
Гимнастика после сна с элементами корригирующих упражнений с контрастными воздушными ваннами	Группа раннего возраста (2-3л)	Ежедневно 3-5 мин.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	Ежедневно 5-6 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	Ежедневно 6-8 мин.	Воспитатели
	(5-6 лет)	Ежедневно 8-10 мин.	Воспитатели
	(6-7 лет)	Ежедневно 10-12 мин. В физкультурно-музыкальном зале 2 раза в неделю	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
Упражнения на релаксацию	Группа раннего возраста (2-3л)	По необходимости в течение дня 1-2 мин.	Воспитатели, психолог
	2 младшая группа (3-4 лет)	По необходимости в течение дня 1-3 мин.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	По необходимости в течение дня 2-3 мин.	Воспитатели
	(5-6 лет)	По необходимости в течение дня 3-5 мин.	Воспитатели
	(6-7 лет)	По необходимости в течение дня 5-7 мин.	Воспитатели, психолог
Психогимнастика	(6-7 лет)	2 раза в неделю 10-15 мин.	Воспитатели Психолог
2. Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре			
Физкультурные занятия: тематические; • сюжетно-игровые; • игровые; • контрольно-проверочные	Группа раннего возраста (2-3л)	2 раза в неделю 10 мин.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	2 раза в неделю 15 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	2 раза в неделю 20 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
	2 (5-6 лет)	3 раза в неделю (3 занятие на прогулке) 25 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
	2 (6-7 лет)	3 раза в неделю (3 занятие на прогулке) 30 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
Музыкально-ритмические движения	Группа раннего возраста (2-3)	На музыкальных занятиях 3-5 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)	На музыкальных занятиях 5-7 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)	На музыкальных занятиях 8-10 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	(5-6 лет)	На музыкальных занятиях 10-12 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели
	(6-7 лет)	На музыкальных занятиях 12-15 мин.	Музыкальный руководитель Воспитатели

3. Организация самостоятельной двигательной деятельности			
Самостоятельная двигательная деятельность	Группа раннего возраста (2-3)	Ежедневно во всех группах в помещении и на открытом воздухе. Характер и продолжительность зависят от погодных условий, индивидуальных данных и потребностей детей.	Воспитатели
	2 младшая группа (3-4 лет)		Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	Средняя группа (4-5 лет)		Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	(5-6 лет)		Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	(6-7 лет)		Воспитатели Инструктор по физ.культуре
Полоса препятствий с использованием разнообразных модулей	2 младшая группа (3-4 лет)	1 раз в неделю в групповых помещениях и физкультурном зале. Характер и продолжительность зависят от возрастных особенностей, индивидуальных данных и потребностей детей.	Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	Средняя группа (4-5 лет)		Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	(5-6 лет)		Воспитатели Инструктор по физ.культуре
	(6-7 лет)		Воспитатели Инструктор по физ.культуре
4. Физкультурно-массовые мероприятия			
Неделя здоровья	2 младшая группа (3-4 лет)	2-3 раза в год во время каникул	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		Инструктор по физ.культуре Воспитатели
	(5-6 лет)		Инструктор по физ.культуре Воспитатели
	(6-7 лет)		Инструктор по физ.культуре Воспитатели
Физкультурный досуг	2 младшая группа (3-4 лет)	1-2 раза в месяц 30-40 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		
	(5-7 лет)	1-2 раза в месяц 50-60 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
Спортивный праздник	2 младшая группа (3-4 лет)	2 раза в год 50-75 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		
	(5-7 лет)	2 раза в год 75-90 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
Игры-соревнования между возрастными группами	(5-7 лет)	1-2 раза в год не более 60 мин.	Инструктор по физ.культуре Воспитатели
5. Дополнительные образовательные услуги			
Спортивный кружок «Ритмика»	Средняя группа (4-5 лет)	1 раз в неделю до 20 минут	Инструктор по физ.культуре

6. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи			
Игровые тренировки	Средняя группа (4-5 лет)	По необходимости. Определяются воспитателем и инструктором по физ.культуре в целях совершенствования двигательных умений ребенка	Воспитатели
	(5-6 лет)		
	(6-7 лет)		
Физкультурные занятия детей совместно с родителями в дошкольном учреждении	2 младшая группа (3-4 лет)	По потребностям ДОУ и родителей воспитанников	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		
	(5-7 лет)		
Участие родителей в физкультурно- оздоровительных мероприятиях детского сада	2 младшая группа (3-4 лет)	По потребностям ДОУ и родителей воспитанников	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		
	(5-7 лет)		
Пешие прогулки и экскурсии	2 младшая группа (3-4 лет)	В течение учебного года и во время каникул. В летний период 1 раз в месяц.	Воспитатели
	Средняя группа (4-5 лет)		
	(5-7 лет)		

Способы и направления поддержки детской инициативы

2.2. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Установления взаимосвязи ДОУ и семьи является решающим условием обновления системы дошкольного образования. Основной целью установления взаимоотношений ДОУ и семьи является создание единого пространства семья – детский сад, в котором всем участникам педагогического процесса будет комфортно, интересно, безопасно, полезно и эмоционально благополучно.

С целью построения эффективного взаимодействия семьи и ДОУ педагогическим коллективом были созданы следующие условия:

- **Социально-правовые:** построение всей работы основывается на федеральных, региональных, муниципальных нормативно-правовых документах, а также с Уставом ДОУ, договорами сотрудничества, регламентирующими и определяющими функции, права и обязанности семьи и дошкольного образовательного учреждения;
- **Информационно-коммуникативными:** предоставление родителям возможности быть в курсе реализуемых программ, быть осведомленными в вопросах специфики образовательного процесса, достижений и проблем в развитии ребенка, безопасности его пребывания в ДОУ;
- **Перспективно-целевые:** наличие планов работы с семьями на ближайшую и дальнейшую перспективу, обеспечение прозрачности и доступности для педагогов и родителей в изучении данных планов, предоставление права родителям участвовать в разработке индивидуальных проектов, программ и выборе точек пересечения семьи и ДОУ в интересах развития ребенка;
- **Потребностно-стимулирующие:** взаимодействие семьи и дошкольного образовательного учреждения строится на результатах изучения семьи.

В основу совместной деятельности семьи и дошкольного учреждения заложены следующие **принципы:**

- **единый подход** к процессу воспитания ребёнка;
- **открытость** дошкольного учреждения для родителей;
- **взаимное доверие** во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- **уважение** и доброжелательность друг к другу;
- **дифференцированный подход** к каждой семье;
- **равно ответственность** родителей и педагогов.

На сегодняшний день в ДОУ осуществляется интеграция общественного и семейного воспитания дошкольников со следующими категориями родителей:

- с семьями воспитанников;
- с будущими родителями.

Задачи:

- 1) формирование психолого - педагогических знаний родителей;
- 2) приобщение родителей к участию в жизни ДОУ;
- 3) оказание помощи семьям воспитанников в развитии, воспитании и обучении детей;
- 4) изучение и пропаганда лучшего семейного опыта.

Система взаимодействия с родителями включает:

- ознакомление родителей с результатами работы ДОУ на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни ДОУ;
- ознакомление родителей с содержанием работы ДОУ, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
- участие в составлении планов: спортивных и культурно-массовых мероприятий, работы родительского комитета
- целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах;
- обучение конкретным приемам и методам воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности на семинарах-практикумах, консультациях и открытых занятиях.

Реальное участие родителей в жизни ДОУ	Формы участия	Периодичность сотрудничества
В проведении мониторинговых исследований	-Анкетирование - Социологический опрос - «Родительская почта»	3-4 раза в год По мере необходимости 1 раз в квартал
В создании условий	- Участие в субботниках по благоустройству территории; -помощь в создании предметно-развивающей среды; -оказание помощи в ремонтных работах;	2 раза в год Постоянно ежегодно
В управлении ДОУ	- участие в работе, Совета ДОУ; педагогических советах.	По плану
В просветительской деятельности, направленной на повышение педагогической культуры,	-наглядная информация (стенды, папки-передвижки, семейные и групповые фотоальбомы, фоторепортажи «Мы со спортом дружим», «Папа, мама, я спортивная семья» и т.д.	1 раз в квартал Обновление постоянно

расширение информационного поля родителей	-памятки; -создание странички на сайте ДОУ; -консультации, - распространение опыта семейного воспитания; -родительские собрания;	1 раз в месяц По годовому плану
В воспитательно-образовательном процессе ДОУ, направленном на установление сотрудничества и партнерских отношений с целью вовлечения родителей в единое образовательное пространство	-Дни открытых дверей. - Дни здоровья. - Выставки совместного творчества. - Совместные праздники, развлечения. -Встречи с интересными людьми семейные гостиные - Участие в творческих выставках, смотрах-конкурсах - Мероприятия с родителями в рамках проектной деятельности.	2 раза в год 1 раз в квартал 2 раза в год По плану По плану 1 раз в квартал Постоянно по годовому плану 2-3 раза в год

Формы сотрудничества с семьей

Ведущая цель 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 формы взаимодействия с семьей.

1. Знакомство с семьей: встречи-знакомства, анкетирование семей.
2. Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, приглашение родителей на детские концерты и праздники.
3. Совместная деятельность: привлечение родителей к организации вечеров физкультурных развлечений, конкурсов, семейных праздников.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ.

Месяц	Содержание работы
Сентябрь	Знакомство с планом работы по физкультурно-оздоровительному направлению на групповых собраниях.
Октябрь	Консультация. «Как заинтересовать ребёнка занятиями физкультурой».

Ноябрь	Консультация . «Гимнастика и зарядка дома».
Декабрь	Консультация. «Подвижные игры с детьми 2-5 лет в семье». Спортивный праздник для детей 5-7 лет. «Путешествие в страну здоровья»
Январь	Оформление ПАПКИ ПЕРЕДВИЖКИ «Зимние забавы» (подвижные игры и упражнения для детей на прогулке зимой).
Февраль	Лекция «Значение физического воспитания для правильного развития детей». Совместные с ПАПАМИ спортивные развлечения, посвящённые Дню Защитника Отечества.
Март	Консультация. «Как провести выходной день с пользой».
Апрель	Консультация «Профилактика плоскостопия».
Май	Участие в итоговом общем родительском собрании, подведение итогов физкультурной работы

III. Организационный раздел.

3.1. Материально-технические условия реализации программы

- соответствие санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам;
- соответствие правилам пожарной безопасности;
- средства обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей;
- оснащённость помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- учебно-методический комплект, оборудование, оснащение методической литературой.

В музыкально-физкультурном зале расположено физкультурное оборудование. Эффективность использования оборудования значительно повышается при рациональном его размещении. Расстановка разных предметов оборудования зависит от их габаритов и предназначения. Гимнастическая стенка установлена стационарно, прочно прикреплена к стене. Крупные предметы оборудования (мягкие модули, гимнастические скамейки, бумы, кубы и т. д.) размещаются вдоль стен помещения.

- Для досок, лестниц с зацепами предусматривается место, где они могут быть подвешены или положены таким образом, чтобы не мешать детям проявлять свою двигательную активность.
- Мелкое физкультурное оборудование (мячи, кольца, мешочки с грузом, кубики, булавы и т. д.) хранится в корзинах. Обручи, шнуры, скакалки размещены на стенах в разных местах .

Оборудование спортивного зала.

Технические характеристики

Параметры	Характеристика параметров
Общая площадь (кв. м)	70 кв.м.
Освещение естественное	4 окна
Освещение искусственное	6 ламп дневного света с защитой
Уровень освещенности	норма
Наличие системы пожарной безопасности	имеется
Наличие системы отопления	имеется
Возможность проветривания помещения	имеется
Поверхность пола (удобная для обработки)	имеется

Инфраструктура предметно – пространственной развивающей среды физкультурного зала

Название зоны	Цель	Задачи
Двигательно – игровая зона	Целенаправленное педагогическое воздействие на развитие основных движений, тренировку физиологических функций организма	Укреплять здоровье детей; Развивать двигательные навыки и физические качества; Расширять двигательный опыт; Создавать положительный эмоциональный настрой.
Зона спортивного оборудования: - традиционного, - нестандартного	Развитие двигательной сферы, разнообразие организации двигательной деятельности детей	Формировать умение использовать спортивное оборудование на занятиях и в свободной деятельности; Создавать вариативные, усложненные условия для выполнения двигательных заданий; Оптимизация режима двигательной активности; Повышать интерес к физическим упражнениям;
Зона метания	Ознакомление с различными способами метания	Развивать глазомер; Закреплять технику метания; Укреплять мышцы рук и плечевого пояса.
Зона прыжков	Создание условий для обучения прыжкам разного вида в соответствии с возрастом и Программой	Обучать технике прыжков; Развивать силу ног, прыгучесть; Использовать специальное оборудование.

Зона релаксации	Формирование благоприятного психо-эмоционального состояния	Создать условия для разгрузки позвоночника, мышечного расслабления, зрительные ориентиры, соответствующую музыку.
Зона профессиональной деятельности	Повышение профессионального уровня	Изучать новинки методической литературы; Составлять планы, конспекты занятий, праздников, развлечений и др. Подготовить наглядно-методический материал для родителей и педагогов.

Материально – техническая база

Оборудование физкультурного зала	шведская стенка; фортепиано; компьютер; магнитофон; гимнастические скамейки; гантели; гимнастические палки; мячи большие; мячи малые; мячи прыгуны; мячи массажеры; погремушки; ленточки; скакалки; кегли; кирпичики; бруски; дуга для подлезания; обручи модули
Атрибуты для подвижных и спортивных игр	маски; тоннель.
Нестандартное оборудование	«Корректирующая дорожка»; «Конусы»; «Змейка» « Пампушки»

3.2. Режим дня

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

В ДОУ используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум. См. основную образовательную программу МКДОУ стр. 35-42.

Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.)				
		В зависимости от возраста детей				
		2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	3 раза в неделю	3 раза в неделю	3 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
		9-10	15	20	25	30
	б) на воздухе				1 раз в неделю 25	1 раз в неделю 30

МОДЕЛЬ ОРГАНИЗАЦИИ СОВМЕСТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВОСПИТАТЕЛЯ С ВОСПИТАННИКАМИ

Воспитательно-образовательный процесс условно подразделен на:

- совместную деятельность с детьми: образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации основной образовательной программы дошкольного образования

Деятельность по реализации образовательной области «Физическая культура» в совместной деятельности педагога с детьми и самостоятельной деятельности детей

Образовательная область	Первая половина дня	Вторая половина дня
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Прием детей в детский сад на воздухе в теплое время года ◆ Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты) ◆ Гигиенические процедуры (обширное умывание, полоскание рта) ◆ Закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, обширное умывание, воздушные ванны) ◆ Физкультминутки на занятиях ◆ НОД по физкультуре ◆ Прогулка в двигательной активности 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Гимнастика после сна ◆ Закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком в спальне) ◆ Физкультурные досуги, игры и развлечения ◆ Самостоятельная двигательная деятельность ◆ Ритмическая гимнастика ◆ Прогулка (индивидуальная работа по развитию движений)

3.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

В основе лежит комплексно-тематическое планирование воспитательно - образовательной работы в ДОУ.

Цель: построение воспитательно–образовательного процесса, направленного на обеспечение единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, с учетом интеграции на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму» с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей.

Организационной основой реализации комплексно-тематического принципа построения программы являются примерные темы (праздники, события, проекты), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а так же вызывают личностный интерес детей к:

- Явлениям нравственной жизни ребенка
- Окружающей природе
- Миру искусства и литературы
- Традиционным для семьи, общества и государства праздничным событиям
- Событиям, формирующим чувство гражданской принадлежности ребенка (родной город, день народного единства, день защитника отечества и др.)
- Сезонным явлениям
- Народной культуре и традициям.

План спортивных праздников на 2017-2018 учебный год.

№ п/п	Мероприятия	Дата	Ответственные
1.	Спортивный праздник для детей 5-7 лет. «Путешествие в страну здоровья»	декабрь	Инструктор по физ-ре. Христюкова В Н
2.	«Бравые солдаты» (турнир между командами пап и сыновей) Корпус I и II	февраль	
3.	Клуб веселых и ловких (эстафетные соревнования)	март	

План спортивных развлечений на 2015-2016 учебный год.

№ п/п	Мероприятия	Дата	Ответственные
1	«Наша семья»	Сентябрь	Инструктор по физ-ре. Христюкова В Н
2	«Осенние забавы» - игровые соревнования с использованием муляжей овощей («Посади картошку», «Собери урожай», «Овощная и фруктовая корзина»...)	Октябрь	
3	«В стране Здоровья» - с использованием оздоровительных танцев по программе Ж.Филирëвой и Е. Сайкиной.	Ноябрь	воспитатели
4	« В гости к Лесовичку»	Январь	
5	«Путешествие в Спортландию»	Февраль	
6	«День открытых дверей – оздоровительные, подвижные, спокойные игры, игровые ситуации с привлечением родителей»	Март	
7	Аэробика - зверобика	Апрель	
8	Праздник детства – «Дошколята – спортивные ребята»	Май	
9	« День здоровья» - спортивный праздник на воздухе с использованием положительных и отрицательных сказочных героев – Айболит, Микробы, Грязь.	июнь	

3.4. ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ

Требования к развивающей предметно-пространственной среде.

1. Развивающая предметно-пространственная среда по физическому развитию обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ДОУ, группы, а также территории, прилегающей к ДОУ, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.
2. Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.
3. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать: реализацию различных образовательных программ; учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность; учет возрастных особенностей детей.
4. Развивающая предметно-пространственная среда содержательно-насыщенная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная.

В группах созданы условия для удовлетворения двигательной активности детей: физкультурный уголок, оснащённый мячами, дугами, досками для ходьбы, дорожками с ладошками и ступнями, мячами для прыгания, кольцебросами, спортивными играми: мячами, обручами. На территории ДОУ имеется спортивная площадка.

ДОУ самостоятельно определяет средства обучения, в том числе **технические, соответствующие материалы (в том числе расходные), игровое, спортивное, оздоровительное оборудование, инвентарь, необходимые для реализации Программы.**

3.5. ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

«Детство» Примерная основная образовательная программа дошкольного образования /Под редакцией Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцевой, разработанная в соответствии с ФГОС

Лайзане С.Я. «Физкультурные занятия в детском саду». – М., Просвещение, 1999г

Тагизаде Г.М. «Физическая культура для детей дошкольного возраста». М., «Медицина», 1971г.

Глазырина Л.Д. Физическая культура дошкольников Москва издательство Владос 1999

Литвинова, О.М Физкультурные занятия в детском саду /Ростов-на –Дону Издательство Феникс 2008

Маханева М.Д. Воспитание здорового ребёнка Москва 1998

Лайзане, С. Я. Физическая культура для малышей / С. Я. Лайзане. – М. : Просвещение, 1987.

Литвинова, М. Ф. Русские народные подвижные игры :Москва1986 .

Буцинская П.П. Васюкова В.И. Общеразвивающие упражнения в детском саду издательство Просвещение 1990