

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №185 комбинированного вида» Советского района г. Казани

**Рассмотрено** на заседании  
Педагогического совета МАДОУ  
«Детский сад №185»  
Протокол № 1 от « 31 »\_08\_2022 г.

**Утверждено**  
Заведующий МАДОУ  
«Детский сад №185»  
Давыдова Т.Н.  
« 31 »\_08\_2022 г.



**Согласовано**  
Старший воспитатель МАДОУ №185  
Мадамина А.М.  
« 31 »\_08\_2022 г..

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
инструктора по физической культуре  
**образовательная область «Физическое развитие»**  
**у детей дошкольного возраста»**

Составила инструктор по физической культуре  
МАДОУ «Детский сад №185»  
Хохлова Елена Викторовна

КАЗАНЬ, 2022-2023 уч.год

## Содержание рабочей программы

<b>I.</b>	<b>Целевой раздел</b>	<b>3</b>
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Нормативно-правовая основа рабочей программы	3
1.3.	Федеральный государственный образовательный стандарт	4
1.4.	Цели и задачи реализации программы	4
1.5.	Принципы формирования Программы	5
1.6.	Этно-региональная составляющая часть программы	6
1.7.	Организация работы во второй младшей возрастной группе	7
1.8.	Целевые ориентиры образовательного процесса	7
<b>II.</b>	<b>Содержательный раздел</b>	
2.1.	Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей второй младшей группы (3 – 4 года)	7
2.2.	Промежуточные планируемые результаты (3 – 4 года)	10
2.3.	Формы, способы, методы и средства реализации программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	11
2.4.	Коррекционная работа	12
2.5.	Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями	13
<b>III.</b>	<b>Организационный раздел</b>	
3.1.	Система планирования НОД	15
3.2.	Паспорт физкультурного зала	15
3.3.	Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ с детьми 3 – 4 лет	17
3.4.	Формы и методы оздоровления детей	18
3.5.	Физкультурно-оздоровительный режим	19
3.6.	Физкультурно-оздоровительная работа	20
3.7.	Система мониторинга достижения планируемых результатов освоения Программы	22
	Список литературы	23
	<b>Приложения</b>	
1	Возрастные характеристики детей 3-4 лет	
2	Списки детей 3-4 лет	
3	Расписание непосредственно образовательной деятельности	
4	Планирование непосредственно образовательной деятельности	
5	Планирование непосредственно образовательной деятельности на БИОМ	
6	Досуги	
7	Физкультурные праздники	
8	Мониторинг	
9	Индивидуально-коррекционная работа	

## **I. Целевой раздел**

### **1.1. Пояснительная записка**

Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в новых федеральных государственных требованиях, где огромное внимание уделяется вопросам здоровья и сохранения. Решение этой задачи регламентируется Законом «Об образовании в РФ» от 27 декабря 2012 г. №273, а также указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ»; «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ» и другими нормативными документами.

Воспитанники Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 185 комбинированного вида» Советского района г. Казани (далее - Детский сад) проводят в детском саду значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, являясь важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления вызывает серьёзную озабоченность не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей.

В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребёнка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

Рабочая программа инструктора по физической культуре Детского сада является организационным инструментом реализации Основной образовательной программы дошкольного образовательного учреждения МАДОУ «Детский сад № 185» (далее – ООП). Рабочая программа составлена на 2022-2023 учебный год.

### **1.2. Нормативно-правовая основа рабочей программы**

Нормативно-правовую основу для разработки рабочей программы образовательной области «Физическое развитие» составляют:

1. Основная образовательная программа дошкольного образовательного учреждения МАДОУ «Детский сад № 185 комбинированного вида» Советского района г. Казани
2. Закон об образовании 2013 - федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
3. Приказ МОиН РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 г. №1155
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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»

### **1.3. Федеральный государственный образовательный стандарт**

Согласно ФГОС дошкольного образования образовательная область «Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

- двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленной 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 ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

### **1.4. Цели и задачи реализации программы**

#### **Цель программы:**

Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья, создание условий для становления творческой, интеллектуальной, духовно и физически развитой личности, способной к осознанному саморазвитию.

#### **Задачи программы:**

- Содействовать приобретению двигательного опыта детей, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость;
- создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки), овладения подвижными играми с правилами;
- развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта;
- способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

#### **Конкретизация задач по возрастам:**

##### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:**

Дать простейшие представления о полезной и вредной для здоровья пище; способствовать овладению элементарными знаниями о правилах личной гигиены, важных для здоровья (мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе) о значении сна.

Учить, бережно относиться к своему здоровью, здоровью других детей.

Поощрять сообщения о самочувствии взрослым, избегать ситуации, приносящих вред здоровью; осознает необходимость лечения.

Знакомить с физическими упражнениями, укрепляющие разные органы, о необходимости закаливания.

Направлять действия детей на соблюдение навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

### **Развитие физических качеств:**

Учить энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см.

Поощрять проявление ловкости в челночном беге.

Закреплять умение бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.

### **Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):**

Учить сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.

Учить ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.

Учить ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.

Учить катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

### **Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании во второй младшей группе (3-4 года)**

Привлекать к участию в совместных играх и физических упражнениях.

Способствовать проявлению интереса к физическим упражнениям, умение пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.

Создавать условия для проявления положительных эмоций, активности в самостоятельной и двигательной деятельности.

Поощрять проявление самостоятельности в использовании спортивного оборудования (санки, лыжи, трёхколёсный велосипед).

Поощрять проявление самостоятельности и творчества при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

## **1.5. Принципы к формированию Программы**

Наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- **Принцип оздоровительной направленности**, согласно которому инструктор по физической культуре несёт ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

- **Принцип разностороннего и гармоничного развития личности**, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.

- **Принцип гуманизации и демократизации**, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, **принципа комфортности** в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

- **Принцип индивидуализации** позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий, по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребёнка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной

активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип **возрастной адекватности физических упражнений**.

- **Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередовании я нагрузок и отдыха**, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

- **Принцип единства с семьёй**, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

### **1.6. Этно-региональная составляющая часть программы**

Введение регионального компонента в содержание дошкольного образования позволяет организовать в детском саду систематическую и целенаправленную работу по ознакомлению дошкольников с основами краеведения, культурой и историей родного края, на уровне доступном пониманию дошкольников необходимо дать детям понимание, что великая страна начинается с малой Родины – с того места, где ты родился и живёшь. Данный раздел является частью, формируемой участниками образовательных отношений, и основывается на региональной комплексной программе «Сёенеч (Радость познания)» Шаехова Р.К., Казань, изд. «Магариф-Вақыт». Одним из направлений данной работы является введение регионального содержания в раздел по физическому развитию детей.

Цель физкультурного образования в рамках регионального компонента с помощью средств национальной культуры приобщать детей к физической культуре, к ценностям культуры здоровья как части этнической культуры жителей нашего края, способствовать развитию чувства принадлежности к своей родине, своему народу, чувства общности и гордости за свою культуру.

Задачи:

Оздоровительные – сохранять и укреплять здоровье детей и формировать у них привычку к здоровому образу жизни.

Образовательные – формировать жизненно важные двигательные умения и навыки с учётом двигательного опыта специфики региона; расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладение новыми движениями.

Воспитательные – воспитание у детей приверженности к материальным и духовным ценностям народов, изучение и внедрение утраченных элементов традиционной физической культуры; воспитание физических, нравственных качеств; воспитание силы, воли, выдержки, самостоятельности, проявление инициативы, находчивости.

Подвижные народные игры в детском саду являются одним из главных средств решения целого комплекса связанных между собой задач воспитания личности дошкольника. Игры направлены на развитие у детей творческого мышления, воображения, внимания, воспитание морально-волевых качеств, инициативности, самостоятельности.

Народные игры являются неотъемлемой частью патриотического, физического воспитания дошкольников. В народе особенно ценились смелость и решительность, физическая сила, выносливость, ловкость. Все игры связаны с прыжками, метанием, бегом способствуют упражнению детей в основных видах движения, формированию быстроты реакции, выносливости. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей, у них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родного края, создаётся эмоционально-положительная основа для развития патриотических чувств к родине, знание национальных корней.

Внедрение регионального компонента через подвижные игры решает нужные задачи в области воспитания и формирования духовно-нравственного отношения к культуре

родного края, чувства сопричастности к наследию своего народа. Ушинский писал: «Воспитание, если оно не хочет быть бессильным, должно быть народным...». «Воспитание, созданное самим народом, основанное на народных началах, имеет ту воспитательную силу, которой нет в самых лучших системах, основанных на абстрактных идеях...».

### **1.7. Организация работы во второй младшей возрастной группе**

В 2022-2023 учебном году в Детском саду функционируют 3 группы для детей 3-4 лет (2 младшая). Возрастные особенности детей второй младшей группы (3 – 4 года) (Приложение 1).

Списки детей каждой группы прилагаются (Приложение 2).

### **1.8. Целевые ориентиры образовательного процесса**

В соответствии с ФГОС дошкольного образования к целевым ориентирам образовательной области «Физическое развитие» относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка:

целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребёнок 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 конфликты;
- ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребёнок 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 личной гигиены.

## **II. Содержательный раздел**

### **2.1. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей второй младшей группы (3 - 4 года)**

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, ловкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. развитие умения выполнять ходьбу и бег свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрёстную координацию движений рук и ног; действовать совместно;

2. формирование умения строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить своё место при построениях;
3. формирование умения сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии;
4. формирование умения соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве;
5. совершенствование разнообразных видов движений, основных движений. Развитие навыков лазанья, ползания; ловкости, выразительности и красоты движений;
6. введение в игры более сложных правил со сменой видов движений;
7. развитие умения энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперёд: принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см;
8. закрепление умения энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя руками одновременно;
9. обучение хвату за перекладину во время лазанья;
10. закрепление умения ползать.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. поощрение участия детей в совместных играх и физических упражнениях. Воспитание интереса к физическим упражнениям, желания пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время;
2. формирование у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности;
3. формирование желания и умения кататься на санках, трёхколёсном велосипеде, лыжах. Развитие умения самостоятельно садиться на трёхколёсный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Развитие умения надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место;
4. развитие умения реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и другие; выполнять правила в подвижных играх;
5. развитие самостоятельности и творчества при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организация подвижных игр с правилами. Поощрение самостоятельных игр детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

### **Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений**

#### **1. Основные движения**

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2 – 2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по тонкой доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

**Бег.** Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

**Катание, бросание, ловля, метание.** Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди,



правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и лёгкой (расстояние 1 - 1,5 м) Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см) Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля (2-3 раза подряд).

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м.) между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см.), не касаясь руками пола, пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперёд (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребёнка, через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

**Групповые упражнения с переходами.** Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

**Ритмическая гимнастика.** Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

## **2. Общеразвивающие упражнения**

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимание и опускание прямых рук вперёд, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Перекладывание предметов из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопки в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивание рук вперёд, в стороны, поворачивание ладонями вверх, поднимание и опускание кисти, шевеление пальцами.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Передача мяча друг другу над головой вперёд-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворот (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклон, подтягивание ног к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лёжа на спине: одновременное поднимание и опускание ног, движения ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения, лёжа на животе: сгибание и разгибание ног (поочередно и вместе), поворот со спины на живот и обратно; прогибание, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Подъём на носки; поочередное выставление ноги на носок вперёд, назад, в сторону. Приседания, держась за опору и без неё; приседания, вынося руки вперёд; приседания, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередное поднимание и опускание ног, согнутых в коленях. Сидя захват пальцами ног мешочки с песком. Ходьба по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

## **3. Спортивные упражнения**

**Катание на санках.** Катание на санках друг друга, катание с невысокой горки.

**Скольжение.** Скольжение по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

**Ходьба на лыжах.** Ходьба по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.

**Катание на велосипеде.** Катание на трёхколёсном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

## **4. Подвижные игры**

**С бегом.** «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пёс», «Птички в гнёздышках».

**С прыжками.** «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

**С подлезанием и лазаньем.** «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

**С бросанием и ловлей.** «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

**На ориентировку в пространстве.** «Найди своё место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

**Народные игры:** «Займи место», «Урман буенда» («На опушке»), «Узнай и догони» («Читэнме, бузме?»), «Скок-перескок» («Кучтем-куч»), «Тёсле фейерверк» (разноцветный фейерверк), «Хромая лиса», «Мячом в цель», «День – ночь».

## **2.2. Промежуточные планируемые результаты детей второй младшей группы (3 – 4 года)**

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- имеет простейшее представление о полезной и вредной для здоровья пище;
- владеет элементарными знаниями о правилах личной гигиены, важных для здоровья (мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе) о значении сна;
- умеет бережно относиться к своему здоровью, здоровью других детей;
- умеет сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуации, приносящих вред здоровью; осознает необходимость лечения;
- знает физические упражнения, укрепляющие разные органы, знает о необходимости закаливания;
- соблюдает навыки гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, ловкости, выносливости и координации):

- энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;
- проявляет ловкость в челночном беге;
- умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;
- может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;
- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление;
- может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- принимает участие в совместных играх и физических упражнениях;
- проявляет интерес к физическим упражнениям, умеет пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время;
- проявляет положительные эмоции, активность в самостоятельной и двигательной деятельности;
- проявляет самостоятельность в использовании спортивного оборудования (санки, лыжи, трёхколёсный велосипед);

- проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

### **2.3. Формы, способы, методы и средства реализации программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников**

Кроме принципов, выделяются методы физического развития и воспитания. Традиционно различаются три группы **методов**.

#### **1. Наглядные методы**, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);
- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. К **словесным методам** относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. К **практическим методам** можно отнести выполнение движений (совместно – распределённое, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания**. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

- **Гигиенические факторы** (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;

- **Естественные силы природы** (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребёнка;

- **Физические упражнения**, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - **форм организации** физкультурно – оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создаёт определённый двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей.

#### **2.4. Коррекционная работа**

Основная цель — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи. Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребёнка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В работу включаются физические упражнения: построение в шеренгу (вдоль линии), в колонну друг за другом, в круг; ходьба; бег, прыжки; лазанье; ползание; метание; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Рекомендуются проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

В настоящее время в систему занятий по физическому развитию для детей с ОВЗ включается адаптивная физическая культура (АФК) — комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также сознанию необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества.

Адаптивная физкультура обеспечивает лечебный, общеукрепляющий, реабилитационный, профилактический и другие эффекты. Основные задачи, которые стоят перед адаптивной физической культурой:

- формировать у ребёнка осознанное отношение к своим силам в сравнении с силами здоровых сверстников;
- развивать способность к преодолению не только физических, но и психологических барьеров, препятствующих полноценной жизни;
- формировать компенсаторные навыки, умение использовать функции разных систем и органов вместо отсутствующих или нарушенных;
- развивать способность к преодолению физических нагрузок, необходимых для полноценного функционирования в обществе;
- формировать потребность быть здоровым, насколько это возможно, и вести здоровый образ жизни; стремление к повышению умственной и физической работоспособности;

- формировать осознание необходимости своего личного вклада в жизнь общества;
- формировать желание улучшать свои личностные качества.

АФК объединяет все виды физической активности и спорта, которые соответствуют интересам детей с проблемами в развитии и способствуют расширению их возможностей. Цель АФК — улучшение качества жизни детей с ОВЗ посредством физической активности и спорта. Основной задачей является решение конкретных психомоторных проблем, как путём изменения самого ребёнка, так и изменения окружающей среды, по возможности устраняя в ней барьеры к более здоровому, активному образу жизни, к равным со своими здоровыми сверстниками возможностям заниматься спортом.

В тех случаях, когда программа не может быть полностью освоена детьми с ОВЗ, проектируются индивидуальные программы воспитания и обучения. При проектировании индивидуальной программы следует опираться на ряд принципов:

- принцип ориентации на возможности дошкольников, то есть индивидуально-психологические, клинические особенности детей с ОВЗ;
- принцип дозированности объёма изучаемого материала. В связи с замедленным темпом усвоения необходима регламентация объёма программного материала по всем разделам программы и более рациональному использованию времени для изучения определённых тем;
- принцип линейности и концентричности. При линейном построении программы темы следует располагать систематически, последовательно по степени усложнения и увеличения объёма; при концентрическом построении программы материал повторяется путём возвращения к пройденной теме. Это даёт возможность более прочного усвоения материала.
- принцип инвариантности, предполагающий видоизменение содержания программы, комбинирование разделов, в отдельных случаях изменение последовательности в изучении тем, введение корректировки.

## **2.5. Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями**

Дошкольный возраст – это фундамент здоровой личности а, следовательно, и здорового общества в настоящем и будущем. Развитие физической культуры – одно из приоритетных направлений государственной политики, нацеленной на укрепление и здоровье детей. Формирование у ребёнка потребности в движении в значительной степени зависит от особенностей жизни и воспитания, возможности окружающих его взрослых создать благоприятные условия для физического развития.

Задачи взаимодействия с семьёй:

- вести у детей желание вести здоровый образ жизни;
- повышать роль семьи в физическом воспитании и оздоровлении детей;
- способствовать развитию творческой инициативы родителей в формировании у детей устойчивого интереса к физической культуре;
- формировать общественное мнение о значимости физической культуры в ДОУ и семье.

Таким образом, можно прийти к выводу, что необходимо использовать такие формы работы с родителями, в которых они выступают заинтересованными участниками педагогического процесса. Это позволяет повысить уровень физической культуры детей, используя потенциал каждого ребёнка. Особенность используемых нами форм работы заключается в том, что они носят не только консультативную, но и практическую направленность и являются системными мероприятиями с участием родителей, воспитателей и детей.

### **Формы работы с родителями**

Название	Задачи	Результат
----------	--------	-----------

Родительские собрания	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ознакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой ДОУ;</li> <li>- воздействовать на родителей с целью привлечения к совместным занятиям.</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закаливание детского организма;</li> <li>2. Стадии физического развития.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- расширяются представления об особенностях физического развития детей;</li> <li>- появляется интерес к физической культуре.</li> </ul>
Изготовление наглядного материала и атрибутов для физкультурных занятий	<ul style="list-style-type: none"> <li>- привлекать родителей к совместному изготовлению атрибутов для ежедневных физкультурных занятий в группе и дома;</li> <li>- знакомить родителей с вариантами использования атрибутов для привлечения детей к занятиям физической культуры;</li> <li>- способствовать созданию в семье условий для реализации потребности детей в физической активности.</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Игры с использованием нестандартного спортивного оборудования;</li> <li>2. Игры с использованием спортивного инвентаря, изготовленного из мячей</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- родители узнают, какими атрибутами можно пополнить свой арсенал пособий для ежедневных физкультурных занятий и игр дома;</li> <li>- знакомятся со способами использования данного оборудования для повышения двигательной активности детей.</li> </ul>
Папки - передвижки «Физкультура в жизни ребёнка»	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повышать интерес детей к физической культуре и спорту;</li> <li>- воспитывать желание вести ЗОЖ;</li> <li>- воздействовать на родителей с целью привлечения к совместным занятиям спортом;</li> <li>- расширять представление родителей и детей о формах семейного досуга.</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Весёлые физкультминутки;</li> <li>2. Физкультура для детей и её влияние на развитие ребёнка.</li> <li>3. Утренняя зарядка в лесу.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- способствует повышению интереса детей к физической культуре, выполнению физических упражнений;</li> <li>- дети знакомятся со спортивными увлечениями своих родственников.</li> </ul>
Советы специалистов Консультации Совместные практикумы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- рассказывать о значении физкультуры для человека;</li> <li>- повышать интерес к физической культуре;</li> <li>- воспитывать желание вести ЗОЖ;</li> <li>- формировать интерес к занятиям физкультурой</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Весёлая гимнастика для детей;</li> <li>2. Солнце, воздух и вода;</li> <li>3. Игры с мячом;</li> <li>4. Игры на улице для детей 3 – 4 лет.</li> </ol>	Такие мероприятия вызывают у родителей желание заниматься спортом. В результате родители могут отвести своего ребёнка в спортивную секцию или кружок.

### III. Организационный раздел

#### 3.1. Система планирования НОД

Непосредственная образовательная деятельность по разделу «Физическая культура» проводится согласно учебному плану, объёмом 3 раза в неделю. Планируется и организуется инструктором по физической культуре и воспитателем.

Расписание занятий составляется старшим воспитателем, в соответствии с учебным планом ООП ДО МАДОУ и является приложением (Приложение 4) к данной программе.

#### 3.2. Паспорт физкультурного зала

В Детском саду создана богатая предметно-развивающая среда направлению «Физическое развитие» как в физкультурном зале, так и в группах. Идёт постоянное обогащение и оптимизация использования имеющегося оборудования силами администрация, инструктора по физической культуре, педагогов, воспитателей и родителей (законных представителей).

Детский спортивно-игровой комплекс БИОМ (разработчик С.В. Реутский) предназначен для приобщения детей к общему физическому развитию посредством моделирования различных игровых ситуаций в возрасте от одного года до десяти - двенадцати лет. ООО «БИОМ» (г. Москва) основано в 2003 году с целью реализации индивидуального творческого подхода к проектированию и изготовлению спортивно-игровых комплексов для детей в возрасте от одного года до десяти - двенадцати лет.

Разноплановое влияние игры на всестороннее развитие личности ребёнка проявляется с раннего возраста через имитационно-процессуальные игры, позволяющие осваивать различные физические навыки и движения.

В игре на комплексе БИОМ развиваются физические силы ребёнка, выносливость, твёрже делается рука, вернее глаз, развиваются сообразительность, находчивость, инициатива. В детских играх проявляется непосредственное отношение ребёнка к жизни. Эти игры носят вполне серьёзный характер, полны реальных переживаний, чувств, мыслей, наполнены активными движениями, хотя и ограничены физическими возможностями ребёнка.

В числе конструктивных особенностей металлокаркасов БИОМ заложены возможности моделирования игрового пространства для маленьких детей. Последующая трансформация конструкции комплекса позволяет обустроить среду обитания ребёнка старшего возраста и сместить акценты в интересах ребёнка в сторону спортивного образа жизни. (Приложение 5)

№	Наименование	Размеры, масса	Количество
1	Батут детский каркасный пружинный		1
2	Бревно гимнастическое напольное	240=10=15	1
3	Гимнастические скамейки		9
4	Гимнастический городок детский		1
5	Детский велотренажёр		1
6	Детский степпер «Ходики»		1
7	Детский тренажёр «Беговая дорожка»		1
8	Детский тренажёр «Гребля»		1
9	Детский тренажёр «Силовой» (скамья для отжима)		1
10	Детский тренажёр для ходьбы «Бегущая по волнам»		1
11	Детский спортивно-игровой комплекс БИОМ		1

12	Дорожка балансир (лестница верёвочная напольная с цветными нитями)		1
13	Доска гладкая с зацепом		1
14	Доска с ребристой поверхностью		2
15	Дуга малая (железо)	500=500	4
16	Дуги для подлезания	40 см.	2
17	Дуги для подлезания	50 см.	2
18	Дуги для подлезания	60 см.	2
19	Змейка канат		1
20	Канат для перетягивания		1
21	Кегли набор		1
22	Комплекс физкультурный спортивно игровой (2015 г.)		1
23	Комплект мягких модулей (радуга)		1
24	Куб деревянный малый	Ребро – 200 мм	4
25	Массажный коврик «гофр»		4
26	Мат «Великан 3»	300=100=10	2
27	Мат напольный (синий)	120=60=8	2
28	Мешочек с песком	250 гр.	20
29	Мишень навесная	Длина – 600 мм Ширина – 600 мм Толщина – 15 мм	2
30	Модуль «Забава 4»		1
31	Мяч большой		30
32	Мяч гимнастический		3
33	Мяч малый		30
34	Мяч прыгун		1
35	Мяч средний		30
36	Набор «Кузнечик» (много мелочи)		1
37	Обруч большой	Диаметр – 1000 мм	3
38	Обруч малый	Диаметр – 550 – 600 мм	20
39	Палка гимнастическая длинная	Длина – 2500 – 3000 мм	3
40	Палка гимнастическая короткая	Длина – 750 мм	20
41	Переكاتи поле (набор мягких модулей)		1
42	Скакалка длинная	Длина – 3000 мм	1
43	Скакалка короткая	Длина – 1200 – 1500 мм	24
44	Стенка гимнастическая	270=90=20	3
45	Стойки для подлезания		(1 комплект), 2 стойки



46	Тележка для спортивного инвентаря (дерево)		4
47	Центр музыкальный «LG»		1
48	Щит баскетбольный навесной с корзиной		2

В 2020-2021 учебном году запланирована работа по изготовлению нестандартного оборудования для профилактики плоскостопия «Весёлые дорожки».

### 3.3. Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

**Цель:** Удовлетворять биологическую потребность растущего организма ребёнка в двигательной деятельности, давать возможность ему ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

№	Специалисты	Содержание работы
1.	Администрация детского сада (заведующая, старший воспитатель)	Материально-техническое и методическое обеспечение воспитательно-образовательного процесса, координация деятельности специалистов планирование и контроль за учебно-воспитательным процессом, диагностика.
2.	Инструктор по физической культуре	Планирование и проведение физкультурных занятий с учётом групп здоровья и индивидуальных особенностей детей, организация спортивных развлечений, консультирование.
3.	Медицинская сестра	Учёт детей по группам здоровья, профилактические мероприятия организация питания и контроль, консультирование педагогов и родителей.
4.	Воспитатель	Планирование и проведение физкультурно-оздоровительных и профилактических мероприятий в своей возрастной группе в течение дня, консультирование родителей.
5.	Музыкальный руководитель	Планирование и проведение занятий, дыхательная гимнастика, релаксация, проведение развлечений по оздоровительной тематике, консультирование педагогов и родителей.
6.	Педагог-психолог	Коррекция отклонений в познавательном развитии, артикуляционная и психогимнастика, консультация педагогов и родителей

### 3.4. Формы и методы оздоровления детей

1	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>• щадящий режим в адаптационный период;</li> <li>• гибкий режим;</li> <li>• организация микроклимата;</li> <li>• определение оптимальной нагрузки.</li> </ul>
2	Организация двигательного движения	<ul style="list-style-type: none"> <li>• утренняя гимнастика;</li> <li>• физкультурные занятия;</li> <li>• подвижные игры;</li> <li>• профилактическая гимнастика;</li> <li>• спортивные игры;</li> <li>• прогулки;</li> <li>• гимнастика после дневного сна;</li> <li>• музыкально-ритмические занятия;</li> <li>• оздоровительный бег;</li> <li>• корригирующая гимнастика.</li> </ul>
3	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> <li>• умывание;</li> <li>• мытьё рук;</li> </ul>
4	Свето-воздушные ванны	<ul style="list-style-type: none"> <li>• проветривание помещений;</li> <li>• сон при открытых фрамугах;</li> <li>• воздушные ванны;</li> <li>• обеспечение светового режима;</li> </ul>
5	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> <li>• развлечения;</li> <li>• праздники;</li> <li>• дни здоровья;</li> <li>• физкультурные досуги.</li> </ul>
6	Музыкальная терапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>• музыкальное сопровождение режимных моментов;</li> <li>• музыкально-театральная деятельность;</li> <li>• хоровое пение.</li> </ul>
7	Аутотренинг и психогимнастика	<ul style="list-style-type: none"> <li>• игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы;</li> <li>• игры-тренинги на снятие отрицательных эмоций и невротических состояний;</li> <li>• коррекция поведения;</li> <li>• релаксация.</li> </ul>
8	Закаливание	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ходьба босиком;</li> <li>• массаж;</li> <li>• дыхательная гимнастика;</li> <li>• обширное умывание.</li> </ul>
9	Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• беседы;</li> <li>• специальные занятия;</li> <li>• периодическая печать.</li> </ul>

### 3.5. Физкультурно-оздоровительный режим

<b>Содержание работы</b>	<b>Время проведения</b>	<b>Исполнитель</b>
Приём детей	Ежедневно 7.00-8.00	Воспитатели группы
Осмотр детей	Ежедневно	Медицинская сестра, воспитатели
Утренняя гимнастика	Ежедневно по режиму	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Завтрак, обед, полдник, ужин	По режиму	Повар, кладовщик, воспитатели
Физкультурные занятия	По сетке	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Музыкальные занятия	По сетке	Музыкальный руководитель, воспитатели
Физкультминутки	По мере необходимости	Воспитатели
Игры между занятиями	Ежедневно	Воспитатели
Прогулка	По режиму	Воспитатели
Подвижные игры	По плану	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Спортивные игры	По плану	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Спортивные упражнения на прогулке	По плану	Воспитатели
Физкультурный досуг	1 раз в квартал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Физкультурный праздник	2 раз в год	Инструктор по физической культуре, старший воспитатель, воспитатели
Корригирующая гимнастика (для глаз, дыхательная, пальчиковая)	Ежедневно	Воспитатели
Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Дневной сон	По режиму	Воспитатели
Гимнастика после сна	Ежедневно	Воспитатели
Закаливающие мероприятия (облегчённая одежда, мытье рук до локтя, умывание прохладной водой, питьевой режим, солнечные ванны, воздушные ванны, ходьба по массажным дорожкам и нестандартному оборудованию и т.д.)	В течение дня ежедневно	Воспитатели, медицинская сестра, инструктор по физической культуре
Обследование физического развития детей	2 раза в год	Инструктор по физической культуре
Медико-педагогический контроль за проведением физкультурных занятий	2 раза в год, в каждой группе	Заведующий, старший воспитатель, медицинская сестра, инструктор по физической культуре
Медико-педагогический контроль за проведением	По плану ДОУ, в каждой группе	Заведующий, старший воспитатель, медицинская сестра

физкультурно-оздоровительных мероприятий		
Тепловой и воздушный режим	По графику	Воспитатели, завоз, медицинская сестра, младшие воспитатели
Кварцевание групп	По графику	Воспитатели, медицинская сестра, младшие воспитатели
Санитарно-гигиенический режим	Постоянно	Воспитатели, медицинская сестра, младшие воспитатели
Консультативная просветительская работа среди педагогов по вопросам физического развития и оздоровления	По годовому плану	Заведующий, инструктор по физической культуре, старший воспитатель, педагог-психолог
Консультативная просветительская работа среди родителей по вопросам физического развития и оздоровления	По годовому плану:	Заведующий, инструктор по физической культуре, старший воспитатель, педагог-психолог

### 3.6. Физкультурно-оздоровительная работа

Содержание работы	Срок	Ответственный
<b>ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА</b>		
Составления графика индивидуальных занятий с детьми, не усваивающими программу	15 -30 ноября	Инструктор по физической культуре
Разработка конспектов спортивных досугов для всех возрастных групп	Ежемесячно	Инструктор по физической культуре
<b>ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА</b>		
Антропометрия	Сентябрь, апрель	Медицинская сестра
Уточнение списка детей по группам здоровья	Сентябрь	Медицинская сестра
Медико-педагогический контроль за проведением занятий и закалывающих процедур	По плану ВСОКО	Заведующий ДОУ, медицинская сестра, старший воспитатель
Проведение мониторинга по физическому развитию	Май	Инструктор по физической культуре, старший воспитатель, воспитатель
<b>ФИЗКУЛЬТУРА И ОЗДОРОВЛЕНИЕ В РЕЖИМЕ ДНЯ</b>		
Ежедневное проведение утренней гимнастики: на воздухе, в помещении	В течение года	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Физкультурные занятия	По расписанию занятий	Инструктор по физической культуре
Проведение физкультминуток	По мере необходимости	Воспитатели
Проведение гимнастики после сна	В течение года	Воспитатели
Проведение закалывающих мероприятий	В течение года	Воспитатели, медицинская сестра
Проведение упражнения для глаз	В течение года	Воспитатели

<b>ОРГАНИЗАЦИОННО-МАССОВАЯ РАБОТА</b>		
Проведение физкультурных досугов	1 раз в квартал (приложение 6)	Инструктор по физической культуре, старший воспитатель
Проведение физкультурных праздников	2 раза в год (приложение 7)	Инструктор по физической культуре, старший воспитатель
Оснащение спортивных уголков в группах	В течение года	Инструктор по физической культуре, старший воспитатель, воспитатели
<b>РАБОТА С ПЕДКОЛЛЕКТИВОМ И РОДИТЕЛЯМИ</b>		
Освещение вопросов физического воспитания и оздоровления детей на педагогических советах и родительских собраниях	По годовому плану работы МАДОУ	Инструктор по физической культуре, медицинская сестра, старший воспитатель
Привлечение родителей к подготовке и проведению спортивных праздников, физкультурных досугов, дней здоровья	В течение года	Заведующий ДОУ, Инструктор по физической культуре
<p>Оформление наглядного материала для родителей и воспитателей:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Консультация «Использование физкультурного оборудования для повышения двигательной активности во время прогулки»;</li> <li>2. Консультация «Форма для занятий физкультурой в зале и на улице»;</li> <li>3. Папка – раскладушка «Весёлый тренинг»</li> <li>4. Консультация «Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей дошкольного возраста»;</li> <li>5. Информационная папка раскладушка «Физкультура в детском саду»;</li> <li>6. Папка – передвижка «Кто является первым воспитателем ребёнка?»;</li> <li>7. Памятка для родителей по формированию ЗОЖ;</li> <li>8. Информация «Здоровьесберегающие технологии в детском саду»;</li> <li>9. Консультация «Здоровье ребёнка – это...»;</li> <li>10. Информация «Зимние травмы»;</li> <li>11. Папка – передвижка «Дарите детям свою любовь и заботу»;</li> <li>12. Папка – передвижка «Десять советов родителям».</li> </ol>	1 раз в месяц	Инструктор по физической культуре

### **3.7. Система мониторинга достижения планируемых результатов освоения**

Мониторинг детского развития проводится два раза в год (в ноябре и мае). Основная задача мониторинга заключается в том, чтобы определить состояние условий, созданных для освоения ребёнком образовательной программы и влияние образовательного процесса, организуемого в дошкольном учреждении, на развитие ребёнка.

Для оценки уровня сформированности двигательных навыков используются качественные показатели бега, прыжков в длину с места, метания вдаль, определённые Г. Лесковой и Н. Ноткиной, С. Прищепа, М.А. Руновой, а также «Общероссийская система мониторинга, 2001».

Параметры и весовой коэффициент отражены в таблице (Приложение 8)

При выявлении недостаточных условий для развития детей составляется индивидуальный коррекционный план (Приложение 9)

### Список литературы:

1. Аверина И.Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие / И.Е. Аверина. – 4-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2008. – 144 с. – (Дошкольное воспитание и развитие).
2. Агапова И.А., Давыдова М.А. Подвижные игры для дошкольников / Авт.-сост. И.А. Агапова, М.А. Давыдова. – М.: АРКТИ, 2008. – 156 с. (Растем здоровыми).
3. Вавилова Е. А. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость. – М., 1981
4. Вавилова Е. А. Учите детей бегать, прыгать, лазать. – М., 1983
5. Веракса Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы.
6. Власенко Н.Э. 300 подвижных игр для дошкольников: практ. Пособие / Н.Э. Власенко. – М.: Айрис-пресс, 2011. – 160 с.: ил. – (Культура здоровья с детства).
7. Кенеман А. В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М., 1981
8. Лескова Т.П., Буцинская П.П., Васюкова В.И. Общеразвивающие упражнения в детском саду. – М., 1981.
9. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. – М., 1978.
10. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий. – М.: Мозаика-Синтез, 2009. – 80 с.
11. Реутский С.В. Физкультура про другое, зато для всех и обо всё, от простого к сложному, в семье, в детском саду и в начальной школе. – СПб.: Агентство образовательного сотрудничества, 2006. – 224 с.
12. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2 – 7 лет / Авт. – сост. Э.Я. Степаненкова. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011. – 144 с.
13. Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания. – М., 2008.
14. Т.А. Тарасова Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – 176 с. – (Приложение к журналу «Управление ДОУ»).
15. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 3–5 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2011. – 64.
16. Шаехова Р.К.Сәенеч (Радость познания) Казань, «Магариф-Вақыт»,– РИЦ, 2016