

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом
Протокол № 1
от «31» 08 2022г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

инструктора по физической культуре

Срок реализации: 1 год

Новокузнецкий городской округ, 2022

Содержание

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы.....	3
1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы.....	3
1.1.3. Значимые характеристики и особенностей развития воспитанников.....	4
1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы	5

2. Содержательный раздел

2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития воспитанника.....	7
2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	12
2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	19
2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы	21
2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.....	24
2.6. Иные характеристики содержания рабочей программы.....	25
2.7. Взаимодействие учителя-логопеда и инструктора по физической культуре	27

3. Организационный раздел

3.1. Описание материально-технического обеспечения	28
3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	29
3.3. Режим дня.....	30
3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.....	31
3.5. Циклограмма организованной образовательной деятельности.....	32
3.6. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	34
Приложение	

1. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре (далее **рабочая программа**) муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 257» (далее **Учреждение**) разработана и реализуется в Учреждении на основе:

- образовательной программы дошкольного образования МБ ДОУ «Детский сад № 257».

1.1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы

Целью рабочей программы инструктора по физической культуре является достижение наилучших результатов по становлению творческой, интеллектуальной, духовно, физически и культурно-развитой личности, способной к осознанному восприятию явлений окружающего мира и саморазвитию.

Задачи:

- обеспечить условия охраны и укрепления здоровья воспитанников;
- развивать и обогащать двигательное творчество и воображение воспитанников, оздоровительную и коррекционную работу;
- формировать психическое здоровье и эмоциональное благополучие;
- развить способности и познавательную активность, логическое и творческое мышление, подготовки детей к школе;
- художественное развитие ребенка посредством театра, музыки, изобразительной деятельности;
- социально-нравственное развитие воспитанника, его социальная адаптация;
- организовывать дополнительные образовательные услуги за рамками проекта образовательной программы.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы

Принцип непрерывности – выражает основные закономерности построения занятий в физическом воспитании.

Принцип постепенного наращивания развивающе – тренирующего воздействия – постепенное увеличение нагрузок.

Принцип адаптивного сбалансирования динамики нагрузок – нормирование нагрузок.

Принцип цикличности – упорядочение процесса физического воспитания.

Принцип возрастной адекватности – учет возрастных и индивидуальных особенностей ребенка.

Принцип всестороннего и гармонического развития личности – содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее – физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое – развитие личности воспитанника.

Принцип оздоровительной направленности решает задачи укрепления здоровья воспитанника.

Подходы к формированию рабочей программы следующие:

✓ *Системный подход.* Сущность: относительно самостоятельные компоненты рассматриваются как совокупность взаимосвязанных компонентов: цели образования, субъекты педагогического процесса: педагог и воспитанник, содержание образования, методы, формы, средства педагогического процесса. Задача воспитателя: учет взаимосвязи компонентов.

✓ *Личностно-ориентированный подход.* Сущность: Личность как цель, субъект, результат и главный критерий эффективности педагогического процесса. Задача воспитателя: создание условий для саморазвития задатков и творческого потенциала личности.

✓ *Деятельностный подход.* Сущность: деятельность – основа, средство и условие развития личности, это целесообразное преобразование модели окружающей действительности. Задачи воспитателя: выбор и организация деятельности воспитанника с позиции субъекта познания труда и общения (активность самого).

✓ *Индивидуальный подход.* Сущность: учет индивидуальных особенностей каждого воспитанника. Задачи воспитателя: индивидуальный подход необходим каждому воспитаннику, как «трудному», так и благополучному, т.к. помогает ему осознать свою индивидуальность, научиться управлять своим поведением, эмоциями, адекватно оценивать собственные сильные и слабые стороны.

✓ *Аксиологический (ценностный) подход* предусматривает организацию воспитания на основе определенных ценностей, которые, с одной стороны, становятся целью и результатом воспитания, а с другой – его средством.

✓ *Компетентностный подход.* Основным результатом образовательной деятельности становится формирование основ компетентностей как постоянно развивающейся способности воспитанников самостоятельно действовать при решении актуальных проблем, т.е. быть готовым: решать проблемы в сфере учебной деятельности; объяснять явления действительности, их сущность, причины, ориентироваться в проблемах современной жизни; решать проблемы, связанные с реализацией определённых социальных ролей.

✓ *Культурологический подход* – методологическое основание процесса воспитания, предусматривающее опору в обучении и воспитании на национальные традиции народа, его культуру, национальные и этнические особенности.

1.1.3. Значимые характеристики и особенностей развития воспитанников

2 младшая группа

В младшем дошкольном возрасте дети наиболее подвижны их движения хаотично и не координированы. Задача физического воспитания в этом возрасте - развить у воспитанников интерес к процессу движения. Главным направлением работы является создание условий для творческого освоения эталонов движения воспитанниками в различных ситуациях. Большинство занятий направлено на освоение основных движений: ходьба, бега, прыжков, лазания, ловли и броски мяча, равновесию. Основные движения тесно сочетаются с подвижными играми. Эффективным приемом является описание воображаемой ситуации, в которой задействован известный персонаж «Зайка серенький сидит». Широко используется в занятиях упражнения на подражания, птичка летает, зайчик скачет. Все это создает благоприятные условия для развития двигательных навыков и физических качеств.

Средняя группа

Этот возраст является периодом интенсивного роста и развития ребенка. В развитии основных движений воспитанников происходят заметные качественные изменения: возрастает естественность и легкость их выполнения. На этом фоне особое внимание уделяется индивидуальным проявлениям воспитанников к окружающей их действительности.

Воспитывается устойчивый интерес к различным видам движений, к выполнению элементов выразительного образа двигательного действия. Формируются обобщенные представления о возможностях основного движения для включения его в различные виды деятельности.

Особое значение приобретают совместные сюжетно - ролевые игры. Они становятся в этом возрасте ведущим видом деятельности. На пятом году жизни ребенок быстро ориентируется в новых ситуациях, в состоянии выполнять ритмически согласованные простые движения, делает большие успехи в прыжках, метании и беге, пытается осваивать более сложные движения.

В обучении используются разнообразные игровые упражнения и игры.

Старшая группа

В старшем дошкольном возрасте происходит дальнейший рост и развитие всех органов и физиологических систем. Завершается процесс формирования скелетной мускулатуры, увеличивается длина верхних и нижних конечностей, происходит окостенение позвоночника.

Детям шестого года жизни доступно овладение сложными видами движений, способами их выполнения, а также некоторыми элементами техники. Во время ходьбы у большинства воспитанников наблюдаются согласованные движения рук и ног, уверенный широкий шаг и хорошая ориентировка в пространстве. На шестом году жизни у воспитанников значительно улучшаются показатели ловкости. Они овладевают более сложными координационными движениями, быстро приспосабливаются к изменяющимся ситуациям, сохраняют устойчивое положение тела в различных вариантах игр и упражнений.

К шести годам дети владеют всеми способами катания, бросания и ловли, метания в цель и вдаль, совершенствуется техника выполнения ползания и лазания, бега, различных видов прыжков.

Подготовительная к школе группа

К семи годам у детей увеличивается гибкость, возрастает амплитуда движений, отмечается высокая подвижность суставов за счет эластичности мышц и связок. Отмечается значительный прирост физической работоспособности и выносливости. В подготовительном возрасте дети способны достичь сравнительно высоких результатов в беге, прыжках, метании, бросании и ловле мяча, в лазанье, а также могут овладеть техникой простых элементов спортивных игр. Также отмечается значительный прирост физической работоспособности и выносливости. Дошкольники способны к продолжительной двигательной деятельности низкой и средней интенсивности.

1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы

Вторая младшая группа

К концу года воспитанники могут:

1. Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; выполнять задания воспитателя: остановиться, присесть, повернуться.
2. Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указанием воспитателя.
3. Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.
4. Ползать на четвереньках, лазать по лесенке – стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
5. Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее на 40 см.
6. Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1.5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 рза подряд и ловить; метать предметы правой левой рукой на расстояние не менее 5 м.
7. Выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии.

Средняя группа

К концу года воспитанники могут:

1. Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.
2. Лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками.
3. Принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 70 см.
4. Ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м; принимать правильное и.п. при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о пол не менее пяти раз подряд.
5. Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
6. Строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
7. Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую стороны.
8. Придумывать варианты п/и, самостоятельно и творчески выполнять движения.
9. Выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений.

Старшая группа

К концу года воспитанники могут:

1. Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
2. Лазать по гимнастической стенке 2,5 м с изменением темпа.
3. Прыгать на мягкое покрытие 20 см, прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места не менее 80 см, с разбега не менее 100 см; в высоту не менее 40 см; прыгать через короткую и длинную скакалку.
4. Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетая замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе расстояние 6м, владеть школой мяча.
5. Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
6. Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
7. Знать и.п., последовательность выполнения общеразвивающих упражнений, понимать их оздоровительное значение.
8. Продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умение варьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и неимитационные упражнения, демонстрируя осознанность, красоту, грациозность, выразительность, пластичность движений.

Подготовительная к школе группа

К концу года воспитанники могут:

1. Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).

2. Прыгать на мягкое покрытие с высоты 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.
3. Перебрасывать набивные мячи 1 кг, бросать предметы в цель из разных и.п., попадать в вертикальную и горизонтальную цель 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой 5-12 м, метать предметы в движущую цель; владеть школой мяча.
4. Перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренге после расчета на 1, 2, соблюдая интервалы во время передвижения.
5. Выполнять физические упражнения из разных и.п. четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
6. Сохранять правильную осанку.
9. Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.

2. Содержательный раздел

2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития воспитанника.

Образовательная область «Физическое развитие»

Задачи психолого-педагогической работы по физическому развитию воспитанников решаются в ходе освоения всех образовательных областей. При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов - как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобретение опыта в следующих видах деятельности воспитанников: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма; развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

2 младшая группа

Для приобретения опыта в следующих видах деятельности воспитанников: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление

целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере инструктор:

- во время подвижных игр, на занятиях, утренней гимнастике, прогулке педагог продолжает формировать и закреплять *основные виды движений*:

ходьба: в колонне, по кругу, парами друг за другом, в разных направлениях; враспынную на носках; высоко поднимая колени; «змейкой», с остановкой (по сигналу воспитателя);

бег: в колонне, по кругу по одному и парами (держась за руки); непрерывный бег длительностью до 1 минуты; быстрый бег до 10—20 м; бег в медленном темпе до 160 м;

ползание, лазание: ползание на четвереньках по прямой (6 м); под предметами и вокруг них; ходьба на четвереньках; подлезание под предметы, перелезание через них; пролезание в обруч; лазание по лесенке-стремянке, гимнастической стенке удобным для ребенка способом;

прыжки: на месте; с продвижением вперед (2—3 м), через линии, невысокие предметы; в длину с места (до 40 см); спрыгивание с высоты (10—15 см) на мат или в яму с песком, удерживая равновесие;

катание, бросание и ловля, метание: катание мячей, шаров в определенном направлении; между предметами и с попаданием в предметы (расстояние до 1,5 м); подбрасывание и ловля мяча двумя руками; ловля мяча после удара об пол (2—3 раза подряд); метание предметов в горизонтальную цель снизу и от груди двумя руками или одной рукой (правой и левой); в вертикальную цель и на дальность правой и левой руками (расстояние до 2 метров);

- для развития равновесия и координации движений с воспитанниками педагог проводит следующие *общеразвивающие упражнения*:

для рук и плечевого пояса: поднимание рук перед собой, вверх, в стороны; опускание рук вниз, вращение кистями рук; сжимание, разжимание пальцев рук; хлопки перед собой, над головой;

для туловища: повороты вправо, влево; наклоны вперед, в стороны; выполнение разнообразных движений руками, ногами, туловищем в положении сидя и лежа;

для ног: движения выпрямленной ноги вперед, в сторону, назад на носок; приседание, полуприседание, с опорой.

упражнения в построении и перестроении: в колонну, в круг, в шеренгу (с помощью воспитателя, по ориентирам); повороты направо, налево;

- проводит *подвижные игры*: «Проползи - не задень», «Мыши в кладовой» (на развитие гибкости); «Кто дальше бросит», «Лягушки», «Поймай комара», «Зайчата», «Через ручеек» (на развитие силы мышц); «Бегите к флажку», «Автомобиль» (на развитие выносливости); «Сбей булаву», «Подбрось - поймай», «Пробеги как мышка, пройди как мишка», «Жмурки», «Поймай - прокати», «Пройди - не задень» (на развитие ловкости); «Лохматый пес», «Найди свой домик» (на развитие быстроты).

Средняя группа

Для приобретения опыта в следующих видах деятельности воспитанников: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере инструктор:

- формирует умение воспитанников правильно выполнять *основные движения*:

ходьба: в разных направлениях; на пятках, на носках, высоко поднимая колени, приставными шагами в стороны, вперед, назад; чередуя ходьбу с бегом и другими движениями; с остановкой на сигнал, с поворотами, со сменой ведущего. Ходьба со сменой темпа и направления; сменой положений рук; на ограниченной, наклонной поверхности; сохраняя равновесие;

бег: в колонне, по кругу — по одному и парами (дети не держатся за руки). Бег на носках; широким шагом; с забрасыванием голени назад; с обеганием предметов; со сменой направления и темпа; с ускорением и замедлением; с ловлей и увертыванием; с преодолением препятствий; с сохранением равновесия после внезапной остановки; челночный. Непрерывный бег до 1,5 мин; быстрый бег на 30 м.; бег в медленном темпе по пересеченной местности на расстояние до 200-240 м;

ползание, лазание: проползание на четвереньках по прямой до 10 м; между предметами; по наклонной поверхности; на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками; лазание по лесенке-стремянке; гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами; передвижение по рейкам гимнастической стенки приставным шагом вправо и влево;

прыжки: с продвижением вперед (на 2-3 м); с поворотом вправо, влево; на одной ноге (правой, левой). Прыжки с короткой скакалкой (произвольно); спрыгивание с высоты 20-30 см на мат или в яму с песком. Прыжки в длину с места не менее 70 см;

катание, бросание и ловля, метание: ловля мяча после удара о пол, о стену; отбивание мяча правой или левой рукой; прокатывание по полу обычных и набивных мячей (весом 0,5 кг.);

- для развития равновесия и координации движений педагог проводит с воспитанниками следующие общеразвивающие упражнения:

для рук и плечевого пояса: попеременное и одновременное поднимание рук перед собой, вверх, в стороны; размахивание руками вперед — назад; сведение рук за спиной; сгибание и разгибание; круговые движения прямыми и согнутыми в локтях руками; хлопки руками над головой, за спиной;

для туловища: наклоны, повороты, прогибание, выгибание спины в упоре стоя на коленях в сочетании с различными движениями рук, ног; перевороты со спины на живот и обратно;

для ног: поочередное поднимание прямой, согнутой ноги вперед, в сторону, назад; приседание, полуприседание без опоры, с разным положением рук; удерживание ног под углом одновременно и поочередно в положениях сидя, лежа; сгибание, разгибание, разведение ног; оттягивание носков, сгибание стоп, вращение стопами;

упражнения в построении и перестроении: самостоятельное построение в колонну, подгруппами и всей группой, в круг, в пары, в шеренгу; перестроение в звенья;

- организует подвижные игры: «Лошадки», «Ловишки», «Мышки в норках», «Котята и щенята» (на развитие гибкости); «Подпрыгни повыше», «Лягушки», «По дорожке на одной ножке», «Подбрось повыше» (на развитие силы мышц) «Гуси-лебеди», «Пятнашки», «Найди себе пару» (на развитие выносливости); «По узкой дорожке», «Пилоты», «Попади в цель», «Прокати в ворота», «Перелет птиц», «Кольцеброс» (на развитие ловкости); «Перемени предмет», «Кто быстрее до флажка», «Не опоздай», (на развитие быстроты).

Старшая группа

Для приобретения опыта в следующих видах деятельности воспитанников: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление

целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере инструктор:

- способствует формированию у воспитанников правильного выполнения *основных движений*:

ходьба: в разных построениях (в колонне по одному, по два); обычным, гимнастическим шагом; приставными шагами вперед, в стороны, назад; перекатом с пятки на носок; в разном темпе; сохраняя равновесие на уменьшенной, подвижной опоре и на одной ноге после остановки;

бег: в колонне по одному и по два; выбрасывая прямые ноги вперед, забрасывая голени назад; по прямой и наклонной поверхностям; в сочетании с другими движениями; с преодолением препятствий в естественных условиях; с разной скоростью - медленно, быстро, в среднем темпе; непрерывный бег 1,5-2 мин; со средней скоростью 60-100 м;

прыжки: подпрыгивание на месте разными способами: ноги скрестно - ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге; прыжки сериями по 20-30 прыжков (2-3 раза); прыжки с продвижением вперед на двух и на одной ноге, с ноги на ногу; через линии, невысокие предметы; прыжки в длину с места не менее 80-90 см; в длину с разбега; в высоту с разбега; через короткую скакалку, вращая ее вперед; на двух ногах, с ноги на ногу; через длинную скакалку (неподвижную, качающуюся);

бросание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками; одной рукой; с хлопками и другими заданиями; перебрасывание мячей друг другу из разных исходных положений; через сетку; отбивание мяча об пол, об землю на месте и с продвижением вперед; прокатывание набивных мячей (весом 1 кг); метание мяча, мешочка с песком в горизонтальную и вертикальную цели (расстояние 3-4 м); метание вдаль правой и левой рукой как можно дальше;

ползание и лазание: ползание на четвереньках по ограниченной поверхности; проползание под несколькими препятствиями; ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками; лазание по гимнастической стенке, лестнице вверх, вниз; лазание по веревочной лестнице; чередование ползания с другими видами движений.

- для развития равновесия и координации движений педагог проводит с детьми следующие *общеразвивающие упражнения*:

для рук и плечевого пояса: поднимание, разведение, сгибание, выпрямление рук из разных положений; махи; вращения; выполнение движений одновременно двумя руками и поочередно; медленно, быстро; вращение кистями рук; разведение и сведение пальцев рук;

для туловища: повороты вправо, влево; наклоны вперед, в стороны, назад; подтягивание ног к груди; лежа на спине одновременное поднимание обеих ног и опускание их; движение ногами как при езде на велосипеде; группировка; перекаты; перевороты со спины на живот; лежа на животе, прогибание;

для ног: многократное поднимание на носки; сгибание, разгибание ног; махи вперед, в стороны, назад; выпады вперед, в сторону; сгибание, выпрямление, вращение стоп; сгибание пальцев ног с захватыванием мелких предметов.

Общеразвивающие упражнения выполняются с использованием различных физкультурных пособий (шнуров, лент, обручей разных размеров, гимнастических палок, мячей мелких и крупных, набивных - 0,5-1 кг, гимнастических скамеек, стенок и др.).

упражнения в построении и перестроении. Построение в колонну по одному, по два, в несколько колонн, кругов; перестроение из одной колонны в несколько, на месте, на ходу; повороты на месте налево, направо переступанием и в движении - на углах. Равнение в колонне на вытянутые руки вперед; в шеренге и в круге - на вытянутые руки в стороны;

- создает условия для освоения *элементов спортивных игр*: городки, бадминтон, футбол, хоккей, баскетбол;

- организует *подвижные игры*: «Ловишки», «Затейники», «Дрессированные лошадки», «Кто скорее доберется до флажка», «Охотники и обезьяны», «Послушный шарик», «Охотники и зайцы», «Подвижная цель» (для развития гибкости); «Кто лучше прыгнет», «Из кружка в кружок», «Кто сделает меньше прыжков», «Пожарные на учении», «Брось за флажок» (для развития силы мышц); «Ловишки», «Встречные

перебежки», «Пятнашки», «Мяч капитану», «За мячом» (для развития выносливость); «Парный бег», «Сделай фигуру», «Белые медведи», «Совушка», «Быстрее по местам», «Ловишки-журавлики», «Не оставайся на полу», «Классы», «Прыжки со скакалкой», «Кто скорее», «Успей пробежать», «Попади в обруч» (для развития ловкости); «Мы веселые ребята», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Караси и щука», «День и ночь», «Бездомный заяц», «Два мороза» (для развития быстроты реакции).

Для становления ценностей здорового образа жизни у воспитанников инструктор:

- поддерживает совершенствование у воспитанников навыков самостоятельности; формирует и закрепляет у них полезные привычки, способствующие хорошему самочувствию, бодрому настроению и усвоению основ здорового образа жизни (заниматься гимнастикой, играть в подвижные игры, с удовольствием выполнять закаливающие процедуры и т.п.);
 - проводит специальные закаливающие процедуры в виде воздушных ванн и водных воздействий;
 - проводит занятия физической культурой на участке (при благоприятной погоде и в соответствующей одежде детей);
 - создает условия для удовлетворения потребности воспитанников в самостоятельной деятельности и активности.
- в качестве *закаливающего* средства под присмотром взрослых рекомендуется хождение босиком в помещении; в теплое время года - по очищенному грунту. Можно использовать и такие способы закаливания как «топтанье» в тазу с водопроводной водой в течение 5—20 сек., хождение босиком по ткани, смоченной водой комнатной температуры и уложенной на массажные коврики и др.

Подготовительная к школе группа

Для приобретения опыта в следующих видах деятельности воспитанников: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере инструктор:

- создает условия для закрепления и совершенствования *основных видов движений:*

ходьба: в колонне по одному, по два, четверками; в кругу, в шеренге; ходьба обычным, гимнастическим, скрестным шагом; приставными шагами вперед, в стороны, назад; в приседе; с выпадами; спиной вперед, сохраняя направление и равновесие; в разном темпе. Ходьба, сохраняя равновесие на уменьшенной, подвижной опоре;

бег: выбрасывая прямые ноги вперед, забрасывая голени назад; с преодолением препятствий в естественных условиях; непрерывный бег 2-3 мин; в умеренном темпе 80-120 м (2-4 раза в чередовании с ходьбой); медленный бег на 400 м; быстрый бег 20 м (2-4 раза с перерывами); челночный бег 3-5х10 м; бег на скорость - 30 м, наперегонки, с ловлей и увертыванием;

прыжки: подпрыгивания на месте разными способами - с поворотом кругом, смещая обе ноги вправо-влево; в сочетании с различными положениями и движениями рук; прыжки сериями по 20-30 прыжков (2-3 раза); боком вправо и влево; вверх из глубокого приседа; боком с опорой руками на предмет; прыжки в длину с места не менее 100 см; в длину с разбега, в высоту с разбега; через длинную скакалку (вращающуюся) и через короткую скакалку разными способами. Прыжки через большой обруч как через скакалку;

бросание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (10-15 раз подряд); одной рукой (5-6 раз подряд); с одновременным выполнением заданий (с хлопками и др.); перебрасывание мячей друг другу из разных исходных положений; через сетку;

отбивание мяча об пол, о землю на месте и с продвижением вперед (6-8 раз); перекидывание набивных мячей весом 1 кг; метание в горизонтальную и вертикальную цели (расстояние 4-5 м), в движущуюся цель; метание вдаль правой и левой рукой не менее 5-8 м;

ползание и лазание: ползание на животе, спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну. Влезание на лестницу и спуск с нее в разном темпе, сохраняя координацию движений, используя одноименный и разноименный способы лазания; лазание по веревочной лестнице;

- для дальнейшего развития равновесия и координации движений педагог проводит с детьми следующие *общеразвивающие упражнения*:
для рук и плечевого пояса: выполнение движений попеременно; однонаправленно и разнонаправленно; в разных плоскостях;

для туловища: вращения из разных исходных положений; перевороты со спины на живот и обратно; лежа на животе, прогибание и приподнимание плеч, разводя руки в стороны;

для ног: удерживание под углом согнутой и прямой ноги; отведение, приведение ног; перенос веса тела с одной ноги на другую, в положении присев ноги врозь;

упражнения в построении и перестроении. Построение в колонну по одному, по два, в несколько колонн; перестроение из одной шеренги в две; из одного круга - в два; остановка после ходьбы, умение делать повороты во время движения на углах площадки;

- *приобщая детей к некоторым видам спорта*, воспитатель организует: ходьбу на лыжах, езду на велосипеде, катание на самокатах;

- создает условия для *освоения элементов спортивных игр*: городки, бадминтон, футбол хоккей с шайбой (без коньков), катание на роликовых коньках, баскетбол, настольный теннис, теннис.

- организует *подвижные игры*: «Перемени предмет», «Ловля обезьян», «Паучки», «Альпинисты», «Стоп», «Змейка» (*на развитие гибкости*); «С кочки на кочку», «Кто сильнее», «Десять передач», «Передал-садись» (*для развития силы мышц*); «Перенеси предметы», «Выставка картин», «Кузнечики», «Бегунки-прыгунки», «Перелет птиц» (*на развитие выносливости*); «Быстро возьми - быстро положи», «Ловишка, схвати ленту», «Кто скорее докатит обруч до флажка», «Удочка», «Кто самый меткий», «Забей в ворота», «Летающие тарелки» (*на развитие ловкости*); игры-эстафеты различного содержания «Догони свою пару», «Третий лишний», «Пустое место» (*на развитие быстроты*).

Для становления ценностей здорового образа жизни у воспитанников инструктор:

- продолжает непрерывный процесс закаливания воспитанников с использованием комплекса различных средств в разных сочетаниях. Сохраняются все виды и формы водно-закаливающих процедур, проводившихся в предыдущей группе, на основе осознанного отношения детей к ним;

- обращает внимание воспитанников на необходимость чередования подвижной деятельности с менее интенсивной, с отдыхом; учит прислушиваться к своему самочувствию, просить о помощи при необходимости.

2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы

Реализация рабочей программы инструктора по физической культуре обеспечивается на основе вариативных форм, способов, методов и средств, представленных в образовательных программах, методических пособиях, соответствующих принципам и целям Стандарта и выбираемых с учетом условий реализации рабочей программы, возраста воспитанников, состава групп, особенностей и интересов воспитанников, запросов родителей (законных представителей).

Вариативными формами, способами, методами организации образовательной деятельности могут служить такие формы как: образовательные предложения для целой группы (НОД), различные виды игр (подвижные, малой подвижности, спортивные, игры-эстафеты); взаимодействие и общение воспитанников и взрослых или воспитанников между собой; спортивные развлечения и праздники. Все формы вместе и каждая в отдельности могут быть реализованы через сочетание организованных взрослыми и самостоятельно иницилируемых свободно выбираемых воспитанниками видов деятельности.

При подборе форм, методов, способов реализации рабочей программы для достижения планируемых результатов учитываются общие характеристики возрастного развития воспитанников, особенности здоровья и задачи развития для каждого возрастного периода.

Формы, способы, методы и средства реализации
Образовательной области «Физическое развитие» (обязательная часть)

Образовательная область представлена следующими направлениями:

- физическая культура
- становление ценностей здорового образа жизни

Формы реализации рабочей программы	Методы реализации	Средства реализации
Физическая культура		
<ul style="list-style-type: none"> - самостоятельная двигательно-игровая деятельность воспитанников; - непосредственно образовательная деятельность по физической культуре; - подвижные игры и упражнения; спортивные игры, - физкультурно-оздоровительные мероприятия (утренняя гимнастика, корригирующая гимнастика, закаливающие процедуры, физминутки; - активный отдых (развлечения и праздники); - спортивные, оздоровительные секции 	<p><i>Наглядный метод:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - наглядно-зрительные приёмы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); - наглядно-слуховые приёмы (музыка, показ с объяснением); - тактильно-мышечные (непосредственная помощь педагога). <p><i>Словесный метод:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - объяснения, пояснения, указания; - подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к воспитанникам; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция. <p><i>Практический метод:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - повторение упражнений без изменений и с изменениями - повторение упражнений в игровой форме; 	<ul style="list-style-type: none"> - оборудование для подвижных и спортивных игр, ОРУ, ОВД; - спортивный инвентарь; - наглядно-дидактические пособия; - аудиозаписи; - картотека

	<p>- проведение упражнений в соревновательной форме</p> <p><i>Специальные методы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>методы развития силы</i> (метод повторных усилий, метод развития динамической силы и метод изометрических усилий (характеризуется максимальным напряжением мышц в статическом режиме, когда при выполнении упражнений сила прикладывается к неподвижному предмету и длина мышц не изменяется); - <i>методы развития быстроты движений</i> (игровой метод, метод многократного повторения скоростных упражнений с предельной интенсивностью, соревновательный метод); - <i>методы развития выносливости</i> (интервальный метод – дозированное повторное выполнение упражнений относительно небольшой интенсивности и продолжительности со строго определённым временем отдыха, где интервалом отдыха обычно служит ходьба, либо медленный бег; метод игры скоростей – непрерывное движение, но с изменением скорости на отдельных участках движения); - <i>методы развития гибкости</i> (метод многократного растягивания, игровой метод, музыкально-ритмические упражнения); - <i>методы развития ловкости</i> (повторный и игровой методы, соревновательный метод) 	
Становление ценностей здорового образа жизни		
<ul style="list-style-type: none"> - игровая деятельность (дидактические, подвижные игры) - активный отдых (физкультурный досуг); - проектная деятельность; - викторины; - секции оздоровительной направленности 	<p><i>Защитно-профилактические методы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование навыков личной гигиены. <p><i>Компенсаторно-нейтрализующие методы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - физкультминутки, оздоровительная, пальчиковая, дыхательная гимнастика, лечебная физкультура, самомассаж, двигательная активность. <p><i>Стимулирующие методы:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - элементы закаливания, моделирование различных ситуаций, дидактические игры 	<ul style="list-style-type: none"> - дидактические игры; - наглядный материал; - картотека

Календарный план реализации рабочей программы инструктора по физической культуре представлен в приложении.

(часть, формируемая участниками образовательных отношений)

Здоровьесберегающие технологии - это технологии, направленные на сохранение здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Здоровьесберегающие технологии представлены медико-профилактическими, физкультурно-оздоровительными технологиями, психологической безопасностью и оздоровительной направленностью образовательного процесса.

Медико-профилактические технологии предполагают организацию мониторинга здоровья дошкольников, организацию и контроль питания воспитанников, физическое развитие дошкольников, закаливание, организацию профилактических мероприятий, организацию обеспечения требований СанПиНов, организацию здоровьесберегающей среды.

Физкультурно-оздоровительные технологии представлены развитием физических качеств, двигательной активности, становлением физической культуры воспитанников, дыхательной гимнастикой, массажем и самомассажем, профилактикой плоскостопия и формированием правильной осанки, воспитанием привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.

Психологическая безопасность направлена на комфортную организацию режимных моментов, установление оптимального двигательного режима, правильное распределение интеллектуальных и физических нагрузок, доброжелательный стиль общения взрослого с воспитанниками, целесообразность применения приемов и методов, использование приемов релаксации в режиме дня.

Оздоровительная направленность образовательного процесса включает в себя учет гигиенических требований, создание условий для оздоровительных режимов, бережное отношение к нервной системе воспитанника, учет индивидуальных особенностей и интересов воспитанников, предоставление свободы выбора, создание условий для самореализации, ориентацию на зону ближайшего развития.

Система закаливания и физкультурно-оздоровительной работы с воспитанниками

№ п/п	Вид деятельности	Ответственный специалист
<i>1. Медико-профилактическое направление</i>		
1.1.	Мониторинг физического развития дошкольников	медсестра, инструктор по физкультуре
1.2.	<i>Обеспечение требований СанПиН:</i> - ориентированность расписания НОД, объёма учебной нагрузки на динамику работоспособности воспитанников в течение дня, недели, рациональность соотношения эмоциональной, интеллектуальной, физической нагрузки; - соблюдение требований к санитарному состоянию, проведение специальных мероприятий во время карантина;	медсестра, старший воспитатель, инструктор по физкультуре

	- проветривание и кварцевание физкультурного зала	
1.3.	<i>Закаливающие мероприятия:</i> - босохождение; - ходьба по дорожкам «Здоровье»	инструктор по физкультуре
1.4.	Ведение наблюдений за самочувствием воспитанников во время НОД и в повседневной жизни, хронометраж двигательной нагрузки во время НОД	инструктор по физкультуре, медсестра, старший воспитатель
2. Физкультурно-оздоровительное направление, оздоровительная направленность образовательного процесса		
<i>2.1. Организация двигательного режима в ДОУ</i>		
2.1.1	Образовательная деятельность по физкультуре	инструктор по физкультуре
2.1.2	Подвижные игры, упражнения, самостоятельная двигательная деятельность.	инструктор по физкультуре
2.1.3	Элементы спортивных игр	инструктор по физкультуре
2.1.4	Физкультурные праздники, развлечения и досуги	инструктор по физкультуре
2.1.5	Спортивные секции	инструктор по физкультуре
2.1.6	Индивидуальная работа по развитию движений	инструктор по физкультуре
<i>2.2. Оздоровительная работа с детьми</i>		
2.2.1	Профилактические мероприятия: - корригирующие упражнения (профилактика нарушения осанки и плоскостопия); - логоритмические упражнения; - использование приёмов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	инструктор по физкультуре
2.2.2	Просветительская работа: - консультативная работа (с сотрудниками, с родителями)	инструктор по физкультуре
3. Психологическая безопасность		
3.1.	Соблюдение положительного эмоционального микроклимата	инструктор по физкультуре
4. Создание условий для формирования навыков здорового образа жизни		
4.1.	Формирование навыков личной гигиены, бережного отношения к своему здоровью: - обучение (разъяснение, напоминание, поощрение и т.д); - демонстрация различных схем, моделей, правил, способствующих выполнению самостоятельных действий	инструктор по физкультуре

Модель организации двигательного режима

2 младшая группа

Формы работы	Особенности организации
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей воспитанников
НОД по физической культуре	3 раза в неделю, 15 минут в помещении или на участке.
Утренняя гимнастика Двигательная разминка в сочетании с воздушными процедурами после дневного сна Подвижные игры и физические упражнения на открытом воздухе	ежедневно, до завтрака, 5 - 6 минут ежедневно, по мере пробуждения и подъёма воспитанников, 5 – 6 минут ежедневно, не менее 2 раз в день 10 – 15 минут
Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья	1 раз месяц, 15 – 20 минут 1 – 2 раза в год, 30 – 40 минут не реже одного раза в квартал
Совместные занятия родителей с воспитанниками	в течение года
Участие родителей в физкультурно-массовых мероприятиях детского сада	в течение года

Средняя группа

Формы работы	Особенности организации
НОД по физической культуре	3 раза в неделю, 20 минут в помещении или на участке
Утренняя гимнастика Двигательная разминка, воздушные и водные процедуры после дневного сна Подвижные игры и физические упражнения на открытом воздухе	ежедневно, до завтрака, 6 - 8 минут ежедневно, 7 – 10 минут ежедневно, не менее 2 раз в день 10 – 15 минут
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно, характер и продолжительность зависят от желаний и потребностей воспитанников
Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья	1 раз месяц, 20 – 30 минут 1 – 2 раза в год, 40 – 60 минут не реже одного раза в квартал
Совместные занятия родителей с воспитанниками	в течение года
Участие родителей в физкультурно-массовых мероприятиях детского сада	в течение года

Старшая группа

Формы работы	Особенности организации
НОД по физической культуре	3 раза в неделю, 25 минут в физкультурном зале, на воздухе
Утренняя гимнастика	8 - 10 минут
Двигательная разминка, воздушные и водные процедуры после дневного сна	8 – 10 минут ежедневно по мере пробуждения и подъёма
Подвижные игры и физические упражнения на открытом воздухе	ежедневно, не менее 2 раз в день 15 – 20 минут
Физкультурный досуг	1 раз месяц, 20 – 30 минут
Физкультурные праздники	1 – 2 раза в год, 40 – 60 минут
День здоровья	не реже одного раза в квартал
Неделя здоровья	не менее 2 раз в год (в начале января, в конце марта)
Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников	ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей и интересов воспитанников
Совместные занятия родителей с воспитанниками	в течение года
Участие родителей в физкультурно-массовых мероприятиях детского сада	в течение года

Подготовительная к школе группа

Формы работы	Особенности организации
НОД по физической культуре	3 раза в неделю, 30 минут в физкультурном зале, на воздухе
Утренняя гимнастика	10 - 12 минут
Двигательная разминка, воздушные и водные процедуры после дневного сна	10 – 12 минут ежедневно по мере пробуждения и подъёма
Подвижные игры и физические упражнения на открытом воздухе	ежедневно, не менее 2 раз в день 15 – 20 минут
Физкультурная минутка	3 -5 минут, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий
Физкультурный досуг	1 - 2 раза в месяц, 30 – 35 минут

Физкультурные праздники (в том числе на воде)	2 – 4 раза в год, не более 1ч 30 минут
День здоровья	1 раз в квартал
Неделя здоровья	не менее 2 раз в год (в начале января, в конце марта)
Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников	ежедневно, характер и продолжительность зависят от индивидуальных потребностей и интересов воспитанников
Совместные занятия родителей с воспитанниками	в течение года
Участие родителей в физкультурно-массовых мероприятиях детского сада	в течение года

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Образовательная деятельность основана на организации инструктором по физкультуре видов детской деятельности, заданных ФГОС дошкольного образования. Содержание работы планируется исходя из календарно-тематического планирования, сезонности, календарных праздников и того, что воспитанникам интересно и близко.

Игровая деятельность. Разрешение противоречия между желаниями воспитанника и его реальными возможностями составляет генетическую задачу дошкольного возраста и реализуется в игре, которая является ведущей деятельностью дошкольника.

Игровые формы и приемы, используемые инструктором по физкультуре, делают для воспитанника материал интересным и личностно значимым, а значит - и более осмысленным.

В организованной образовательной деятельности игра выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности воспитанника дошкольного возраста, является основой решения всех образовательных задач. В плане непосредственно образовательной деятельности по физической культуре игровая деятельность не выделяется в качестве отдельного вида деятельности, так как она является основой для организации всех других видов детской деятельности. Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах - игры-путешествия, игровые проблемные ситуации, и пр.

Двигательная деятельность - форма активности воспитанника, позволяющая ему решать двигательные задачи путем реализации двигательной функции. Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой, подвижных игр и упражнений, двигательной активности детей в течение дня.

Подвижные игры - развивают координацию, стимулируют кровообращение, укрепляют сердечнососудистую систему, оказывают благотворное влияние на вестибулярный аппарат, насыщают клетки организма кислородом, повышают активность головного мозга, способствуют развитию концентрации и внимания. Подвижные игры для дошкольников обеспечивают психологическую разрядку, восстанавливают душевное равновесие, избавляют от психосоматики и мышечных блоков. В дошкольном возрасте у детей усложняется моторика и координация движений. Ходьба, ползание, бег, перепрыгивание и подпрыгивание становятся для малыша повседневными

процессами. Повторение этих же движений во время подвижной игры дает возможность существенно ускорить формирование различных двигательных навыков, способствует гармоничному физическому и психическому развитию воспитанника.

В ходе подвижных игр дошкольники учатся внимательно слушать, выполнять определенные правила, согласовывать свои действия с движениями других игроков, находить взаимопонимание и дружить со сверстниками. К воспитанникам приходит умение подчиняться и руководить, работать только на себя и трудиться в команде. Во время игры постигается смысл дилеммы «честно/нечестно», дети приобретают способность направлять свои эмоции на достижение цели, а не на соперников. Учатся не только побеждать, но и проигрывать. Для застенчивых детей это отличный способ преодолеть робость – во время игры малыш наслаждается её действием, забывая о своем стеснении. При выборе подвижной игры следует также учитывать уровень развития участников - чтобы игра не оказалась слишком простой или излишне сложной. Все подвижные игры для дошкольников условно разделяются на бессюжетные, сюжетные и игры-забавы. К ним относятся игры с элементами спортивной направленности. Кроме того, выделяют игры малой подвижности, которые рекомендуются для снятия интенсивной физической нагрузки, статической утомленности, тревоги, напряженности. Это игры со спокойными перемещениями, движения не большие по амплитуде, в спокойном и умеренном темпе (спокойная ходьба, ходьба с заданиями, движения руками, движения по кругу).

Познавательная-исследовательская деятельность – форма активности воспитанника, направленная на познание свойств и связей объектов, и явлений, освоение способов познания. Познавательная-исследовательская деятельность во время образовательной деятельности по физической культуре направлена на опробование возможностей различных материалов, предметов (разные виды мячей, мешочки для метания, скакалки, обручи и др.) и изучения их свойств. Воспитанник, не только расширяет свои представления об окружающем, но и овладевает характерными способами упорядочения опыта, что позволяет ему иметь достаточно целостные представления об окружающем мире.

Коммуникативная деятельность – форма активности воспитанника, направленная на взаимодействие с другим человеком как субъектом, потенциальным партнером по общению, предполагающая согласование и объединение усилий с целью налаживания отношений и достижения общего результата. В плане непосредственно организованной образовательной деятельности она занимает отдельное место, но при этом коммуникативная деятельность включается во все виды детской деятельности, в ней находит отражение опыт, приобретаемый воспитанниками в других видах деятельности.

Восприятие художественной литературы и фольклора. В образовательном процессе восприятие художественной литературы используется для активизации воображения воспитанника, расширении осведомленности о мире, создания положительного эмоционального настроения. Широко используются считалки, стихотворное сопровождение различных игр, общеразвивающих упражнений.

Музыкальная деятельность. Организуется как музыкальное сопровождение отдельных частей НОД, развлечений.

Для становления универсальных культурных умений необходимы особые *культурные практики* воспитанника, обеспечивающие активную и продуктивную образовательную деятельность. Это – разнообразные, основанные на интересах воспитанников, виды самостоятельной деятельности, поведения и опыта, способы самоопределения и самореализации, апробация новых способов и форм деятельности в целях удовлетворения разнообразных потребностей и интересов. Культурные практики в Учреждении основаны на взаимодействии воспитанника со взрослыми. Воспитателем создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения. Разнообразные культурные практики ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. На основе культурных практик воспитанника формируются его привычки, пристрастия, интересы, а также в известной мере черты характера и стиль поведения.

Культурные практики

Культурно-досуговая деятельность:

- Физкультурный досуг является одной из наиболее эффективных форм активного отдыха. Он повышает интерес к занятиям, оказывает благотворное воздействие на организм воспитанника, закрепляет двигательные умения и навыки, развивает двигательные качества (быстроту, ловкость), способствует воспитанию чувств коллективизма, дружбы, развивает выдержку, внимание, смелость, упорство, организованность.
- Спортивные развлечения и праздники пробуждают радостные чувства, поднимают настроение и жизненный тонус, повышают двигательную активность. Развлечения с одной стороны, закрепляют навыки и умения, полученные на занятиях, а с другой – в интересной форме вызывают потребность в познании нового, расширяют кругозор, знания об окружающем мире.
- Спортивные игры включают спортивные игры, аттракционы, подвижные игры, соревнования и эстафеты.
- Проектная деятельность является одной из привлекательных и результативных форм совместной партнёрской деятельности дошкольников, и взрослых.

Проектную деятельность можно рассматривать как вид культурной практики воспитанника, которая направлена на развитие у него универсальных культурных способов действий (умений), универсальные компетентности, помогающие ему действовать во всех обстоятельствах жизни и деятельности. Проектная деятельность охватывает разные стороны развития личности дошкольников, в том числе и физическое развитие, формирование ценностного отношения к своему здоровью. Суть проектной деятельности - активизировать и поддерживать интерес детей к обозначенным проблемам. В основе проектной деятельности лежит умение самостоятельно применять полученные представления в типичных ситуациях, ориентироваться в информационном пространстве, восполнить недостающие знания и обретать умения, развитие критического мышления.

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

В образовательном процессе воспитанник и взрослые выступают как субъекты педагогической деятельности, в которой взрослые определяют содержание, задачи, способы их реализации, а воспитанник творит себя и свою природу, свой мир.

Детям предоставляется широкий спектр специфических для дошкольников видов деятельности, выбор которых осуществляется при участии взрослых с ориентацией на интересы, способности воспитанника.

Ситуация выбора важна для дальнейшей социализации воспитанника, которому предстоит во взрослой жизни часто сталкиваться с необходимостью выбора. Задача педагога в этом случае - помочь воспитаннику определиться с выбором, направить и увлечь его той деятельностью, в которой, с одной стороны, воспитанник в большей степени может удовлетворить свои образовательные интересы и овладеть определёнными способами деятельности, с другой - педагог может решить собственно педагогические задачи.

Уникальная природа воспитанника дошкольного возраста может быть охарактеризована как деятельностная. Включаясь в разные виды деятельности, воспитанник стремится познать, преобразовать мир самостоятельно за счёт возникающих инициатив.

Все виды деятельности, предусмотренные программой ДОУ, используются в равной степени и моделируются в соответствии с теми задачами, которые реализует педагог в совместной деятельности, в режимных моментах и др. Воспитателю важно владеть *способами поддержки детской инициативы*.

Взрослым необходимо тактично сотрудничать с воспитанниками: не стараться всё сразу показывать и объяснять, не преподносить сразу какие-либо неожиданные сюрпризные, шумовые эффекты и т.п. Необходимо создавать условия, чтобы дети о многом догадывались самостоятельно, получали от этого удовольствие.

Обязательным условием взаимодействия педагога с воспитанником является создание развивающей предметно-пространственной среды, насыщенной социально значимыми образцами деятельности и общения, способствующей формированию таких качеств личности, как: активность, инициативность, доброжелательность и др. Важную роль здесь играет сезонность и событийность образования дошкольников. Чем ярче будут события, происходящие в детской жизни, тем больше вероятность того, что они найдут отражение в деятельности воспитанника, в его эмоциональном развитии.

2 младшая группа

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является игровая и продуктивная деятельность. Для поддержания инициативы воспитанника 3-4 лет взрослым необходимо:

- отмечать и публично поддерживать любые успехи воспитанников;
- поощрять самостоятельность воспитанников;
- помогать воспитаннику найти способ реализации собственных поставленных целей;
- способствовать стремлению научиться делать что-то и поддерживать радостное ощущение возрастающей умелости;
- терпимо относиться к затруднениям воспитанника, позволять действовать ему в своем темпе;
- не критиковать результаты деятельности воспитанников, а также их самих. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности, используя в качестве субъекта критики игровые персонажи;
- учитывать индивидуальные особенности, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным воспитанникам;
- уважать и ценить каждого воспитанника независимо от его достижений, достоинств и недостатков;

Средняя группа

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, игровая деятельность со сверстниками. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- способствовать стремлению воспитанников делать собственные умозаключения, относиться к их попыткам внимательно, с уважением;
- при необходимости осуждать негативный поступок воспитанника с глаза на глаз, но не допускать критики его личности, его качеств;
- не допускать диктата, навязывания в выборе сюжетов игр;
- побуждать воспитанников формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнение взрослого;

Старшая группа

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в старшем дошкольном возрасте является внеситуативно-личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационно познавательная инициатива.

Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- уважать индивидуальные вкусы и привычки воспитанников;
- создавать условия для разнообразной самостоятельной деятельности воспитанников;
- при необходимости помогать воспитанникам в решении проблем организации игры;
- привлекать воспитанников к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу. Обсуждать совместные проекты;
- создавать условия и выделять время для самостоятельной двигательной, творческой, познавательной деятельности воспитанников по интересам.

Подготовительная к школе группа

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является расширение сфер собственной компетентности в различных областях практической предметности, в том числе орудийной деятельности, а также информационная познавательная деятельность.

Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- вводить адекватную оценку результата деятельности воспитанника с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта деятельности;
- спокойно реагировать на неуспех воспитанника и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей. Рассказывать детям о своих трудностях, которые испытывали при обучении новым видам деятельности;
- создавать ситуации, позволяющие воспитаннику реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;
- обращаться к воспитанникам, с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников;
- поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами;
- создавать условия для различной самостоятельной творческой деятельности воспитанников по их интересам и запросам, предоставлять на данный вид деятельности определенное время;
- при необходимости помогать решать проблемы при организации игры;
- проводить планирование жизни группы на день, неделю, месяц с учетом интересов, стараться реализовывать их пожелания и предложения;
- презентовать спортивные достижения другим воспитанникам, родителям, педагогам.

2.5. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Семья и дошкольное учреждение составляют целостную социокультурную образовательную среду для наиболее успешного развития и социализации воспитанников дошкольного возраста. Задачи инструктора по физкультуре по взаимодействию с семьями воспитанников:

- способствовать повышению компетентности родителей (законных представителей) в вопросах физического развития детей, охраны и укрепления их физического и психического здоровья, развития их индивидуальных способностей;
- расширять знания родителей о физических умениях и навыках их детей;
- способствовать созданию активной позиции родителей в совместной двигательной деятельности с воспитанниками.

Содержание взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников

С целью выстраивания взаимоотношений и укрепления доверия с семьями воспитанников инструктор по физкультуре использует язык открытой коммуникации (активное слушание, без оценочные высказывания, уместный комплимент, улыбка и т.п.). Особенно это важно в эмоционально напряженных ситуациях общения с родителями, в случаях разногласий в решении проблем, затруднений и отклонений в развитии воспитанника, в общении с родителями детей, имеющих ограниченные возможности здоровья.

Инструктор по физкультуре предоставляет родителям возможность быть в полной мере информированными об успешности развития воспитанников во время образовательной деятельности по физкультуре. Для этого активно используются различные формы взаимодействия с семьями.

Формы взаимодействия с семьями воспитанников

№ п\п	Направления взаимодействия	Формы взаимодействия
1	Изучение семьи, запросов, уровня психолого-педагогической компетентности, семейных ценностей	беседы; анкетирование; опрос
2	Информирование родителей	рекламные буклеты; информационные стенды; личные беседы; родительские собрания; родительский клуб; сайт организации; передача информации по электронной почте;

		объявления; фотовыставки; памятки
3	Консультирование родителей	консультации по различным вопросам (индивидуальные, групповые)
4	Просвещение и обучение родителей	семинары-практикумы, мастер-классы; сайт организации и рекомендация других ресурсов сети Интернет; творческие задания; клуб для родителей; круглый стол
4	Совместная деятельность детского сада и семьи	дни открытых дверей; организация совместных праздников; совместная проектная деятельность; участие в конкурсном движении различного уровня

Тематика бесед, консультаций, информационных материалов

Приоритетные вопросы семейного воспитания детей младшего дошкольного возраста

Беседы «Особенности развития движений детей младшего дошкольного возраста», «Детский фитнес дома». Консультации «Физкультура для малышей», «Физическое воспитание детей в семье». Информационный материал «Как приучить ребенка к зарядке», «Лечимся спортом», «Подвижные игры на прогулке в зимний (летний) период».

Приоритетные вопросы семейного воспитания детей старшего дошкольного возраста

Беседы «Особенности развития движений у детей старшего дошкольного возраста», «Место физкультуры в вашей семье», «Укрепляем спину». Консультации «Физкультура или спорт», «Упражнения для профилактики нарушения осанки в домашних условиях». Информационный материал «Двигательная активность на прогулке», «Профилактика нарушения осанки», «Самомассаж».

2.6. Иные характеристики содержания рабочей программы инструктора по физической культуре

Индивидуальный образовательный маршрут - это персональный путь реализации личностного потенциала воспитанника - дошкольника в интеллектуальном, социальном, эмоциональном, физическом, эстетическом развитии, строится как взаимосвязанный, гармоничный и целостный процесс, активными участниками которого являются все участники образовательных отношений.

Индивидуальный образовательный маршрут определяется с учетом индивидуальных особенностей личности дошкольника (состояние здоровья, уровень физического развития, особенности развития психических процессов, интересов, склонностей, способностей, характера личности) и проектируются для детей:

- которые испытывают трудности в процессе освоения основной образовательной программы дошкольного образования;
- нуждаются в коррекционной помощи специалистов;
- имеют ограниченные возможности здоровья;
- с высоким уровнем развития.

В индивидуальном образовательном маршруте определяется специфическое для данного воспитанника соотношение форм и видов деятельности, индивидуализированный объем и глубина содержания, специфические психолого-педагогические технологии, учебно-методические материалы.

Индивидуальный образовательный маршрут отражает процесс изменения (динамики) в развитии и обучении воспитанника, что позволяет вовремя корректировать компоненты педагогического процесса.

Принципы проектирования ИОМ:

- принцип соблюдения интересов воспитанника;
- принцип соотнесения уровня актуального развития и зоны ближайшего развития предполагает выявление потенциальных способностей к усвоению новых знаний, как базовой характеристики, определяющей проектирование развития воспитанника;
- принцип тесного взаимодействия и согласованности работы «команды» специалистов, в ходе изучения воспитанника, дальнейшей работы с ним;
- принцип непрерывности, когда воспитаннику гарантировано непрерывное сопровождение на всех этапах помощи в решении проблемы;
- принцип опоры на детскую субкультуру. Каждый воспитанник, обогащая себя традициями, нормами и способами, выработанными детским сообществом, проживает полноценный детский опыт.

Последовательность и этапы разработки индивидуального образовательного маршрута

Процесс создания ИОМ состоит из нескольких этапов и имеет следующую структуру:

- диагностический этап (оценка индивидуального развития воспитанника производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Участие воспитанника в психологической диагностике допускается только с согласия его родителей (законных представителей). Выделение и формирование группы воспитанников, для которых необходима разработка индивидуального образовательного маршрута);

- информационный этап (дополнительные сведения о воспитаннике на момент разработки ИОМ; краткая характеристика состояния его здоровья (если необходимо, то медицинские рекомендации педагогу об учете необходимых данных при организации обучения); психолого-педагогическая работа по подготовке взрослых (педагогов, родителей) к участию в реализации ИОМ);

- подготовительный этап (составление ИОМ; наполнение конкретным содержанием по направлениям развития воспитанника, которое определяется совместно с воспитателями, педагогом-психологом, специалистами; разработка рекомендаций для родителей по реализации ИОМ);

- развивающий этап (организация образовательного процесса, мероприятий, создание индивидуальной образовательной среды, мониторинг и коррекция ИОМ).

Таким образом, ИОМ воспитанника является документом, фиксирующим проводимые педагогом развивающие мероприятия, их эффективность в отношении воспитанника, характер индивидуальных изменений в обучении и развитии дошкольника, а также данные об усвоении программного материала.

2.7. Взаимодействие учителя-логопеда и инструктора по физической культуре

Учителями-логопедами ДОО совместно с воспитателями групп, медицинской сестрой и инструктором по физической культуре, музыкальным руководителем разработана система взаимодействия, которая включает: анализ психомоторных нарушений у детей с ТНР, перспективный план работы и консультаций для педагогов и родителей в группах логопедических для детей с ТНР, сценарии спортивных досугов.

Цель совместной работы: развитие психических возможностей, выразительной, связной речи, эмоционально – личностной сферы, артикуляционного аппарата голоса, просодической стороны речи, сенсомоторных возможностей.

Методы и приемы здоровьесберегающих технологий, применяемые специалистами, разнообразны и имеют несколько направлений: логопедическое, психолого-педагогическое, физкультурно-оздоровительное, музыкальное.

Решаются следующие коррекционные задачи:

- сохранение физического и психического здоровья воспитанников с нарушениями речи;
- нормализация двигательной активности и профилактика гиподинамии;
- коррекция недостатков просодической, выразительной, эмоциональной стороны речи;
- успешная социализация воспитанников с дефектами речи.

Образно-игровые движения развивают способность к импровизации, слуховое внимание, мышление, творческую фантазию, память, стимулируют собственную речевую активность и общие физические качества ребенка.

Ритм стихов, песен, музыки в сочетании с движениями оказывает влияние на развитие координации, общей и мелкой моторики; формирует правильное восприятие и воспроизведение элементарного ритма; развивает речевой слух; обогащает словарный запас и служит стимулом для активизации экспрессивной стороны речи.

В основе всех форм двигательной деятельности детей, посещающих группы коррекционной направленности, лежит принцип логопедизации, который реализуется в подвижных играх, логоритмических упражнениях, физкультминутках, спортивно - досуговой деятельности с использованием речевого материала в соответствии с изучаемой лексической темой.

На всех этапах обучения учитываются следующие требования:

- возможность активизировать самостоятельную речь воспитанника (звукоподражания, звуковые комплексы, слова), накапливать и уточнять пассивный словарь по всем лексическим темам;
- способность развивать понимание и использование пространственных отношений, выраженных с помощью предлогов и наречий;
- умение выполнять 2-3 сложные инструкции.

3. Организационный раздел

3.1. Описание материально-технического обеспечения

Развивающая предметно-пространственная среда в МБДОУ «Детский сад № 257» обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала, приспособлена для реализации Образовательной программы, максимально обеспечена материалами, оборудованием, инвентарем для развития воспитанников дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития:

1. Гимнастическое бревно – для равновесия, перелезания, перепрыгивания (2 бревна).
2. Доска качалка - для сохранения равновесия (1 доска).
3. Дуги – для подлезания, катания мяча под дуги, забивания мяча, эстафеты.
4. Гимнастическая скамейка – для равновесия, упражнения, игр (4 скамейки).
5. Батут – для равновесия, координация движений (1 батут).
6. Доска гладкая с зацепами – ходьба и бег вверх и вниз на разную высоту, залезание на четвереньках вверх и скатывание вниз, для равновесия (2 доски).
7. Доска ребристая с зацепами – ходьба по прямой для профилактики плоскостопия (4 доски).
8. Щит для метания в цель (2 щита).
9. Баскетбольная корзина (2 корзины).
10. Кубы деревянные большие и маленькие – равновесие, прыжки на куб и с куба, бег и ходьба змейкой между ними, перепрыгивание с разбега и с места, могут быть ограничениями (10 маленьких, 4 больших).
11. Коврики для профилактики плоскостопия (8 ковриков).
12. Мячи большие и маленькие – отбивание об пол, бросание вверх и ловля, бросание мяча друг другу, катание друг другу, метание вдаль, в горизонтальную и вертикальную цель, забрасывание в баскетбольную корзину, передача через сетку, общеразвивающие упражнения, катание по прямой, эстафеты, прыжки на больших мячах (хопы), подвижные игры с мячом (4 больших мяча, 4 - с ушками, 30 средних мячей, массажные – 22, пляжные мячи - 3), корзина для мячей – 4.
13. Круглые мягкие модули – для равновесия, для ходьбы и бега змейкой, прыжки на двух, одной ноге через них, ограничения (10 маленьких и 10 больших).
14. Обручи – прыжки из обруча в обруч по прямой и из стороны в стороны, пролезание боком, прямо, метание мяча в обруч, эстафеты, подвижные игры (большие – 20, маленькие – 23).
15. Туннели – для развития общей моторики, координации движений, ловкости (2 туннели).

Для общеразвивающих упражнений:

1. Шнур плетенный - (20), эстандер - (10), мячи набивные, гимнастическая палка – 20, ролик гимнастический – 10, гантели – 20.
2. Дорожка мат с разметками – для равновесия, координация движений (2 дорожки).

3. Дорожка мат без разметок (1 дорожка).
4. Квадратный мат (3).
5. Скакалки, канат гладкий, канат с узлами, – прыжки вперед – назад, прыжки с право налево с продвижением вперед, прыжки через вращающуюся скакалку (скакалки – 20, длинная веревка – 3, веревка с узлами – 1, веревка из пробок – 1).

Атрибуты для игр. Оборудование для игр:

1. Мешки для прыжков – 2, широкие штаны – 2, безкозырки – 6, ленточки – 20, платочки – 20, подушки – 2.
2. Диск здоровья – 10. Для сохранения равновесия.
3. Конусы для ориентировки – 6.
4. Тренажеры: велотренажер – 2, дорожка беговая – 2.

Для метания:

1. Мячи - 25,
2. Мешочки - 15.
3. Кегли – 2 набора.

3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Перечень средств обучения и воспитания

Материальные средства обучения	
Игрушки	- спортивные игрушки: направленные на укрепление мышц руки, предплечья, развитие координации движений (кубики, гантели, мячи, сетки баскетбольные, кольца баскетбольные, обручи, скакалки, колечки); содействующие развитию навыков бега, прыжков, укреплению мышц ног, туловища; игрушки, предназначенные для коллективных игр; дорожки здоровья, велосипеды, самокаты, скакалки; - театрализованные игрушки: куклы - театральные персонажи для организации сюжетной формы занятия, сюрпризных моментов; наборы персонажных шапочек для организации подвижных игр; - технические игрушки: бинокли, подзорные трубы; - строительные и конструктивные материалы: мягкий модульный материал
Средства наглядности (плоскостная наглядность)	Картины с изображением видов спорта, спортивной символикой, предметно-схематические модели для выполнения упражнений и основных видов движения.
Технические средства обучения	Музыкальный центр – 1 штука.

Программы и методические пособия Образовательная область «Физическая культура»

Методические пособия

- Осокина, Т.И. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 1999.
- Развивающие занятия с детьми 3-4 лет / Под ред. Л.А. Парамоновой. – М., 2009.
- Развивающие занятия с детьми 4-5 лет / Под ред. Л.А. Парамоновой. – М., 2009.
- Развивающие занятия с детьми 5-6 лет / Под ред. Л.А. Парамоновой. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2008.
- Развивающие занятия с детьми 6-7 лет / Под ред. Л.А. Парамоновой. – М.: ОЛМА Медиа Групп, 2008.
- Рунова, М.А. Комплекс утренней гимнастики для детей 3-4 лет: Методическое пособие / М.А. Рунова. - СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2006.
- Рунова, М.А. Движение день за днём. Двигательная активность – источник здоровья детей / М.А. Рунова. - М., ЛИНКА-ПРЕСС. 2007.
- Рунова, М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду (5-7 лет) / М.А. Рунова. - М.: Мозаика-Синтез, 2002.
- Рунова, М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет: пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры/ М.А. Рунова. - М.: Просвещение, 2006.

3.3.

Режим дня

Объём образовательной нагрузки на воспитанников.

Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию для детей дошкольного возраста организована в соответствии с СанПин (2.4.1.3049-13): не менее 3 раз в неделю. Длительность зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 мин.,
- в средней группе - 20 мин.,
- в старшей группе - 25 мин.,
- в подготовительной группе - 30 мин.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

Утренняя гимнастика:

	2-ая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Продолжительность (мин.)	5	7	8-10	10-12

Режим реализации рабочей программы инструктора по физкультуре

Направления развития воспитанника	Непосредственно образовательная деятельность	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа	
		1,5-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет	
		Продолжительность НОД (в мин.)					
		8-10	15	20	25	30	
		Количество НОД					
Физическое развитие	Физическая культура	3	3	3	3	3	

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

	Младшие и средние группы.	Дата	Старшая и подготовительная группы.	Дата
Сентябрь	Развлечение по правилам дорожного движения. «Веселый светофорик»	02.09. – 03.09.	Развлечение по правилам дорожного движения. «День Знаний»	01.09. – 02.09.
	Развлечение по пожарной безопасности «Юные пожарные»	21.09. – 22.09.	Физкультурное развлечение по пожарной безопасности «Пожарные на учении»	23.09. – 24.09.
Октябрь	Спортивное развлечение «Волшебница осень»	13.10. – 14.10.	Спортивное развлечение «Осенние забавы»	14.10. – 15.10.
Ноябрь	Спортивное развлечение «В гостях у сказки»	18.11. – 19.11.	Спортивное развлечение «Страна веселых игр»	22.11. – 23.11.
Декабрь	Спортивный праздник «Зима - Зимушка»	14.12. – 15.12.	Спортивный праздник «Спортивная зима»	16.12. – 17.12.
Январь	Музыкально – спортивное развлечение «Коляда»	11.01. – 12.01.	Музыкально – спортивное развлечение «Праздничное шествие «Коляда - коляда, отвори ворота»	13.01. – 14.01.
Февраль	Спортивный праздник «Будущие защитники»	21.02.	Спортивный досуг «Тяжело в учении, легко в бою»»	22.02.
Март	Спортивный праздник «Веселый мяч»	23.03. – 24.03.	Спортивное развлечение с детьми и их родителей «Папа, мама, я - мы спортивная семья!»	24.03. – 25.03.

<i>Апрель</i>	Праздник смеха. День Здоровья «Любим спортом заниматься»	01.04. 06.04. – 07.04.	Спортивное развлечение к 1 апреля «От улыбки станет всем теплей!» «Всемирный день здоровья»	01.04. 07.04. – 08.04.
<i>Май</i>	Спортивный праздник «День Победы»	05.05. – 06.05.	Спортивно – патриотический праздник «День Победы»	05.05. – 06.05.

3.5. Циклограмма организованной образовательной деятельности

Понедельник	
8.00 – 8.24	Утренняя гимнастика.
8.24 – 9.00	Влажная уборка. Кварцевание. Проветривание. Подготовка спортивного оборудования к занятиям.
9.00 – 9.15	НОД во второй младшей группе № 5.
9.25 – 9.40	НОД во второй младшей группе № 4.
09.50 – 10.15	НОД в старшей группе № 7.
10.25 – 10.50	НОД в старшей группе № 12.
11.00 – 11.45	Индивидуальная работа в младших группах № 4, 5 по развитию движений.
11.45 – 12.30	Влажная уборка спортивного оборудования и зала.
12.30 – 13.00	Обед.
13.00 – 14.00	Взаимодействие с педагогами (консультации, собеседования и.т.д). Кварцевание зала.
14.00 – 14.20	Проветривание.
Вторник	
8.00 – 8.24	Утренняя гимнастика.
8.24 – 9.00	Влажная уборка. Кварцевание. Проветривание. Подготовка спортивного оборудования к занятиям.
9.00 – 9.15	НОД во второй младшей группе № 5.
9.30 – 09.50	НОД в средней группе № 8.
10.20 – 10.50	НОД в подготовительной группе № 10.
11.00– 12.00	Индивидуальная работа в подготовительных группах № 10, 11 по развитию движений.
12.00 – 12.30	Влажная уборка спортивного оборудования и зала
12.30 – 13.00	Обед.
13.00 –14.00	Взаимодействие с педагогами (консультации, собеседования и.т.д). Кварцевание зала.
14.00 – 14.20	Проветривание.

Среда	
8.00 – 8.24	Утренняя гимнастика.
8.24 – 9.00	Влажная уборка. Кварцевание. Проветривание. Подготовка спортивного оборудования к занятиям.
9.00 -9.20	НОД в средней группе № 6.
9.30 – 9.45	НОД во второй младшей группе № 4.
9.55 – 10.20	НОД в старшей группе № 9.
10.30 – 11.00	НОД в подготовительной группе № 11.
11.15 – 11.50	Индивидуальная работа в старших группах № 7, 9, 12 по развитию движений.
11.50 – 12.30	Влажная уборка спортивного оборудования и зала.
12.30 – 13.00	Обед
13.00 – 14.00	Консультация с музыкальными руководителями. Кварцевание.
14.00 – 14.20	Проветривание зала.

Четверг	
8.00 – 8.24	Утренняя гимнастика.
8.24 – 9.00	Влажная уборка. Кварцевание. Проветривание. Подготовка спортивного оборудования к занятиям.
9.00 – 9.20	НОД в средней группе № 6.
9.40 – 10.10	НОД в подготовительной группе № 10.
10.20 – 10.45	НОД в старшей группе № 12.
10.55 – 11.30	Индивидуальная работа с детьми среднего возраста (группы № 6, 8) по развитию движений.
11.30 – 12.00	Влажная уборка спортивного оборудования и зала.
12.00 – 12.30	Работа с документацией (планы).
12.30 – 13.00	Обед.
13.00 –14.00	Консультация с учителями – логопедами. Кварцевание зала.
14.00 – 14.20	Проветривание.

Пятница	
8.00 – 8.24	Утренняя гимнастика.
8.24 – 9.00	Влажная уборка. Кварцевание. Проветривание. Подготовка спортивного оборудования к занятиям.
9.00 – 9.20	НОД в средней группе № 8.
9.35 – 10.00	НОД в старшей группе № 7.
10.10 – 10.35	НОД в старшей группе № 9.

10.45 – 11.15	НОД в подготовительной группе № 11.
11.15 – 12.00	Влажная уборка спортивного оборудования и зала.
12.00 – 12.30	Работа с документацией.
12.30 – 13.00	Обед.
13.00 – 13.30	Подготовка к физкультурным развлечениям.
13.30 – 14.00	Самообразование. Кварцевание зала.
14.00 – 14.20	Проветривание.

3.6. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает реализацию образовательного потенциала пространства физкультурного зала и спортивного участка и является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям воспитанников и содержанию рабочей программы инструктора по физкультуре. Пространство оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем. Использование разнообразных физкультурных и спортивно-игровых пособий повышает интерес воспитанников к выполнению различных движений, ведет к увеличению интенсивности двигательной активности, что благотворно влияет на физическое развитие, состояние здоровья.

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в физкультурном зале и на спортивной площадке) обеспечивает:

- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие воспитанников во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- возможность самовыражения воспитанников.

В зависимости от образовательной ситуации, меняющихся интересов и возрастных возможностей детей предметно-пространственная среда может трансформироваться. Так, большая часть оборудования используется как мобильное (особенно для подлезания, перелезания, равновесия, метания), поэтому с его помощью развивающая среда физкультурного зала и спортивной площадки на участке детского сада преобразовывается в необходимый спортивно-оздоровительный комплекс (беговая дорожка, мини-стадион, футбольное поле, баскетбольная площадка и т.д.).

Все пособия спортивного зала полифункциональны и пригодны для использования в разных видах детской деятельности. Мягкие модули и гимнастические скамейки используются для лазания, подлезания, перелезания. Использование мягких красочных модулей помогает трансформировать пространство, а полифункциональность материалов помогает изменить его в зависимости от образовательной ситуации, например, те же мягкие модули могут быть строительным материалом, служить ориентирами или препятствиями.

Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных формах образовательной деятельности по физической культуре, при этом создавая вариативное содержание для развития произвольности движений воспитанников, самостоятельности и реализации творческих замыслов. В процессе выполнения двигательных заданий дети получают знания о свойствах спортивного оборудования и инвентаря (форме, цвете, весе, качестве материала), знакомятся с особенностями движения в пространстве, с направлениями движений. Следует отметить положительную роль использования разнообразных физкультурных пособий в подвижных играх и упражнениях воспитанников для восприятия пространства и времени, в том числе для формирования умений и навыков ориентировки в окружающей среде.

Развивающая среда обеспечивает свободный доступ воспитанников к игрушкам, материалам, пособиям. Во время проведения непосредственно образовательной деятельности дети могут легко пользоваться любым спортивным инвентарем и пособиями. Инвентарь можно перемещать, переставлять с одного места на другое в зависимости от образовательной ситуации и поставленной задачи.

Эффективность использования оборудования значительно повышается при рациональном его размещении. Расстановка спортивного оборудования зависит от их габаритов и предназначения. Спортивное оборудование зала размещено по периметру помещения благодаря этому остается максимальное пространство для активной двигательной деятельности и проведения НОД. Гимнастическая стенка установлена стационарно, прочно крепится к стене. Имеются дополнительные пособия: лесенка с зацепами, доски, горка-скат. Крупные предметы оборудования (мягкие модули, гимнастические скамейки, маты), тренажеры размещаются вдоль стен зала.

Для досок, лестниц с зацепами предусматривается место, где они могут быть подвешены или положены таким образом, чтобы не мешать воспитанникам проявлять свою двигательную активность. Мелкое физкультурное оборудование (мячи, кольца, мешочки с грузом, кубики, булавы, обручи, гимнастические палки, скакалки, дуги для подлезания и перешагивания, массажные дорожки и т. д.) хранятся в спортивной стенке на специальных полках, стеллажах, в ящиках.

На территории детского сада имеется спортивная площадка, которая используется для проведения образовательной деятельности по физкультуре в теплое время года, при подготовке воспитанников к различным соревнованиям, для проведения спортивных праздников и развлечений, эстафет и подвижных игр.

Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала и спортивного участка соответствует требованиям безопасности.