

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 98 общеразвивающего вида
Калининского района Санкт – Петербурга

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол от 27.08. 2020 года № 1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ
_____И.А.Фролова
Приказ от 28.08.2020 г.№ 174-ОД

С учётом мнения Совета родителей
Протокол от 27.08. 2020г. № 1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА по физическому развитию

Подготовительной группы № 10 общеразвивающей направленности На 2020 – 2021 учебный год

Программу разработала:
Инструктор по физической культуре
Декусар О.В.

Санкт – Петербург

Содержание программы.

I	Целевой раздел	
I.1	Пояснительная записка	3
I.2	Комплексно-тематическое планирование	5
I.3	Возрастные особенности воспитанников	14
I.4	Планируемые результаты освоения программы	14
II	Содержательный раздел.	
II.1	Содержание основных видов образовательной деятельности по физическому развитию	16
II.2	Учебная нагрузка	21
	Режим двигательной активности	21
II.3	Система физкультурно-оздоровительной работы	22
	Система закаляющих мероприятий	25
II.4	Интеграция с другими образовательными областями	26
II.5	Организованная деятельность с детьми	28
II.6	Планирование досуговой деятельности	37
II.7	Планирование по взаимодействию с педагогами	38
II.8	Система взаимодействия инструктора по физической культуре с семьей	39
III	Организационный раздел.	
III.1	Материально-техническое оснащение спортивного зала	41
III.2	Материально-техническое оснащение спортивной площадки	42
III.3	Учебно-методическое обеспечение	42
IV	Инновационные технологии. Парциальные программы.	44

I Целевой раздел образовательной программы.

I.1 Пояснительная записка.

Концепция модернизации Российского образования определяет обеспечение качества образования как главную задачу Российской образовательной политики. Важнейшей задачей модернизации является обеспечение доступности качественного образования, его индивидуализация и дифференциация. В связи с этим современное общество предъявляет новые требования к обеспечению стабильного функционирования и развития дошкольных образовательных учреждений: к организации учебно-воспитательного и коррекционно-оздоровительного процесса, выбору и обоснованию содержания основных и парциальных учебных программ, результатам образовательной деятельности.

Одним из наиболее перспективных направлений в системе дошкольного образования является поиск путей, обеспечивающих интеграцию образовательного процесса, ориентированного на развитие личности и предусматривающего в своей основе лично-ориентированную модель образования.

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана на основе Примерной основной образовательной программы дошкольного образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20.05.2015 №2/15) в соответствии с нормативно-правовыми документами:

в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и с учетом образовательной программой дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 98 общеразвивающего вида Калининского района Санкт – Петербурга.

При разработке Программы учитывались следующие нормативные документы:

на основе Примерной основной образовательной программы дошкольного образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20.05.2015 №2/15) в соответствии с нормативно-правовыми документами:

Федеральный уровень

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».

2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрировано в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г., № 30384).

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».

4. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ № 630н от 8 сентября 2014г Профессиональный стандарт «Инструктор-методист»;

5. ФГОС дошкольного образования, утвержденного приказом Минобрнауки России №1155 от 17 октября 2013г;

6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Региональный уровень

1. Закон Санкт-Петербурга от 17 июля 2013 года №461-83 "Об образовании в Санкт-Петербурге"

Локальные акты ГБДОУ:

1. Устав ГБДОУ детский сад № 98 Калининского района.

2. Основная образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 98 общеразвивающего вида Калининского района Санкт – Петербурга;

3. Положение о рабочей программе педагога ГБДОУ № 98.

Программа включает три раздела: целевой, содержательный и организационный, в каждом из которых отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений. Обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений, являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований ФГОС дошкольного образования.

Обязательная часть предполагает комплексность подхода, обеспечивая развитие воспитанников ОУ в области «Физическое развитие».

В части, формируемой участниками образовательных отношений, представлены методики, формы организации образовательной работы, выбранные и разработанные самостоятельно участниками образовательных отношений

Цель рабочей программы - обеспечение целостной и четкой системы планирования воспитательной образовательной деятельности, обеспечивающей позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение, игру, познавательно-исследовательскую деятельность и другие формы активности, в соответствии с Федеральным государственным стандартом дошкольного образования для обеспечения разностороннего развития детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, в том числе достижение детьми уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования, на основе индивидуального подхода и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности.

Достижение цели предусматривается через решение следующих задач:

1. охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; обеспечение развития личности, мотивации, способностей и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач, определенных Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее – ФГОС) укреплять здоровье воспитанников: способствовать гармоничному развитию всех мышечных групп; совершенствовать деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем; повышать адаптивность к факторам природной и социальной среды; развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации); накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании; усвоение правил здорового образа жизни, соответствующих собственным индивидуальным особенностям и возможностям

2. обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
3. создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
4. обеспечения вариативности и разнообразия содержания программы и организационных форм при реализации ее содержания;
6. повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей через организацию продуктивного взаимодействия;

Программа определяет содержание и организацию воспитательно - образовательного процесса детей с 1,5 до 7 лет.

Содержание образовательного процесса выстроено на основе следующих общеобразовательных программ *и технологий* для детей дошкольного возраста:

Образовательная программа ГБДОУ № 98

Горбатенко О.Ф., Попова Г.П. Физкультурно – оздоровительная работа в ДО.- Учитель , Волгоград,2012.

Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду (старшая группа) - М.: Мозаика-Синтез,2016.

«Физическая культура - дошкольникам» Л. Д. Глазыриной

«Са-Фи-Дансе» танцевально-игровая гимнастика для детей Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина

«Олимпийское образование дошкольников» С.О. Филиппова

Педагогическая диагностика проводится 2 раза в год фронтально и подгруппами, в октябре и мае.

Развлечения, досуги проводятся 1 раз в месяц во вторую половину дня, Неделя здоровья проводится 1 раза в год.

I.2 Программа составлена в соответствии с комплексно-тематическим планированием, принятым в ГБДОУ.

Комплексно-тематическое планирование.

<i>№п/п</i>	<i>тема</i>	<i>содержание</i>	<i>сроки</i>	<i>итоговые события</i>	<i>дата проведения итогового события</i>	<i>календарь событий</i>
1	Школа дружных дошколят	Адаптационный, тренирующий режимы. Мониторинг развития детей и уровня освоения образовательного процесса. Развивать у детей познавательную мотивацию, интерес к школе, книге. Создать положительную мотивацию при посещении детского сада. Продолжить знакомить детей с детским садом как с ближайшим окружением.	Сентябрь 1-4 недели	Организованное взрослыми развлечение «Умники и умницы»		1- День знаний 14-Осенины 21-Международный День мира 27-День воспитателя и всех дошкольных работников 29-Всемирный день моря

		Расширять представления о профессиях сотрудников (воспитатель, помощник воспитателя, музыкальный руководитель, руководитель физического воспитания, врач, медсестра, дворник, повар, др.) Формирование дружеских, доброжелательных отношений между детьми (коллективная художественная работа, песенки о дружбе, совместные игры, коммуникативные игры)				
2	Осень: кладовая леса	Расширять представления детей об осени: сезонные изменения в природе, одежде людей, на участке детского сада, в лесу. Расширять представления детей об осени как о времени сбора плодов в лесу (ягоды, грибы, орехи, др.) Воспитывать бережное отношение к природе. Развивать умения замечать красоту осенней природы, вести наблюдения за погодой.	Октябрь 1 неделя	Осенний праздник	конец октября	4 – Всемирный день животных 9 -День отца
3	Осень: во саду ли, в огороде	Расширять представления об осени как о времени сбора урожая (овощи, фрукты). Расширять представления о сельскохозяйственных профессиях. Формировать уважительное отношение к труду взрослых начальные представления о здоровом образе жизни.	2 неделя	Осенний праздник Тематическа я выставка «Где запрятан витамин»	конец октября	
4	Осень: животные и птицы	Расширять представления детей о лесных животных и птицах (перелетные, неперелетные) Расширять представления детей о некоторых особенностях поведения животных и птиц осенью. Знакомить с правилами безопасного поведения в природе.	3 неделя	Осенний праздник Тематическа я выставка «Где запрятан витамин»	конец октября	17-День лешего
5	Осень в нашем	Продолжить знакомить детей с детским садом как ближайшем социальном окружении ребенка (обратить	4 неделя	Осенний праздник	конец октября	

	городе	внимание на сезонные изменения на прогулочной площадке. Продолжить знакомить детей с осенними цветами. Привлекать детей к уходу за цветами (сбор семян, обрезка, пересадка) Расширять представления о профессии садовника и дворника. Формировать уважительное отношение к труду взрослых.		Создание альбома для рассматривания «Осенние цветики»		
6	Я и вся моя семья	Формировать начальные представления о здоровом образе жизни. Расширять представления детей о своей семье. Формировать первоначальные представления о родственных отношениях в семье (сын, дочь, мама, папа, др.) Закреплять знания детьми своего имени, фамилии, возраста; имен родителей. Знакомить детей с профессиями родителей. Воспитывать уважительное отношение к труду близких взрослых. Формировать положительную самооценку, образ Я (помогать каждому ребенку как можно чаще убеждаться в том, что он хороший, что его любят) Формировать элементарные навыки ухода за лицом и телом. Развивать представления о своем внешнем облике. Воспитывать эмоциональную на состояние близких людей, формирование уважительного, заботливого отношения к пожилым родственникам. Продолжать развивать гендерные представления.	Ноябрь 1-2 неделя	Неделя здоровья в рамках творческого проекта. Создание альбома «Моя семья» Реализация эко-проектов		3-День рождения С.Я.Маршака 7 – День согласия и примирения 10 – День работника МВД 11-День рождения Е. И. Чарушина
7	Мы – россияне, мы - горожане	Знакомить с родным городом. Формировать начальные представления о родном крае, его истории и культуре. Воспитывать любовь к родному краю. Расширять представления об особенностях жизни в городе в сравнении с особенностями жизни в деревне. Познакомить с некоторыми выдающимися людьми,	3-4 неделя	Создание книжек-самodelок с детским речетворчеством для		16-Международный день толерантности 18-День рождения Деда Мороза 21-Всемирный день приветствий 28-День матери России

		прославившими Россию. Формировать любовное и бережное отношение к матери, к ее роли в семье.		книжного уголка		30-День домашних животных
8	Город: виды транспорта	Расширять представления о видах транспорта и его назначении. Расширять представления о профессиях. Продолжить знакомить с профессиями, связанными с дорожным движением (полицейский, шофер, водитель автобуса, пожарный, др.)	Декабрь 1 неделя	Сюжетно-ролевая игра («Гараж», «Общественный транспорт», др.)		
9	Город: правила дорожного движения	Продолжить знакомить с правилами безопасного поведения на дороге (светофор, дорожные знаки, «зебра», др.) Расширять представления о зиме: сезонные изменения в природе, одежде людей, на участке детского сада, на улицах города. Знакомить с правилами поведения на улице и дороге зимой	2 неделя	Сюжетно-ролевая игра из серии «Движение с уважением»		9 - День героев отечества 14-Всемирный день детского телевидения и радиовещания
10	Новый год	Организовать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательной, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы Нового года и новогоднего праздника. Знакомить детей с новогодними традициями, историей елки, деда Мороза	3-4 неделя	Праздник «Новый год» Выставка детского творчества		20-Международный день солидарности людей 31-Новый год
11	Новогодние каникулы	Задания по маршрутам выходного дня	Январь 1-2 недели			7-Рождество
12	Зима: зимние виды спорта	Развлечения и др. мероприятия по организации двигательной активности детей.	3 неделя	Неделя здоровья в		11-Международный день «спасибо»

		Формировать первоначальные представления о здоровом образе жизни. Знакомить с зимними видами спорта.		рамках творческого проекта.		11-День заповедников 14-Старый Новый год
13	Зима	Расширять представления о зиме. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы. Развивать умение вести сезонные наблюдения, замечать красоту зимней природы. Формировать представления о безопасном поведении зимой. Формировать исследовательский и познавательный интерес в ходе экспериментирования с водой и льдом. Закреплять знания о свойствах снега и льда.	4 неделя	Зимушка - зима		21-Международный день объятий 22-День дедушки
14	Животные Арктики и Антарктики	Расширять представления о местах, где всегда бывает зима, о животных Арктики и Антарктики.	Февраль 1 неделя	Создание макета в экологическом уголке. Выставка детского творчества		
15	Богатырская сила	Приобщать к русской истории через знакомство с былинами о богатырях. Знакомить с народными играми в зимнее время.	2 неделя	Создание нового раздела в книжном уголке о богатырях Масленичные развлечения	Дата проведения подвижная	Масленица
16	День защитника	Осуществлять патриотическое воспитание. Знакомить с «военными» профессиями (солдат, танкист, летчик,	3-4 недели	Спортивный праздник с		17-День рождения А.Барто 23-День защитника отечества

	Отечества	моряк, пограничник), с военной техникой (танк, самолет, военный крейсер); с флагом России. Воспитывать любовь к Родине. Осуществлять гендерное воспитание (формировать у мальчиков стремление быть сильными, смелыми, стать защитником Родины; воспитывать в девочках уважение к мальчикам как будущим защитникам Родины).		папами. Изготовление подарков		
17	8 марта	Организовать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) вокруг темы семьи, любви к маме, бабушке, сестрам. Воспитывать уважение к воспитателям. Расширять гендерные представления. Привлекать детей к изготовлению подарков маме, бабушке, воспитателям.	Март 1 неделя	Праздник «8 марта» Организация тематических выставок.		1-Праздник прихода весны 3-Японский Праздник кукол 4-День бабушек 8-Международный женский день
18	Мамы разные нужны	Расширять представления о труде женщин дома (мытьё посуды, стирка, глажка, др.) и в социуме профессиях женщин (повар, портниха, балерина, доктор, продавец др.) Расширять представления о посуде, одежде.	2 неделя	Создание книжек-самоделок с детским речетворчеством. Создание альбома для рассматривания		13-День рождения С.В.Михалкова
19	Профессии и инструменты	Продолжить расширять представления о профессиях взрослых. Знакомить с инструментами, необходимыми для представителя той или иной профессии (повар – кастрюля, поварешка, др.; портниха – швейная	3 неделя	Тематический вечер развивающих игр		

		машинка, ножницы, иголка, др.; дворник – метла, др.)				
20	Если хочешь быть здоров...	Расширять представления о принадлежностях личной гигиены и их целевом использовании. Формировать начальные представления о здоровье здоровом образе жизни.	4 неделя	Тематическое развлечение на тему здорового образа жизни. Неделя здоровья		31-День рождения К.И. Чуковского 22-Всемирный день воды. День Балтийского моря 24-31-Неделя «Культура-детям» 27-Международный день театра
21	Книжкины именины	Организовать все виды детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения) для приобщения детей к словесному искусству, для формирования интереса к детской книге и воспитания уважительного отношения к ней.	Апрель 1 неделя	Тематический вечер развлечений, совместное театрализованное развлечение с родителями, выставка, посвященная детским книгам		1-День смеха. Международный день птиц 2-День рождения Г.-Х. Андерсена 4-Международный день детской книги 4-День рождения Ю. Васнецова
22	Народная игрушка	Расширять представления о народной игрушке (дымковская, матрешка и др.) Знакомить с народными промыслами. Продолжить знакомить с устным народным творчеством. Продолжить знакомить с устным народным творчеством	2 неделя	Выставка детского творчества		5-День посадки деревьев 7-Всемирный день здоровья
23	Игры и игрушки	Систематизировать знания детей об игрушках. Расширять представления о классификации игрушек	3 неделя	Неделя игры		12-День авиации и космонавтики

		(резиновые, деревянные, др.) Ориентировать формы работы с детьми и все виды деятельности для них на развитие игры				
24	Весна, весенние посадки	Расширять представления о весне. Развивать умение устанавливать простейшие связи между явлениями живой и неживой природы, вести сезонные наблюдения. Расширять представления о правилах безопасного поведения на природе. Воспитывать бережное отношение к природе. Формировать элементарные экологические представления. Приобщение детей к труду взрослых. Расширять представления о труде взрослых в весенний период (выращивание рассады, подготовка земли, обрезка, др.) Формировать бережное отношение к природе.	4 неделя	Подготовка рассады для высаживани я на участке Проведение совместного субботника с родителями	Дата проведения подвижная	11-Международный день памятников и исторических мест 22-Международный день Земли
25	Мониторинг	Фиксация индивидуальной динамики и перспектив развития каждого ребенка в ходе: • коммуникации со сверстниками и взрослыми (как меняются способы установления и поддержания контакта, принятия совместных решений, решения конфликтов, лидерства и пр.); • игровой деятельности; • познавательной деятельности (как идет развитие детских способностей, познавательной активности); • проектной деятельности (как идет развитие детской инициативности, ответственности и автономии, как развивается умение планировать и организовывать свою деятельность); • художественной деятельности; физического развития.	4 неделя	Заполнение персональн ых карт развития детей и карт мониторинг а образовател ьного процесса		

26	День Победы	Осуществлять патриотическое воспитание. Воспитывать любовь к Родине. Формировать представления о празднике, посвященном Дню Победы. Воспитывать уважение к ветеранам войны.	Май 1 неделя	Выставка детского творчества		1-Праздник труда 9-День победы
27	Весна: птицы	Продолжать расширять представления о перелетных и неперелетных птицах. Воспитывать бережное отношение к природе.	2 неделя	Создание книжек-самоделок по результатам маршрутов выходного дня в парки и сады города, поездок в лес		15-Международный день семьи
28	Весна: первоцветы, насекомые	Расширять представление о насекомых, цветах (весенние цветы, первоцветы, время появления) Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать ее красоту	3 неделя	Совместное развлечение с родителями		18- Международный день музеев
29	Здравствуй, лето!	Расширять представления детей о лете. Воспитывать бережное отношение к природе, умение замечать красоту летней природы. Расширять представления о сезонных изменениях (изменения в погоде, растения весной, поведение зверей и птиц). Знакомить с летними видами спорта. Формировать представления о безопасном поведении в лесу.	4 неделя	Выставка детского творчества		24-День парков

I.3 Возрастные особенности детей 6-7 лет

В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечнососудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела.

На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки.

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат и мускулатура) у детей 6-7 лет еще далеко до завершения. Кости детей содержат значительное количество хрящевой ткани, суставы очень подвижны, связочный аппарат легко растягивается, заканчивается формирование физиологических изгибов позвоночника. Скелетная мускулатура ребенка характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций и связок, хорошо развиты круглые мышцы живота, однако мелкие мышцы спины, имеющие большое значение для удержания правильного положения позвоночного столба, развиты слабее. К 6-7 годам заметно увеличивается сила мышц-разгибателей туловища, бедра и голени – это способствует развитию координированных двигательных актов (ходьба, бег, прыжки) и физических качеств (быстрота, сила, выносливость).

Уровень развития костно-мышечной системы и двигательного анализатора у детей, дает им возможность, кроме естественных движений (ходьба, бег, прыжки), имеющих место в повседневной двигательной активности, воспроизводить ряд сложных двигательных действий. Качество выполнения этих движений позволяет сделать заключение об определенной моторной зрелости детей 6-7 лет.

В старшем дошкольном возрасте на фоне общего физического развития улучшается подвижность, уравновешенность, устойчивость нервных процессов, накапливается резерв здоровья: снижается частота заболеваний, они протекают сравнительно легко, чаще всего без осложнений. Однако дети все еще быстро устают, «истощаются» и при перегрузках возникает охранительное торможение. Поэтому одним из основных условий эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста (6-7 лет) является учет их возрастных особенностей.

I.4 Планируемые результаты освоения программы

Целевые ориентиры образования на начальном этапе обучения

- Ребенок интересуется окружающим спортивным инвентарем и активно действует с ним; эмоционально вовлечен в действия с атрибутами для упражнений, игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий.
- Использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение спортивного инвентаря и оборудования (мяч, флажок, погремушка, лесенка и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в игровом поведении; проявляет навыки опрятности.
- Проявляет отрицательное отношение к грубости, жадности.
- Соблюдает правила элементарной вежливости (самостоятельно или по напоминанию говорит «спасибо», «здравствуйте», «до свидания»); имеет первичные представления об элементарных правилах поведения в спортивном зале и площадке.

- Владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия спортивного инвентаря и оборудования. Речь становится полноценным средством общения с другими детьми.
- Стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого. Эмоционально откликается на подвижную игру, предложенную взрослым, принимает игровую задачу.
- Проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им. Умеет играть рядом со сверстниками, не мешая им. Проявляет интерес к совместным играм небольшими группами.
- У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.). С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования

- Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.
- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликт. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.
- Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.
- Понимает, что все люди равны вне зависимости от их физических и психических особенностей.
- Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается.
- Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.
- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам. Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.
- Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения.
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
- Проявляет ответственность за начатое дело.

- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы на тему спорт.; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.
- Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе.
- Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде.
- Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.).
- Проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее спортивные достижения, важнейших спортивных событиях.
- Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.
- Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.
- Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

II. Содержательный раздел программы.

II 1. Содержание основных видов образовательной деятельности по «Физическому развитию»

Образовательная деятельность в режимных моментах

Физкультминутки

Подвижные игры и игровые упражнения, организуемые в помещении и на улице

(игры: с элементами спортивных игр, народные, сюжетные, бессюжетные, подвижно-дидактические)

Гимнастика: после сна, утренняя, дыхательная, на воспитание правильной осанки и профилактики плоскостопия, ритмопластика, пальчиковая, для глаз

Спортивные упражнения: катание на велосипеде и самокате

Досуги, организуемые в помещении и на участке

Прогулки-походы

Восприятие литературных произведений на тему «Спорт», с последующим свободным общением, с решением проблемных ситуаций

Рассматривание иллюстраций, фотографий на тему «Спорт» и «Здоровый образ жизни» в познавательных книгах и детских иллюстрированных энциклопедиях

Настольно печатные игры и игры-задания на тему «Спорт»: лото «Спорт» (разные варианты), «Отгадай вид спорта», «Чьи вещи?», «Кто больше?», серия игр «Я- спортсмен» (игровые, зимние и летние виды спорта), «Золотая коллекция спортивных игр», «Энциклопедия футбола», и т.д.

«Лабиринт», кроссворды, ребусы, «Что перепутал художник», «отгадай слова» и т.д.

Непосредственно образовательная деятельность

Игровая (на основе подвижных игр)

Сюжетно-игровая

На танцевальном материале

С использованием нестандартного оборудования

Тематическая

Проектная деятельность тематического характера, например, «Откуда взялся мяч?», «Где занимаются спортом?» и т.д.

Соревнования

Самостоятельная деятельность детей

Разнообразная двигательная деятельность

(самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, игры с элементами спорта, спортивные упражнения)

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедро), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимназическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку, Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5-7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу),

прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый - второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, снге. круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам.

Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч).

Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): наклоняться вперед, подняв руки вверх, держаруки в стороны. В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживаясь в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней упоре сзади. Садиться из положения лежа на спине (закрепив ноги) и снова ложиться. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; стоя, держась за опору, поочередно поднимать прямую ногу.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т.п.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Поднимать во время спуска заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания: проехать в воротца, попасть снежком в цель, сделать поворот. Участвовать в играх — эстафетах с санками.

Скольжение. Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки.

Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2-3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить.

Игры на лыжах. «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Катание на коньках. Самостоятельно надевать ботинки с коньками. Сохранять равновесие на коньках (на снегу, на льду). Принимать правильное исходное положение (ноги слегка согнуты, туловище наклонить вперед, голову держать прямо, смотреть перед собой). Выполнять пружинистые приседания из исходного положения. Скользить на двух ногах с разбега. Поворачиваться направо и налево во время скольжения, торможения. Скользить на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь. Кататься на коньках по прямой, по кругу, сохраняя при этом правильную позу.

Игры на коньках. «Пружинки», «Фонарики», «Кто дальше?», «Наперегонки», «Пистолетик», «Бег по кругу вдвоем» и др.

Катание на велосипеде и самокате. Ездить на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4—5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мячи друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.

Бадминтон. Правильно держать ракетку. Перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку. Свободно передвигаться по площадке во время игры.

Элементы настольного тенниса. Правильно держать ракетку. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену. Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.

Подвижные игры

С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей. «Кого называли, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

С ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?» .

Народные игры. «Гори, гори ясно», лапта.

Планируемые промежуточные результаты освоения Программы

Планируемые промежуточные результаты освоения Программы в подготовительной к школе группе совпадают с итоговыми результатами освоения Программы, поэтому они изложены в отдельном разделе, завершающем содержательную часть Программы.

Итоговые результаты освоения Программы

Планируемые результаты освоения детьми основной общеобразовательной программы дошкольного образования описывают интегративные качества ребенка, которые он может приобрести в результате освоения Программы:

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.

Образовательная область «Физическое развитие»

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 4-5 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.

Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.

Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

Усвоил основные культурно-гигиенические навыки (быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полоскает рот после еды, моет ноги перед сном, 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).

Совместная деятельность с семьей

Вовлечение родителей в образовательный процесс ДОУ:

- индивидуальные и групповые консультации
- оформление информационных стендов
- организация фотовыставок

Совместная деятельность

- привлечение родителей к организации спортивных соревнований
- проведение совместных досугов, занятий, прогулок, походов
- маршрутов выходного дня

II. 2. Учебная нагрузка.

Занятия: 3р в неделю по 30 мин. + 1 физкультурный досуг (в месяц)

Режим двигательной активности

Форма работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин)
Физкультурные занятия	- в помещении	2 раза в неделю (30-35)
	- на улице	1 раз в неделю (30-35)
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	ежедневно 10-12
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	Физкультминутки (в середине дня)	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц (40)
	Физкультурный праздник	2 раза в год до 60 мин.
	День здоровья	1 раз в квартал

Самостоятельная двигательная деятельность	Подвижные и спортивные игры	ежедневно
---	-----------------------------	-----------

II.3 Система физкультурно-оздоровительной работы

№	РАЗДЕЛЫ И НАПРАВЛЕНИЯ	СОДЕРЖАНИЕ	ДАТА	ОТВЕТСТВЕННЫЕ
1	Психологическое сопровождение развития ребёнка	Создание психологически комфортного климата в ГДОУ Личностно-ориентированная модель взаимодействия взрослого и ребёнка Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности	Постоянно	Воспитатели, Инструктор ф.к., Музыкальные руководители
2	Преодоление синдрома адаптации	Проведение коммуникативных игр на развитие эмоциональной сферы	В течение первых двух недель пребывания в детском саду	Воспитатели
3	Использование вариативных режимов дня пребывания ребёнка в ГБДОУ	Основной Гибкий Адаптационный Щадящий	По необходимости в течение года	Воспитатели
4	Оздоровительное и профилактическое сопровождение	<u>1 этап - предварительный</u> Диагностика состояния здоровья ребенка Физкультурные занятия на улице в сентябре и мае <u>2 этап – интенсивной профилактики</u> Аромомедальоны Аксолиновая мазь Использование в меню чеснока <u>3 этап – реабилитационный</u>	Сентябрь Сентябрь, май декабрь-март по плану по мере	Врач Инструктор ф.к., Мед.сестра ДШО Воспитатели, Мед.сестра ДШО, помощники

		Комплексы реабилитационных мероприятий Щадящий режим дня	необходимости	
5	Система работы с детьми по формированию основ здорового образа жизни	Развитие представлений и навыков здорового образа жизни Формирование основ безопасности жизнедеятельности	Постоянно, в течение года	Воспитатели
6	Частично регламентированная деятельность	Физкультурное занятие (в мае, сентябре и в летний период - на улице) Утренняя гимнастика (в мае, сентябре и в летний период - на улице) Динамическая пауза Физкультминутки Бодрящая гимнастика после сна Физкультурный досуг Спортивные праздники Подвижные и оздоровительные игры в помещении и на улице	3 раза в неделю Ежедневно Ежедневно Ежедневно Ежедневно 1 раз в месяц По плану Ежедневно	Инструктор ф.к., Воспитатели, Мед.сестра ДШО, Старший воспитатель
7	Нерегламентированная деятельность	Самостоятельная двигательная активность в помещении и на улице	Ежедневно	Воспитатели
8	Закаливание	<u>Воздушное</u> (сон без маек при t° в группе не ниже 16°) <u>Водное</u> (Обширное умывание лица и рук прохладной водой; полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры; питьевой режим) <u>В летний период</u> (Воздушные, солнечные ванны; питьевой режим; мытье ног водой; игры с водой)	Ежедневно	Врач, инструктор ф.к., Мед.сестра ДШО, воспитатели, помощники
9	Гигиенические процедуры	Соблюдение санитарно-гигиенических норм в группах. Соблюдение санитарного состояния помещений, участков, профилактика травматизма. Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков Соблюдение режима дня	Ежедневно	Воспитатели, помощники

10	Санитарно-просветительная работа с родителями	Проведение индивидуальных бесед с родителями при поступлении в ГБДОУ Своевременное информирование родителей об эпидемиях в городе, карантинах в ГБДОУ, сроках проведения диспансеризации и т.д. Информирование родителей о питании детей в ГДОУ, о состоянии здоровья ребенка, об оздоровительных и лечебно-профилактических мероприятиях	Постоянно	Воспитатели, Мед. сестра ДШО
11	Мероприятия по повышению квалификации персонала, санитарно-просветительная работа.	Консультации Для воспитателей: «Первая медицинская помощь». Для младших воспитателей: «Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима в групповых помещениях». Выпуск бюллетеней: «Детские инфекции – что нужно о них знать». «Плоскостопие. Что мы о нём знаем?»	Октябрь Январь	Старший воспитатель
12	Организация питания	Сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами	Постоянно	Мед.сестра ДШО

План оздоровительной работы

№	Разделы и направления работы	Формы работы
1.	Использование вариативных режимов дня	Типовой режим дня по возрастным группам Режим дня на плохую погоду Коррекция образовательной нагрузки Щадящий режим дня Адаптационный режим дня (для вновь поступивших детей)
2.	Психологическое сопровождение развития	Создание комфортного психологического климата в ДОУ, в группе Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности Личностно – ориентированный стиль взаимодействия педагогов с детьми Медико – педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период Раннее выявление детей с особенностями в развитии Формирование основ коммуникативной культуры со сверстниками, взрослыми

3.	<p>Формы организации режима двигательной активности ребенка;</p> <p>1. регламентированная деятельность</p> <p>2. частично регламентированная деятельность</p> <p>3. нерегламентированная деятельность</p>	<p>Утренняя гимнастика в зале и на свежем (кроме ясельной)</p> <p>Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию в зале и на свежем воздухе</p> <p>Динамические паузы</p> <p>Физкультминутки, физкультпаузы</p> <p>Бодрящая гимнастика после сна</p> <p>Подвижные игры на свежем воздухе и в помещении</p> <p>Спортивные игры</p> <p>Спортивные досуги и развлечения</p> <p>Спортивные праздники</p> <p>Самостоятельная двигательная активность детей в помещении и на прогулке</p>
4.	<p>Система работы с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни</p>	<p>Развитие представлений о здоровом образе жизни и навыков поддержания здоровья</p> <p>Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности</p> <p>Словесно – дидактические, сюжетно – ролевые игры по развитию представлений и навыков здорового образа жизни</p> <p>Моделирование ситуаций по формированию основ безопасности жизнедеятельности</p>
5.	<p>Оздоровительное и лечебно – профилактическое сопровождение:</p> <p>1. профилактические мероприятия:</p> <p>2. общеукрепляющие мероприятия:</p>	<p>Профилактика гриппа в осеннее – зимний период</p> <p>Адаптационные игры</p> <p>Режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, на занятиях по физической культуре, во время прогулок</p> <p>Режим проветривания и регулирования температурного режима в группе</p> <p>Питьевой режим</p> <p>Босохождение</p> <p>Воздушные ванны</p> <p>Воздушные и солнечные ванны вовремя весеннее – летнего периода</p> <p>Гимнастика для глаз</p> <p>Дыхательная гимнастика</p>

Система закаливающих мероприятий

Элементы повседневного закаливания	В холодное время года допускаются колебания температуры воздуха в присутствии детей
Воздушно-температурный режим	От + 20 до + 18 С

Одностороннее проветривание (в присутствии детей)	В холодное время проветривание проводится кратковременно (5-10 мин) Допускается снижение температуры на 1-2 С
Сквозное проветривание (в отсутствие детей):	В холодное время года проводится кратковременно (5-10 мин). Критерием прекращения проветривания помещения является температура воздуха, сниженная на 2-3 С
- утром, перед первым занятием	К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной
Утренняя гимнастика	В холодное время года проводится ежедневно в зале, одежда облегченная
Физкультурные занятия	Одно занятие круглогодично на воздухе
Физические упражнения	Ежедневно с учетом индивидуальных особенностей детей
Игровой массаж	Закаливающее дыхание, игровой массаж рук, ушей, стоп и другие виды.
Закаливание проводится на фоне теплого комфорта для организма ребенка, что достигается рациональным сочетанием метеорологических факторов среды, теплозащитных свойств одежды детей и уровня их двигательной активности. Учитываются индивидуальные особенности состояния ребенка и его эмоциональный настрой.	

II.4 Интеграция с другими образовательными областями «Познавательное развитие»

Развитие интереса у детей к физической культуре и спорту.

Развивать личную заинтересованность, ориентированную на овладение знаниями и навыками сохранения собственного здоровья.

Развивать память, внимание, логическое мышление и воображение, закреплять знания сенсорных эталонов.

Формирование первичных представлений о спортивных объектах, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форма мяча, материал, размер и т.д.). Развивать представление о социокультурных ценностях нашего народа через историю развития отечественного спорта.

Познакомить дошкольников с современным олимпийским движением, охватывающим людей разного пола, национальностей, двигательных и функциональных возможностей.

Познакомить дошкольников с доступными для этого возраста сведениями из истории олимпийского движения, как достижения общечеловеческой культуры.

- активация мышления детей через самостоятельный выбор игры, оборудования, перерасчет мячей и т.д.

- упражнения на ориентировку в пространстве,

- подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (например, имитация поведения животных и т.д)

- построение конструкций для подвижных игр и упражнений из мягких модулей, спортивного оборудования)- просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, о спортивных объектах Санкт-Петербурга и России, о здоровом образе жизни.

«Социально-коммуникативное развитие»

Формирование соответствующих форм поведения, на основании собственного опыта, вырабатывающиеся у ребенка как адекватные для конкретных условий.

- создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств
- побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников
- проведение подвижных игр
- игр-соревнований
- проведение соревнований в д/с

Формирование навыков безопасного поведения в подвижных играх и играх с элементами спорта, при выполнении основных движений, при пользовании спортивным инвентарем

- проведение инструктажа на тему «обеспечение безопасности при использовании спортивного оборудования», «правила поведения в спортивном зале» и т.д.
- тематические досуги по правилам: дорожного движения, поведения в природе и т.д.

Формировать ответственное отношение к порученному заданию. Приучать детей самостоятельно поддерживать порядок в спортивном зале и площадке

- участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования
- самообслуживание

«Речевое развитие»

Развитие свободного общения со взрослыми и детьми на тему «физическая культура и спорт», активизировать словарный запас за счет спортивной терминологии

- проговаривание действий и название упражнений
- поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности
- обсуждение пользы закаливания и занятий физическими упражнениями
- восприятие литературных произведений с последующим обсуждением
- сочинение рассказов, например, «Как я занимаюсь спортом»
- сочинение загадок (про спортивный инвентарь, виды спорта)
- подвижные (народные) игры с речевым сопровождением
- тематических (по сказкам) игр-соревнований
- проведение соревнований в д/с

«Художественно-эстетическое развитие»

Использование средств продуктивных видов деятельности для обогащения и закрепления содержания в области «физическая культура»

- оформление площадки и спортивного зала к праздникам и совместной деятельности
- использование в подвижных играх и упражнениях, изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, султанчики, мишени и т.д.)

- построение конструкций для подвижных игр и упражнений из мягких модулей, спортивного оборудования)

Использование художественных произведений для обогащения содержания области «физическая культура»

- игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок

- сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек

- восприятие литературных произведений с последующим обсуждением на тему «физическая культура и спорт»

Развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти. Удовлетворение потребности в самовыражении.

- использование упражнений ритмопластики

- выполнение общеразвивающих движений, основных движений под музыку

- использование музыкально-подвижных игр

- построение занятия на танцевальном материале

- прослушивание песен о спорте. Развитие эстетических чувств детей.

- привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида на занятиях физическими упражнениями (спортивная форма).

II.5 Непосредственно-образовательная деятельность.

Сентябрь

Тема Этапы Занятия	1-4 недели «Школа дружных дошколят» (30 мин.)				Интеграция образовательных областей
	<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: ходьба и бег в колонне по одному с соблюдением дистанции и фиксированием поворотов, с различным положением рук, сохраняя равновесие на повышенной опоре, ходьба прямо с мешочком на голове; правильно выполняют все виды основных движений; прыгают на 2-х ногах их обруча в обруч, перебрасывают мяч друг другу; 2-мя руками снизу, из-за головы 3м; самостоятельны в организации оптимальной двигательной деятельности сверстников, в том числе п/и, уверенно анализируют их.</p>				<p><u>Социально-коммуникативное развитие:</u> переживают состояние эмоционального комфорта от собственной двигательной деятельности и своих сверстников, её успешных результатов, сочувствуют спортивным поражениям и радуются победам; <u>Познавательное развитие:</u> проводить комплекс закаливающих процедур; формировать гигиенические</p>
Вводная часть	<p>Построение в колонну по одному, расчет на первый –второй, перестроение из одной колонны, ходьба на носках, пятках, с разным положением рук, бег в колонне, на носках, бег с выбрасыванием прямых ног вперед и забрасыванием их назад, челночный бег, с высоким подниманием колен.</p>				
ОРУ	<p>Без предметов Пензулаева Л.И. стр.9</p>	<p>С флажками Пензулаева Л.И. стр. 12</p>	<p>С малым мячом Пензулаева Л.И. стр. 15</p>	<p>С гимнастической палкой Пензулаева Л.И. стр. 17</p>	
Основные виды движений	<p>1.Ходьба по гимнастической скамейке с</p>	<p>1.Прыжки с поворотом «кругом», доставанием до предмета;</p>	<p>1.Подбрасывание мяча одной рукой и ловля его двумя</p>	<p>1. Ползание по скамейке на коленях и ладонях; 2.ходьба по наклонной</p>	

	перешагиванием (боком приставным шагом); 2.прыжки с места на мат (через набивные мячи); 3.перебрасывание мячей, стоя в шеренгах, двумя руками снизу (из-за головы); 4.ползание на животе по гимнастической скамейке.	2. метание в горизонтальную, в вертикальную цель; 3. пролезание в обруч (под шнур) разноимённым способом; 4. ходьба по гимнастической скамейке с перекатыванием перед собой мяча двумя руками.	руками; 2. ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков; 3.ходьба по скамейке, с приседанием на одной ноге другой мах вперёд и в бок; 4. прыжки через скакалку.	доске и спуск по гимнастической стенке; 3.прыжки с места в даль; 4. перебрасывание мяча из одной руки в другую.	навыки: приучать детей к мытью рук прохладной водой после окончания физ.упр. и игр; аккуратно одеваться раздеваться; соблюдать порядок в своём шкафу; формировать навык ориентировки в пространстве.
Подвижные игры	«Ловишки»	«Мышеловка»	«Удочка»	«Не попадись»	
Малоподвижные игры	«Вершки и корешки»	«Летает – не летает»	Ходьба с выполнением заданий, дыхательные упражнения	«Фигуры»	

Октябрь

Тема Этапы Занятия	1 неделя «Осень: кладовая леса» (30 мин.)	2 неделя «Во саду ли, в огороде» (30 мин.)	3 неделя «Звери и птицы» (30 мин.)	4 неделя «Осень в нашем городе» (30 мин.)	Интеграция образовательных областей
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (ходьба, бег, ползание, прыжки, бросание, метание); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические и закаливающие процедуры; аккуратно одеваться и раздеваться; соблюдает порядок в своем шкафу); проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции при выполнении упражнений.					<u>Социально-коммуникативное развитие:</u> обсуждать пользу проведения ежедневной утренней гимнастики, правильного питания.
Вводная часть	Построение в колонну по одному, по 2, ходьба и бег до 1 мин. с перешагиванием ч/з бруску, по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, пятках, в чередовании, на внешних сторонах стопы.				<u>Познавательное развитие:</u> проводить комплекс
ОРУ	Без предметов	С обручем	На гимнастической	С мячом	

	Пензулаева Л.И. стр.21	Пензулаева Л.И. стр. 23	скамейке Пензулаева Л.И. стр. 25	Пензулаева Л.И. стр. 27	закаливающих процедур; расширять представления о ЗОЖ;
Основные виды движений	1.Ходьба по гимнастической скамейке руки за головой, на середине присесть; 2.прыжки на правой и левой ноге через шнуры, (40см); 3.броски малого мяча вверх и ловля его двумя руками.	1.Прыжки с высоты (40см) на полусогнутые ноги на мат; 2. отбивание мяча одной рукой на месте и с продвижением вперед; 3. ползание на ладонях и ступнях («по-медвежь») в прямом направлении.	1.Ведение мяча по прямой; 2. ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков; 3.ходьба (по рейке) по скамейке, с приседанием на одной ноге другой мах вперед и в бок.	1. Ползание на четвереньках в прямом направлении, подталкивая мяч головой, под дугой; 2.прыжки на правой и левой ноге между предметами; 3.ходьба по скамейке, хлопая в ладоши перед собой и за спиной на каждый шаг.	<u>Художественно-эстетическое развитие:</u> знакомить с новыми элементами ритмической гимнастики, проводить игры под муз. сопровождение.
Подвижные игры	«Перелет птиц»	«Не оставайся на полу»	«Удочка»	«Вышибалы»	
Малоподвижные игры	«Эхо»	Ходьба в колонне по одному	«Летает-не летает»	Ходьба в колонне по одному	

Ноябрь

Тема Этапы Занятия	1-2 недели «Я и вся моя семья» (30 мин.)	3-4 недели «Мы – россияне, мы – горожане» (30 мин.)	Интеграция образовательных областей
	<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет соответствующими возрасту основными движениями (пролезание ч/з обруч, прыжки на 2-х ногах через препятствие, перелезание с преодолением препятствий); самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические процедуры; проявляет активность при участии в п/и, выполнении простейших танцевальных движений во время ритмической гимн.; выражает положительные эмоции при выполнении упражнений, слушая музыкальные произведения, сопровождающие ритмическую гимнастику.</p>		<p><u>Социально-коммуникативное развитие:</u> побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время игр;</p> <p><u>Познавательное развитие:</u> ориентироваться в</p>
Вводная часть	<p>Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево и бег по кругу, змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко</p>		

	поднимая колени; враспынную, с остановкой по сигналу.				пространстве, понимать смысл пространственных отношений (влево-вправо, вверх-сниз), следить за опрятностью своей спорт.формы, убирать спорт. инвентарь.
ОРУ	Без предметов Пензулаева Л.И. стр.31	С короткой скакалкой Пензулаева Л.И. стр. 33	С кубиками Пензулаева Л.И. стр. 35	Без предметов Пензулаева Л.И. стр. 38	
Основные виды движений	1.Ходьба по канату (шнуру) боком, приставным шагом; 2.прыжки на двух ногах через шнуры, (40см); 3.эстафета с мячом «Мяч водящему».	1.Прыжки через скакалку; 2. ползание по гимн.скамейке с мешочком на спине; 3. броски мяча друг другу стоя в шеренгах (из-за головы).	1.Ведение мяча по прямой; 2. подлезание под дугу; 3.ходьба на носках, руки за головой между набивными мячами.	1. Лазание по гимн.стенке с переходом на другой пролет (по диагонали); 2.прыжки на двух ногах через шнур справа и слева по переменно ; 3.ходьба по скамейке боком приставным шагом, на середине присесть, руки вперед; 4.бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками.	
Подвижные игры	«Догони свою пару»	«Фигуры»	«Дом, крепость, река»	«Мы - весёлые ребята»	
Малоподвижные игры	«Угадай чей голосок?»	«Затейники»	«Летает-не летает»	Ходьба в колонне по одному	

Декабрь

Тема Этапы Занятия	1 неделя «Город: виды транспорта» (30 мин.)	2 неделя «Правила дорожного движения» (30 мин.)	3 неделя «Новый год» (30 мин.)	Интеграция образовательных областей
Планируемые результаты развития интегративных качеств: самостоятельно и при небольшой помощи выполняет гигиенические процедуры; выражает положительные эмоции при выполнении упражнений, слушая музыкальные				<u>Социально-коммуникативное развитие:</u>

произведения, сопровождающие ритмическую гимнастику.					<p>обсуждать с детьми виды дыхательных упражнений и технику выполнения;</p> <p><u>Познавательное развитие:</u> убирать спорт. инвентарь;</p> <p><u>Речевое развитие:</u> рассказывать о пользе дыхательных упражнений; знакомить с новыми спортивными терминами.</p>
Вводная часть	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево и бег по кругу, змейкой, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; враспынную, с остановкой по сигналу.				
ОРУ	В парах Пензулаева Л.И. стр.41	Без предметов Пензулаева Л.И. стр. 43	С мячом Пензулаева Л.И. стр. 45	Без предметов Пензулаева Л.И. стр. 47	
Основные виды движений	1.Ходьба боком приставным шагом с мешочком на голове, перешагивая через набивные мячи; 2.прыжки на двух ногах между предметами; 3. бросание мяча о стенку одной рукой и ловля его после отскока о пол двумя руками.	1.Прыжки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед; 2. эстафета с мячом «Передача мяча в колонне»; 3. ползание по скамейке на ладонях и коленях.	1.Подбрасывание мяча вверх правой и левой рукой вверх и ловля его двумя руками; 2. ползание по гимнастической скамейке на животе, хват с боков; 3.ходьба по рейке приставляя пятки одной ноги к носку другой, руки за голову или на пояс.	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и ступнях; 2.ходьба по гимнастической скамейке боком с мешочком на голове ; 3.прыжки на двух ногах с зажатым мешочком между колен.	
Подвижные игры	«Цветные автомобили»	«Такси»	«Заморожу»	«По местам»	
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Эхо»	По выбору детей	«Эхо»	

Январь

Тема	1-2 недели Новогодние каникулы	3 неделя «Зимние виды спорта» (30 мин.)	4 неделя «Зима» (30 мин.)	Интеграция образовательных областей
Этапы Занятия				
Планируемые результаты развития интегративных качеств: владеет умением передвигаться между предметами и сравнивать их по размеру; умеет ориентироваться в пространстве во время ходьбы и бега; владеет соответствующими				<u>Социально-коммуникативное развитие:</u>

возрасту основными движениями; проявляет активность при участии в п/и; выполняет танцевальные движения с учётом характера музыки, проявляет интерес к участию в музыкальных играх.					формировать умение владеть способом ролевого поведения в игре и считаться с интересами товарищей; обсуждать пользу массажа; <u>Познавательное развитие:</u> формировать умение двигаться в заданном направлении, используя систему отсчёта; <u>Речевое развитие:</u> рассказывать о пользе массажа, формировать словарь.
Вводная часть	Построение в колонну, перестроение в круг, в две, в три колонны, повороты вправо, влево и бег по кругу, змейкой, по диагонали, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; челночный бег.				
ОРУ	С гимнастической палкой Пензулаева Л.И. стр.50	С кубиками Пензулаева Л.И. стр.53	С мячом Пензулаева Л.И.стр.55	Со скакалкой Пензулаева Л.И. стр.57	
Основные виды движений	1.Ходьба по узкой поверхности с мешочком на голове, руки произвольно; 2.прыжки через препятствия (набивные мячи, бруски); 3. проведение мяча с одной стороны зала на другую (отбивание мяча одной рукой).	1.Прыжки в длину с места (на мат); 2. «поймай мяч» упражнение в тройках; 3. ползание по прямой, подталкивая мяч впереди себя головой.	1.Подбрасывание мяча Вверх одной рукой и ловля его двумя руками; 2.лазание под шнур правым и левым боком, не касаясь верхнего края; 3.ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом с перешагиванием через кубики.	1. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях, мешочек на спине; 2.ходьба по двум гимнастическим скамейкам парами, держась за руки; 3.прыжки через короткую скакалку различными способами.	
Подвижные игры	«День и ночь»	«Совушка»	«Ловишки парами»	«Два мороза»	
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Эхо»	По выбору детей	«Эхо»	

Февраль

Тема Этапы Занятия	1 неделя «Животные Арктики и Антарктики» (30 мин.)	2 неделя «Богатырская сила» (30 мин.)	3-4 недели День защитника Отечества (30 мин.)	Интеграция образовательных областей
--------------------------	--	---	---	-------------------------------------

Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполнение команд «вперёд, назад, кругом» при ходьбе, умеет соблюдать правила игры и меняться ролями.					<u>Социально-коммуникативное развитие:</u> формировать навыки безопасного поведения во время проведения закаливающих процедур, побуждать детей к самооценке; <u>Познавательное развитие:</u> рассказывать о пользе закаливания, знакомить как правильно подобрать атрибуты для подвижных игр.
Вводная часть	Ходьба по диагонали, змейкой, бег в колонне по одному, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, бег боком (правое-левое плечо впереди), перестроение в круг и три колонны, бег до 2 мин., ходьба с выполнением заданий.				
ОРУ	С обручем Пензулаева Л.И. стр.59	С гимнастической палкой Пензулаева Л.И. стр.61	Без предметов Пензулаева Л.И. стр.64	С мячом Пензулаева Л.И. стр.65	
Основные виды движений	1.Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через набивные мячи; 2.броски мяча в середину между шеренгами одной рукой, ловля двумя руками; 3. прыжки на двух ногах через короткие шнуры.	1.Подскоки на правой и левой ноге попеременно, продвигаясь вперед; 2. переброска мяча друг другу, стоя в шеренгах, двумя руками от груди; 3. лазание под дугу прямо и боком.	1.Лазание на гимнастическую стенку, с переходом на другой пролёт; 2.ходьба парами по стоящим рядом параллельно гимнастическим скамейкам, держась за руки; 3. «Попади в круг» метание мешочков правой и левой рукой в обручи (2,5 м).	1. Ползание на четвереньках между предметами, не задевая их; 2.ходьба по гимнастической скамейке с хлопками перед собой и за спиной на каждый шаг; 3.прыжки из обруча в обруч, без паузы, используя взмах руками.	
Подвижные игры	«Пингвины»	«Мороз – Красный нос»	«Не попадись»	«Жмурки»	
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Затейники»	По выбору детей	«Угадай, чей голосок?»	

Март

Тема	1 неделя 8 марта	2 неделя «Мамы разные нужны»	3 неделя «Профессии и	4 неделя «Если хочешь быть	Интеграция образовательных областей
Этапы					

Занятия	(30 мин.)	(30 мин.)	инструменты» (30 мин.)	здоров» (30 мин.)	
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполнение команд «вперёд, назад, кругом» при ходьбе, умеет соблюдать правила игры и меняться ролями.</p>					<p><u>Социально-коммуникативное развитие:</u> побуждать детей к проявлению нравственных качеств (доброту, отзывчивость, терпение); <u>Познавательное развитие:</u> закреплять умения двигаться в заданном направлении по сигналу; подбирать атрибуты для игр; убирать спорт. инвентарь <u>Художественно-эстетическое развитие:</u> обогащать словарь, знакомить с новыми терминами.</p>
Вводная часть	Перестроение в колонну по одному и по 2, ходьба и бег в рассыпную, с перешагиванием через бруски; по сигналу поворот в другую сторону, ходьба на носках, на пятках, на внешних сторонах стопы.				
ОРУ	С мячом Пензулаева Л.И. стр.73	С флажками Пензулаева Л.И. стр.75	С гимнастической палкой Пензулаева Л.И.стр.77	Без предметов Пензулаева Л.И. стр.79	
Основные виды движений	1.Ходьба по гимнастической скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись соблюдая равновесие; 2. прыжки на двух ногах продвигаясь вперед до ориентира, выполнять в шеренгах; 3. «Передача мяча в шеренгах» эстафета с мячом.	1.Прыжки через короткую скакалку; 2. перебрасывания мяча через верёвку двумя руками; 3. подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	1.Метание мешочков в горизонтальную цель; 2.ходьба парами по стоящим рядом параллельно гимнастическим скамейкам, держась за руки; 3. ползание на спине по гимнастической скамейке.	1. Лазание на гимнастическую стенку; 2.ходьба по гимнастической скамейке перешагивая через бруски; 3.прыжки на правой и левой ноге между предметами.	
Подвижные игры	«Северный и южный ветер»	«Затейники»	«Волк во рву»	«Бездомный заяц»	
Малоподвижные игры	«Ключи»	«Тихо-громко»	«Море волнуется»	«Угадай, чей голосок?»	

Апрель

Тема	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Интеграция образовательных
------	----------	----------	----------	----------	----------------------------

Этапы Занятия	«Книжкины именины» (30 мин.)	«Игры и игрушки» (30 мин.)	«Весна» (30 мин.)	Мониторинг (30 мин.)	областей
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполнение команд «вперёд, назад, кругом» при ходьбе, умеет соблюдать правила игры и меняться ролями.</p>					<p><u>Социально-коммуникативное развитие:</u> побуждать детей к проявлению нравственных качеств (доброту, отзывчивость, терпение);</p> <p><u>Познавательное развитие:</u> закреплять умения двигаться в заданном направлении по сигналу; подбирать атрибуты для игр; убирать спорт. инвентарь</p> <p><u>Художественно-эстетическое развитие:</u> обогащать словарь, знакомить с новыми терминами.</p>
Вводная часть	Ходьба на счёт четыре, на носках, правым боком, спиной вперёд, левым боком, бег на носках пронося прямые ноги через стороны; по сигналу притоп, бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево.				
ОРУ	С мячом Пензулаева Л.И. стр.81	С обручем Пензулаева Л.И. стр.83	Без предметов Пензулаева Л.И. стр.85	На гимнастической скамейке Пензулаева Л.И. стр.87	
Основные виды движений	1.Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной; 2. прыжки на двух ногах вдоль шнура; 3. перебрасывать мячи в шеренгах.	1.Прыжки в длину с разбега; 2. броски мяча друг другу в парах; 3. подлезание под шнур, не касаясь руками пола.	1.Метание мешочков на дальность; 2. ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине; 3. прокатывание обручей друг другу.	1. Бросание мяча в шеренгах; 2. прыжки в длину с разбега; 3.ходьба с мешочком на голове по скамейке.	
Подвижные игры	«Охотники и зайцы»	«Космонавты»	«Горелки»	«Ручеёк»	
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному	«Тихо-громко»	«Море волнуется»	«Кто ушёл?»	

Май

Тема	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	Интеграция образовательных областей
Этапы Занятия	День Победы (30 мин.)	«Весна: птицы» (30 мин.)	«Весна: первоцветы, насекомые»	«Здравствуй, лето» (30 мин.)	

			(30 мин.)		
Планируемые результаты развития интегративных качеств: знает о пользе закаливания и проявляет интерес к выполнению закаливающих процедур; соблюдает правила безопасности при выполнении прыжков на двух ногах с продвижением вперед и через препятствия, владеет техникой перебрасывания мяча с учётом правил безопасности; знает значение и выполнение команд «вперёд, назад, кругом» при ходьбе, умеет соблюдать правила игры и меняться ролями.					<u>Социально-коммуникативное развитие:</u> побуждать детей к проявлению нравственных качеств (доброту, отзывчивость, терпение); <u>Познавательное развитие:</u> закреплять умения двигаться в заданном направлении по сигналу; подбирать атрибуты для игр; убирать спорт. инвентарь <u>Художественно-эстетическое развитие:</u> обогащать словарь, знакомить с новыми терминами.
Вводная часть	Ходьба в парах, на носках, правым боком, спиной вперёд, левым боком, с перекатом с пятки на носок, бег широким шагом; бег змейкой по диагонали, повороты направо, налево.				
ОРУ	С обручем Пензулаева Л.И. стр.89	С мячом Пензулаева Л.И. стр.91	Без предметов Пензулаева Л.И. стр.93	С гимнастической палкой Пензулаева Л.И. стр.95	
Основные виды движений	1.Ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг передавать мяч перед собой и за спиной; 2. прыжки с ноги на ногу, продвигаясь вперёд; 3. метание набивного мяча.	1.Прыжки в длину с места; 2. ведение мяча одной рукой продвигаясь вперёд; 3. пролезание в обруч прямо и боком.	1.Метание мешочков на дальность; 2. ходьба по гимнастической скамейке приставляя пятка к носку ; 3. ползание по гимнастической скамейке на животе, хват с боку.	1. Лазание по гимнастической стенке с переходом на другой пролёт; 2. прыжки между кеглями; 3.ходьба с мешочком на голове по скамейке.	
Подвижные игры	«Салют»	«Коршуны и ласточки»	«Бабочки и стрижи»	«Кот и мыши»	
Малоподвижные игры	«Великаны и гномы»	«Летает – не летает»	«Море волнуется»	«Кто ушёл?»	

II. 6 Планирование досуговой деятельности

тема	название досуга	сроки проведения
«До свиданье лето, здравствуй детский сад»	«Детский сад наш дом родной»	сентябрь
«Мой город, моя страна»	«Наш друг светофор»	октябрь
«Мой город, моя страна, моя планета»	«Венок дружбы»	ноябрь

«Скоро-скоро Новый год!»	«Нам мороз нипочем»	декабрь
«Зима»	«Зимний олимпийский калейдоскоп»	январь
«День защитника отечества»	«Я бы в армию пошел пусть меня научат»	февраль
«8 марта»	«Эй, ухнем!»	март
«Весна»	«Цвети земля»	апрель
«День Победы»	«Край любимый, край родной»	май
«Животные и растения летом»	«Здравствуй, лето!»	июнь

II. 7 Планирование по взаимодействию инструктора по физической культуре с педагогами дошкольного учреждения

Формы работы	содержание	срок	ответственные
ВПК	Медико-педагогическая комиссия	октябрь май	Мед.Сестра ДШО Старший воспитатель воспитатели, инструктор ф.к., музыкальный руководитель
Консультации групповые	- «Формирование у детей потребности в здоровом образе жизни через организацию тематических прогулок и совместную деятельность с родителями» -«Интеграция экологического и физического воспитания дошкольников – прямой путь к сохранению и укреплению здоровья» - «Спортивные игры и упражнения зимой: задачи, методика, профилактика травматизма» - «Подвижные игры – как средство педагогики в экологическом воспитании детей»	сентябрь октябрь декабрь, январь апрель, май	Инструктор ф.к. воспитатели
Индивидуальные консультации	Проводятся по мере необходимости «Педагогическое руководство двигательной деятельностью детей. Двигательные предпочтения детей»	в течение года	

II. 8 Система взаимодействия инструктора по физической культуре с семьей

Сроки	Собрания, беседы, консультации	Совместные мероприятия	Информация
Сентябрь	Выступления на родительском собрании, консультации: -«Особенности физического развития детей» (в каждой возрастной группе). -«Физиологические механизмы оздоровительного воздействия занятий физическими упражнениями на организм ребенка»	Участие родителей в группе поддержки (болельщики) на муниципальных спортивных соревнованиях «Туристический слет»	«Общие гигиенические требования к спортивной одежде и обуви, её значение» Спортивные секции для детей Калининского района
Октябрь	Консультация на тему: -«Пути активизации двигательной активности детей с учетом их индивидуальных особенностей и состояния здоровья» (индивидуально)	Оказание помощи в благоустройстве спортивной площадке - субботник	-«Прогулка – незаменимое средство в оздоровлении детей» -«Признаки психомоторного неблагополучия во внешних проявлениях ребенка» -«Смелее малыш» (домашний спортивный комплекс)
Ноябрь	Консультация на тему: -«Здоровье детей в наших руках»	-Участие в спортивном развлечении для детей старшего дошкольного возраста «Папа, мама, я – спортивная семья» -Участие родителей в группе поддержки (болельщики) на муниципальных спортивных соревнованиях	«Надежная наша опора» (профилактика плоскостопия) «Безопасность на дорогах» (игры в которые можно играть с ребенком в автомобиле) «Эх, саночки мои» (советы родителям по выбору санок)
Декабрь	Консультация на тему: «Выходной день (зимние каникулы) вместе с семьей – это здорово»	-«Зимние забавы» проведение п/и на площадке дошкольного учреждения	«Игры на снежной площадке» «Зима, забавы, правила - веселье должно быть безопасным» Советы родителям по обучению детей катанию на санках, ходьбе на лыжах

Январь	Консультация на тему: «Семейный досуг»	Развлечения с родителями на катке возле дома	«Снежная крепость» Советы родителям по обучению детей фигурному катанию «Подвижные игры зимой»
Февраль	Консультация на тему: «Режим двигательной активности дома»	Участие родителей в спортивном развлечении посвященного Дню защитника Отечества	«Профилактика искривления позвоночника» (упражнения для создание мышечного корсета)
Март	«Содержание детско-родительских игр и парных физических упражнений с детьми раннего и младшего возраста» (совместно с воспитателями)	Помощь в организации муниципальных спортивных соревнований (доставка детей до места соревнований, болельщики)	«Сделай сам» (старший д/в) «Игры с ветром» «Дышим правильно»
Апрель	Подготовка к фотовыставке	День открытых дверей Фотовыставка «Быть здоровым – здорово!» Оказание помощи в благоустройстве спортивной площадке – субботник	«Советы родителям по обучению детей катанию на роликах» «Игры с водой» «Игры с песком»
Май	Консультация на тему: «Организация пеших походов с детьми летом»	Участие родителей детей подготовительных групп в спортивном празднике	«Детская площадка на дачном участке» Советы родителям по обучению детей игре в бадминтон «Игра, как наше наследие»
Июнь	Индивидуальные консультации	Помощь в изготовлении атрибутов для проведения подвижных игр с экологическим содержанием	Советы родителям по обучению детей плаванию Советы родителям по обучению детей игре в городки «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»

III. Организационный раздел.

Проектирование и организация развивающей предметно – пространственной среды осуществлена в соответствии с требованиями к условиям реализации общеобразовательной программы дошкольного образования (ФГОС ДО (приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 г.)).

III.1. Материально-техническое оснащение спортивного зала

Наименование	количество (шт.)
<i>стандартное</i>	
гимнастические скамейки	4
«шведская» стенка	5
наклонная доска	2
наклонная лестница	1
канаты	1
мишени навесные	3
веревка (2,5м)	1
«воротики» (h 32-2, h 60-2)	4
флажки с логотипом Калининского района	10
флажки РФ	2
флажки цветные	30
кегли	15
обручи пластмассовые \varnothing 50 см	25
обручи пластмассовые \varnothing 70 см	10
обручи пластмассовые \varnothing 90 см	4
ленточки 50 см на кольце	6
ленточки короткие	20
гимнастические палки, деревянные	25
гимнастические палки, пластмассовые	10
мячи резиновые \varnothing 20см	20
мячи резиновые \varnothing 12см	5
мячи резиновые \varnothing 8см	10
мячи пластмассовые	100
ракетки для бадминтона	4
воланчики	2
кольцеброс	2
фитболы	10

скакалки	15
гантели пластмассовые	20
ориентиры	12
баскетбольные кольца, навесные	2
сетка волейбольная	1
коврики для выполнения упражнения	15
магнитофон	1
Флэш-носитель	1
<i>тренажеры</i>	
Информационно-тренажерная система Тиса	1
<i>нестандартное</i>	
мячи hop (45см,)	2
мячи массажные	15
ходунки	2
ориентиры «следочки»	16

III.2 Материально-техническое оснащение спортивной площадки

Наименование	количество (шт.)
спортивный комплекс	1
площадка для игры в футбол	1

III.3 Учебно-методическое обеспечение по направлению «Физическая культура»

Рабочая программа и ее методическое обеспечение	Образовательная программа ГБДОУ д/с 98. Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста .- М.,Просвещение,1971. Осокина Т.И.,Тимофеева Е.А., Игры и развлечения детей на воздухе.- .- М.,Просвещение,1983. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду .- М.:ГНОМ и Д ,2006. Гаврилова В.В. Занимательная физкультура для детей 4-7 лет. Учитель , Волгоград,2009. Громова О.Е. Подвижные игры для детей .- М.: ТЦ Сфера , 2017. Николаева Н.И. Школа мяча .- – СПб: Детство-Пресс, 2013 Т.Е.Харченко Спортивные праздники в детском саду. - М.: ТЦ Сфера , 2017.
Парциальные	Железнова Е.Р. Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для дошкольников: – СПб: Детство-Пресс, 2013.

программы	<p>Алямовская В.Г. Программа «Здоровье». Раздел Физическая культура – дошкольникам» (2001) Автор – Л.Д. Глазырина Ж. Фирилёва, Е. Сайкина Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб: Детство-Пресс, 2007. Т.Е.Харченко Бодрящая гимнастика для дошкольников – СПб: Детство-Пресс, 2015. Т.Е.Харченко Утренняя гимнастика в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез,2016. Л.И. Пензулаева Оздоровительная гимнастика .Комплексы упражнений. М.: Мозаика-Синтез,2016. Подольская Е.И. Оздоровительная гимнастика. – Учитель , Волгоград,2012. Горбатенко О.Ф., Попова Г.П. Физкультурно – оздоровительная работа в ДО.- Учитель , Волгоград,2012. Коновалова Н.Г. Профилактика нарушения осанки у детей. Учитель , Волгоград,2012 Кириллова Ю.А. Навстречу Олимпиаде.- – СПб: Детство-Пресс, 2012. Недовесова Н.П. Профилактика и коррекция плоскостопия у детей . – СПб: Детство-Пресс, 2014. С.О. Филиппова «Олимпийское образование дошкольников» СПб: Детство-Пресс, 2007.</p>
Технологии и методические пособия	<p>Л. Н. Волошина, Ю. М. Исаенко. Игровые физкультурные занятия в разновозрастной группе.- Учитель , Волгоград,2012. Т. И. Кандава, О. А. Семкова. Занимаемся, празднуем, играем. - Учитель , Волгоград,2012. Е.К. Воронова. Формирование двигательной активности детей 5-7 лет. - Учитель, Волгоград,2012. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду (подготовительная группа) - М.: Мозаика-Синтез,2016.</p>
Дидактические игры	<p>«Узнай вид спорта по спортивному инвентарю» «Опиши спортсмена» «Разложи картинки на зимние, летние виды спорта» «Соедини линией спортсмена и спортивный инвентарь» «Четвёртый лишний» Лото «Спорт» Что лишнее? Угадай вид спорта Хорошо-плохо Раскраски Детские книги И т.д.</p>
Наглядные пособия	<p>Плакаты с изображением разных видов спорта Подбор картинок Энциклопедия Алгоритм выполнения движения Презентации</p>

Картотеки:

- общеразвивающие упражнения
- подвижные игры (по основным видам движений)
- физкультминутки (по цветам)
- народные подвижные игры
- сказкотерапия для дошкольников
- упражнения для кистей рук
- упражнения с разной двигательной активностью
- игровой стрейчинг
- оздоровительная гимнастика (профилактика сколиоза и плоскостопия)
- подражательные движения
- музыкальные записи

IV. Инновационные технологии. Парциальные программы.

Система образовательной работы с воспитанниками в контексте реализуемых программ и технологий направление «Физическая культура»

Название программы, технологии:

«Физическая культура – дошкольникам» (2001) Автор – Л.Д. Глазырина

Цель программы:

Оптимально реализовать оздоровительное, воспитательное и образовательное направления физического воспитания, учитывая индивидуальные возможности развития ребенка во все периоды дошкольного возраста.

Задачи:

Оздоровительные: обеспечение качественной работы по укреплению здоровья детей.

Воспитательные: обеспечение социального формирования личности ребенка, развитие его творческих сил и способностей.

Образовательные: обеспечение усвоения систематизированных знаний, формирование двигательных умений и навыков, развитие двигательных способностей.

Характеристика программы, технологии:

Программа способствует решению проблем физического воспитания детей дошкольного возраста с помощью нетрадиционных методов обучения.

Система занятий ориентирована на потенциальную социально-психологическую, интеллектуальную и физическую подготовку ребенка.

Для решения поставленных задач используются следующие элементы программы:

I квартал	II квартал	III квартал:
«Учимся правильно ходить» «Учимся правильно бегать, прыгать и метать» «Мы – туристы» «Стать красивым и стройным» «Играй, играй в игре умения добывай» «Стану выносливым» «Хочу стать ловким» «Мы бросаем далеко и в цель попадаем хорошо» Занятие №34 Занятие №35	Занятие №43 «Мы чуть-чуть хоккеисты» Занятие №46 Занятие №47 Занятие №49 Занятие №50 Занятие №51 «Зимой на воздухе» Занятие №57 «Здоровье и лыжи» Занятие №69 Занятие №72	Занятие №74 Занятие №76 Занятие №84 Занятие №86 Занятие №94 Занятие №96 «Среди красок природы» «Классики» «В борьбе за мяч» «По дорожкам нашего сада» Занятие 108

Название программы:

«Са-Фи-Дансе» (1998) Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина

Цель программы:

Содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

Задачи:

Укрепление здоровья:

способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;

формировать правильную осанку;

содействовать профилактике плоскостопия;

содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:

развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, проприоцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности;

содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;

Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;

Развивать ручную умелость и мелкую моторику

Развитие творческих и созидательных способностей, занимающихся:

развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;

Формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;

воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;

Развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Характеристика программы:

В пособии представлена оздоровительно-развивающая программа по танцевально-игровой гимнастике «Са-Фи-Дансе», рассчитанная на четыре года обучения детей от 3 до 7 лет, и конспекты уроков.

В программу входят средства по музыкально-ритмическому воспитанию детей, основной гимнастике, танцам и танцевально-ритмической гимнастике, а также игропластике, пальчиковой гимнастике, музыкально-подвижным играм, игровому самомассажу, сюжетным урокам и креативной гимнастике. Даны методические рекомендации по применению игрового метода проведения занятий и обучению двигательным действиям.

Используемые разделы программы:

Игроритмика	Игrogимнастика	Игротанцы	Танцевально-ритмическая гимнастика
<p>Специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка. Хлопки и удары ногой на сильную долю такта двухдольного и трехдольного музыкального размера.</p>	<p><i>Строевые упражнения.</i> Строевые приемы «Направо!», «Налево!», «Кругом!» при шаге на месте, переступанием. Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении. Упражнение типа задания в ходьбе и беге по звуковому сигналу, на внимание. Размыкание колонн на вытянутые руки вперед и в стороны. Перестроение из колонны по одному в колонну по три в движении с одновременным поворотом в сцеплении за руки и по ориентирам. <i>Общеразвивающие упражнения.</i> Упражнения без предмета. Прыжки на двух ногах и одной ногой, с ноги на ногу. <i>Общеразвивающие упражнения по типу «Зарядка».</i> Упражнения с предметами. Основные положения и движения в упражнениях с флажками, мячами, обручами (элементы классификационных групп). <i>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные</i> и на укрепление осанки. <i>Посегментное расслабление</i> из стойки руки вверх до упора присев и положения лежа на спине.</p>	<p><i>Танцевальные шаги.</i> Шаг с подскоком с различными движениями руками. Поочередное пружинное движение ногами в стойке ноги врозь. Нога в сторону на пятку с наклоном в сторону, руки в стороны. Основные движения русского танца: тройной притоп, «припадание» с поворотом, «Ёлочка», «Гармошка», «Ковырялочка» Основные движения танцев «Ча-ча-ча», «Самба», комбинации из изученных шагов. <u>Ритмические и бальные танцы.</u> «Танец с хлопками», «Тайм-степ», «Спенк», «Слоненок», «Круговая кадрили», «Московский рок», «Божья коровка».</p>	<p>Специальные композиции и комплексы упражнений «Марш», «Упражнение с флажками», «Три поросенка», «Упражнение с мячами», «По секрету всему свету», «Упражнение с обручами», «Ванька-Встанька», «Пластилиновая ворона».</p>

	<p>Посегментное расслабление ног из положения лежа на спине ноги вперед (в потолок). Расслабление всего тела, лежа на спине. Свободное, расслабленное раскачивание ноги, стоя боком к опоре на одной ноге и держась за нее. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях: с проговариванием, задержкой дыхания, подниманием и опусканием рук. Упражнения на осанку в образных и двигательных действиях («лодочка», «палочка» и др.), лежа на спине и на животе.</p>		
--	--	--	--

Работа с родителями: открытые занятия, дни открытых дверей, досуги, развлечения.

Название программы:

«Олимпийское образование дошкольников» (2007) С.О. Филиппова

Цель программы:

Ознакомление старших дошкольников с первоначальными сведениями об истории олимпийского движения

Задачи:

Создать у детей представления об Олимпийских играх как мирного соревнования в целях физического совершенствования людей, в котором участвуют народы всего мира.

Ознакомить дошкольников с доступными для детей этого возраста сведениями из истории олимпийского движения.

Способствовать формированию у детей интереса к занятиям физическими упражнениями через нравственный и эстетический опыт олимпизма.

Характеристика программы:

В данном пособии представлены методические материалы для подготовки педагогов к занятиям, а также примерные конспекты занятий. Используемый раздел программы:

Методические материалы для педагогов.

Примерные конспекты занятий: в группе, в спортивном зале, музыкальном зале, по рисованию, тематические физкультурные досуги.

Направление «Здоровье»

Название программы:

«Здоровье» (1993) В.Г. Алямовская

Цель программы:

Комплексная система воспитания ребенка – дошкольника, здорового физически, разносторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства.

Задачи:

Укрепление здоровья детей

Воспитание потребности в здоровом образе жизни.

Развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности.

Создание условий для реализации потребности в ДА

Характеристика программы:

Целевая программа, рассчитана на все возрастные группы. Направлена на развитие позитивной личности, у которой формируется отношение к себе и другим людям, природе и вещам, искусству, а также традициям и обычаям своего народа. Предполагает самостоятельного отбора воспитателем содержания обучения и воспитания.

Используемый раздел программы:

- Организация двигательной деятельности (режим двигательной активности)

- Лечебно-профилактическая работа, закаливание.

- Методики проведения закаливающих процедур: босохождение, питьевой режим, игровые дорожки, тепловой режим в зале, рекомендации к одежде

