

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №55 «Килэчэк» Зеленодольского муниципального района  
Республики Татарстан»

«Согласовано»  
старший воспитатель МБДОУ №55  
«Килэчэк» И.В.Шибалова  
«02» 09 2015г.

«Утверждаю»  
заведующий МБДОУ №55 «Килэчэк»  
Бурдина З.К.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ  
«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»  
ДЛЯ ДЕТЕЙ С 2-х до 7-ми ЛЕТ**

Составила: Демидова С.Ю.

Принято  
решением педагогического совета  
МБДОУ №55 «Килэчэк»  
Протокол № 1  
от «02» «сентября» 2015 года  
Приказ № 23  
от «02» «сентября» 2015 года

г. Зеленодольск  
2015

Демидова Светлана Юрьевна, физинструктор



---

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ДО с учетом Примерной основной образовательной программы дошкольного образования

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	5
<b>1. Целевой раздел.....</b>	<b>6</b>
<b>1.1. Пояснительная записка.....</b>	<b>6</b>
1.1.1. Цели и задачи программы .....	7
1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы .....	7
<b>1.2. Планируемые результаты .....</b>	<b>8</b>
1.2.1. Значимые для разработки и реализации программы характеристики.....	8
1.2.2. Целевые ориентиры в раннем возрасте .....	10
1.2.3. Целевые ориентиры на этапе завершения освоения программы .....	10
<b>1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по программе .....</b>	<b>11</b>
<b>II. Содержательный раздел.....</b>	<b>12</b>
2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях .....	12
2.2. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями дошкольников.....	13
2.5. Коррекционно - развивающая работа с детьми.....	13
2.6. Формы и средства работы по реализации основных задач по физическому развитию.....	14
2.7. Типы и способы проведения занятий.....	15
<b>III. Организационный раздел.....</b>	<b>16</b>
3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка.....	16
3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды.....	16
3.3. Кадровые условия реализации программ.....	17
3.4. Материально-техническое обеспечение программы.....	17
3.5. Планирование образовательной деятельности .....	19

3.6. Годовой план работы инструктора по физической культуре.....	19
3.7. Режим дня и распорядок .....	24
3.8. Система закалывающих мероприятий.....	26
3.9. Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания Программы и обеспечивающих ее реализацию нормативно-правовых, финансовых, научно-методических, кадровых, информационных и материально-технических ресурсов .....	27
3.10. Перечень нормативных и нормативно-методических документов .....	28
3.11. Перечень литературных источников.....	29

### Введение

Согласно Федеральному закону «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ (далее – Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации») дошкольное образование является уровнем общего образования наряду с начальным общим, основным общим и средним общим образованием. Первая и главная задача дошкольного образования это - здоровье детей. В процессе работы по физическому развитию решается целый ряд задач, способствующих физическому развитию и воспитанию детей дошкольного возраста. У детей на протяжении всего периода воспитания и обучения в детском саду формируется прочный запас двигательных навыков и умений, развиваются физические качества, координация движений, прививаются основы безопасности жизнедеятельности. Образовательная программа является документом, на основании которого проводится непосредственно образовательная деятельность в области физическое развитие. Программа реализует принципы стандарта и охватывает развитие детей по пяти образовательным областям.

Содержание программы в соответствии с требованиями Стандарта включает три основных раздела – целевой, содержательный и организационный.

**Целевой раздел** программы определяет ее цели и задачи, принципы и подходы к формированию программы, планируемые результаты ее освоения в виде целевых ориентиров.

**Содержательный раздел** программы включает описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка в пяти образовательных областях – социально-коммуникативной, познавательной, речевой, художественно-эстетической, физической.



## 1. Целевой раздел

### 1.1. Пояснительная записка

Программа предназначена для организации эффективной воспитательно- оздоровительной деятельности ДООУ в области физического развития детей дошкольного возраста с 2-х до 7-ми лет. Программа составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования. Основывается на образовательной программы дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 55» «Килэчэк» ЗМР РТ», составленной с учётом примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» (Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой).

В дошкольной педагогике область «Физическое развитие» рассматривается как единая система воспитательно - оздоровительных мероприятий в режиме дня, в которую входят ежедневные проведения утренней гимнастики, образовательной деятельности, подвижных игр, праздников и развлечений в спортивном зале и на улице под непосредственным руководством физинструктора. Рабочая программа разработана и составлена с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию различных видов физической деятельности в ДООУ, возрастных особенностей детей, в соответствии с концепцией дошкольного воспитания, с учётом национально - регионального компонента. Рабочая программа по физическому развитию детей дошкольного возраста предполагает проведение физкультурных занятий 3 раза в неделю в каждой возрастной группе, одно занятие проводится на свежем воздухе.

Оценка промежуточного и итогового уровня физического развития детей проводится в рамках мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы. В программе сформулированы и конкретизированы задачи по физическому развитию для детей второй

группы раннего возраста (2-3 года), младшей группы (3-4 года), средней (4-5 лет), старшей (5-6 лет) и подготовительной к школе группы (6-7 лет).

#### 1.1.1. Цели и задачи программы

Цели программы: создание благоприятных условий для полноценного всестороннего физического развития в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями ребёнка, воспитание у дошкольников приёмов безопасного поведения, формирование потребностей в двигательной активности.

Задачи программы:

1. Охрана и укрепление физического здоровья детей.
2. Формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств и двигательных способностей, простейших понятий о физической культуре и доступных знаний о спорте.
3. Формирование культурно – гигиенических навыков и потребности в здоровом образе жизни
4. Воспитание у детей интереса к занятиям по физической культуре и различным видам спорта.

#### 1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы

Общепедагогические

Принцип осознанности и активности (П.Ф. Лесгафт) - воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм, поддержка высокой степени самостоятельности, инициативности и творчества ребенка.

Принцип повторения – формирование двигательных навыков и динамических стереотипов на основе многократного повторения упражнений, движений.



Принцип доступности и индивидуализации – учет индивидуальных особенностей ребёнка для правильного подбора доступных ему физических нагрузок.

Специальные

Принцип непрерывности - построение физического развития как целостного процесса.

Принцип системного чередования физических нагрузок и отдыха в разных формах двигательной активности.

Принцип адаптивного сбалансирования динамики нагрузок – учет адаптации к ним ребенка.

Принцип оздоровительной направленности – решение задач укрепления здоровья ребенка.

Принцип оптимального сочетания фронтальных, групповых и индивидуальных способов обучения.

## **1.2. Планируемые результаты**

1.2.1. Значимые для разработки и реализации программы характеристики.

Возрастные особенности физического развития детей второй группы раннего возраста (от 2 до 3 лет): на третьем году жизни характерный для первых двух лет интенсивный темп физического развития несколько замедляется, но весь организм крепнет, растёт, развивается нервная система, совершенствуется моторика. Ребёнок в этом возрасте чрезвычайно активен, старается действовать самостоятельно, для развития моторики большую роль играет сюжетная игра, дети действуют по подражанию, но не придерживаются точно заданной формы движения. К концу года движения приобретают размеренный, ритмичный характер, у ребёнка развивается двигательная память.

Возрастные особенности физического развития детей младшей группы раннего возраста (от 3 до 4 лет): в этом возрасте ребёнок обладает

сравнительно большим запасом движения, которые приобретают преднамеренный характер. Дети соблюдают направление движения, охотно включаются в новые и разнообразные виды движений, соблюдая последовательность. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания, сохраняется ведущая роль педагога, так как не сформировано внимание. К концу года ребёнок обладает большим запасом разнообразных движений.

Возрастные особенности физического развития детей средней группы (от 4 до 5 лет): ребёнок пятого года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений, возникает потребность в двигательных импровизациях, возникает интерес к результатам движений. Обогащается моторика разнообразными способами действий. Внимание приобретает более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое восприятие, развиваются ловкость, координация.

Возрастные особенности физического развития детей старшей группы (от 5 до 6 лет): двигательная активность становится многообразной, дети хорошо владеют основными движениями, игровое взаимодействие сопровождается речью, движения осознанные и носят преднамеренный характер, дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, пытаются освоить то, что не получается. Развивается устойчивое равновесие. У детей в этом возрасте наблюдается незавершённость стопы, поэтому требуется выполнение упражнений на профилактику плоскостопия. Большая потребность в двигательной активности.

Возрастные особенности физического развития детей подготовительной группы (от 6 до 7 лет): дети активны, движения их достаточно координированы и точны, различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Развивается способность целенаправленно совершать

движения отдельных частей тела. Целенаправленно повторяют упражнения, проявляя выдержку и настойчивость. Появляется прочный запас двигательных навыков и умений, физических качеств.

1.2.2. Целевые ориентиры в раннем возрасте: стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого. Эмоционально откликается на игру, предложенную взрослым, принимает игровую задачу. Проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им. Умеет играть рядом со сверстниками, не мешая им. Проявляет интерес к совместным играм небольшими группами. У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.). С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.

1.2.3. Целевые ориентиры на этапе завершения освоения программы: у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими. Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность. Ребенок активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, принимает участие в организации занятия, участвует в совместных играх, проявляя инициативу и самостоятельность. Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности. Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.

### 1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по программе

При проведении индивидуальной оценки физического развития детей акцентируется внимание на сензитивные периоды развития физических качеств детей: 3-4 года - быстрота, выносливость, 4-5 лет - быстрота, выносливость, гибкость, 5-6 лет - скоростно - силовые качества и выносливость, 7 лет - ловкость и выносливость. Диагностика проводится на начало и конец учебного года. Результаты диагностики могут использоваться для решения образовательных задач.

№	Фамилия, имя ребенка	Скорость	Гибкость	Ловкость	Скоростно - силовые способности
---	----------------------	----------	----------	----------	---------------------------------

Показатели физических качеств	
Тесты для определения скоростных качеств	Бег на 10 м. с ходу; Бег на 30 м. с высокого старта
Тесты на определение гибкости	Наклон вперед из положения, стоя на гимнастической скамейке; Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь, пятки на одной линии.
Тесты для определения ловкости	Челночный бег 3 раза по 10 м.; Подбрасывание и ловля мяча; Отбивание мяча от пола; Прыжки через скакалку.
Тесты для определения скоростно - силовых способностей	Прыжок в длину с места; Прыжок вверх с места; Прыжок в длину с разбега; Бросок набивного мяча массой 1 кг из - за головы 2 руками; Метание мешочков вдаль правой, левой рукой.

## **II. Содержательный раздел**

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях.

Образовательная область «Физическое развитие» интегрируется с такими образовательными областями, как социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие.

Социально-коммуникативное развитие: развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментов и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

Познавательное развитие: обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Речевое развитие: обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

Художественно-эстетическое развитие: обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

## 2.2. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями дошкольников

Семья является институтом первичной социализации и образования, который оказывает большое влияние на развитие ребенка, и только взаимодействие с семьей в духе партнерства в деле образования и воспитания детей, является предпосылкой для обеспечения их полноценного развития и делает успешной работу педагога.

№	Содержание работы	Формы работы	Сроки
1	«Дети против родителей»	Спартакиада	Ежегодно 1 кв.
2	«Коррекция плоскостопия» «Красивая осанка - залог здоровья» «Льжные прогулки» «Физическое воспитание с раннего возраста»	Консультации	Ежегодно 1 раз в квартал
4	«День открытых дверей»	показ занятия, утренняя гимнастика.	Ежегодно Май
5	Праздники, досуги, развлечения посредством народной игровой культуры. Татарские народные игры с привлечением родителей	Совместная работа с родителями. Мастер –класс от родителей.	Ежегодно в соответствии с циклограммой годового плана
6	Привлечение родителей к постройкам из снега, горки, и ледяной дорожки на спортплощадке	индивидуальная работа	Ежегодно Декабрь, Январь
7	«Мы - мужчины»	Развлечение	Ежегодно Февраль
8	«Моя мама - самая ловкая и смелая»	Развлечение	Ежегодно Март
9	«Моя спортивная семья – это папа, мама, я »	Спартакиада	Ежегодно Май

## 2.5. Коррекционно-развивающая работа с детьми

Для коррекционной работы с детьми проводятся индивидуально - ориентированные мероприятия, которые обеспечивают удовлетворение особых образовательных потребностей детей.

Ф.И. ребенка	№ группы	дата	кол-во занятий	вид движений	основные задачи	игры и упражнения	литература
--------------	----------	------	----------------	--------------	-----------------	-------------------	------------

## 2.6. Формы и средства работы по реализации основных задач по физическому развитию

1. Непосредственно образовательная деятельность
2. Простейший туризм (прогулки и экскурсии за пределы участка детского сада).
3. Гигиенические факторы:
4. Закаливание.
5. Профилактические мероприятия.
6. Умывание, обтирание прохладной водой.
7. Хождение по массажным дорожкам.
8. Эколого - природные факторы:
9. Прогулки.
10. Воздушные и солнечные ванны.
11. Гимнастика: основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание, упражнения в равновесии), общеразвивающие упражнения, построения и перестроения, танцевальные упражнения.
12. Спортивные упражнения (катание на санках, велосипеде, скольжение по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах и др.)
13. Подвижные игры (сюжетные, бессюжетные), игры с элементами спорта (баскетбол, волейбол, футбол и др.), национальные татарские игры.
14. Игры — занятия.
15. Игровой стретчинг.
16. Фитбол гимнастика.
17. Занятия на тренажёрах.

## 2.7. Типы и способы проведения занятий

Занятие тренировочного типа направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают

многообразии движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др.

**Фронтальный способ.** Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

**Поточный способ.** Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

**Групповой способ.** Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

**Индивидуальный способ.** Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.



## **III. Организационный раздел**

### **3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка**

1. Личностно-порождающее взаимодействие взрослых с детьми, предполагающее создание ситуаций, где каждому ребенку предоставляется возможность выбора различных видов деятельности, средств, партнера, и т. д., обеспечивается опора на личный опыт при освоении новых знаний и жизненных навыков.
2. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности, стимулирование самооценки и сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка.
3. Формирование игры как важнейшего фактора развития ребенка.
4. Создание развивающей образовательной среды, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности.
5. Сбалансированность самостоятельных и совместных подвижных форм активности.
6. Участие семьи как условие, необходимое для полноценного развития ребенка дошкольного возраста.
7. Развитие профессиональных, коммуникативных компетентностей педагога, развитие мастерства мотивирования, владение информационно коммуникативными технологиями.

### **3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды**

Предметно-пространственная среда должна быть:

- 1) содержательно-насыщенной;
- 2) трансформируемой;
- 3) полифункциональной;

- 4) доступной;
- 5) безопасной;

### **3.3. Кадровые условия реализации программы**

Программа обеспечивается: заведующим, старшим воспитателем, инструктором по физической культуре, музыкальным работником, воспитателями, педагогом - психологом, логопедом, медицинской сестрой, младшими воспитателями.

### **3.4. Материально-техническое обеспечение программы**

1. Физкультурный зал
2. Музыкальный центр
3. Электронное пианино
4. Стул поворотный для пианино
5. Бензоколонка 46х30х20
6. Детская полоса препятствий 12 элементов
7. Дорожка звуковая 170\*40\*4 см.
8. Доска наклонная навесная 1,5 м.
9. Доска наклонная навесная мягкая 1,5м.
10. Дуга для подлезания, металл h=40см.
11. Дуга для подлезания, металл h=50см.
12. Канат для лазания х/б 2,0м. диам.30мм.
13. Канат для перетягивания х/б 3м диаметр 40мм.
14. Коврик гимнастический 180х60х0,8см однослойный.
15. Коврик массажный без следочков 30х160 см.
16. Коврик массажный со следочками 40х90 см.
17. Коврик туристический однослойный 1800\*600\*8мм (522)
18. Кольцо баскетбольное метал №3
19. Конус для разметки полей и трасс артикул У621
20. Кресло от игровой мебели Комфорт

- 21.Мат "Зебра" пешеходная 1,2x0,6м
- 22.Мат "Ромашка"
- 23.Мат с "кочками" 2x1x0,2см (мат 2x1x0,1м, полуцилиндр 100x10см-4шт)
- 24.Машина - мягкий модуль МЧС, ГАИ, Полиция
- 25.Мягкий модуль "Светофорчик"
- 26.Мяч баскетбольный Larsen RB5
- 27.Мяч волейбольный Kicker Tip
- 28.Мяч резиновый d=125мм
- 29.Мяч резиновый d=200мм
- 30.Мяч футбольный
- 31.Мяч-попрыгун "TORRES", с ручками, диам. 65 см, эласт. ПВХ, с насосом, зеленый
- 32.Мяч-попрыгун"TORRES с ручкой, диам. 45 см, эласт. ПВХ, с насосом, зеленый
- 33.Набор «Спорт с кольцом» (Кольцо-1шт, опоры-2шт, мат-1шт, горка-1 шт) винилискожа
- 34.Набор знаков дорожного движения (20шт), жезл регулировщика
- 35.Обруч пластиковый эконом 60см.
- 36.Палка гимнастическая пластиковая 700мм.
- 37.Свисток пластиковый START UP WH-18A1
- 38.Сенсорная дорожка 40x180см (канат) №4
- 39.Сенсорная дорожка 40x180см (песок, горох, пуговицы, канат)
- 40.Сетка баскетбольная Ø 3,2 мм веревка белая
- 41.Сетка волейбольная Ø 2,2 мм с тросом ПЭ Ø 3,5 мм дл. 13,5м, 1,00м x 9,50м, цвет черный, яч. 100мм., верх. стропа из ПЭ 50 мм, оверлок с 3стр., растяжки 4шт черный
- 42.Скакалка L -1, 8м, цветная резина, ручка пластмасса
- 43.Скакалка L -2, 8м, цветная резина, ручка пластмасса
- 44.Скамейка гимнастическая 3,0 м (мет. ножки)
- 45.Стенка гимнастическая шведская 800x2400мм овальные перекладины

46. Стенка гимнастическая шведская 800x2600мм овальные перекладины
47. Стойка для дорожного знака
48. Сухой бассейн круглый (d-130см, h-40см, b-10см), рассчитан на 500 шариков
49. Тоннель с двумя обручами длина 2,5м
50. Тренажер Baby Gym "Беговая Дорожка"
51. Тренажер Baby Gym "Бегущий по волнам"
52. Тренажер Baby Gym "Велотренажер"
53. Флажная лента 5м( флажок 15x30см)
54. Шар для сухого бассейна цветной
55. Кресло сенсорное Комфорт-2/ 1150x750мм. 3.6кг 0.33м.куб
56. Подушка напольная (гранулы и дробленый поролон)
57. Мат 1,0x1,0x0,1м цветной(искусственная кожа)
58. Спортивная площадка
59. Участки детского сада
60. Информационный стенд

### **3.5. Годовой план работы инструктора по физической культуре**

Задачи:

- формировать у детей жизненно важные двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья;
- организовать работу по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата;
- приобщить ребенка к здоровому образу жизни;
- совершенствовать свои знания, применяя в работе нетрадиционные методы и формы;
- воспитывать здорового ребенка совместными усилиями детского сада и семьи.

#### **Повышение профессиональной квалификации**

№	Содержание работы	Формы работы	Сроки

1	Проводить и принимать участие в работе методических объединений инструкторов по физической культуре	Посещение ММО	В течение года
2	Принимать участие в педагогических советах, семинарах – практикумах	Выступления, практический показ	По плану
3	Совершенствование коммуникативной компетенции специалиста ДООУ в рамках реализации программы «Об обучении русскоязычных воспитателей татарскому языку»	Повышение квалификации для русскоязычных воспитателей ДООУ	По плану
4	Изучение новинок методической литературы	Самообразование	Ежемесячно
5	Участие в городских, региональных, республиканских, всероссийских конкурсах, распространение передового педагогического опыта в печатных изданиях (Предоставление педагогического опыта на сайтах «Ассоциация увлеченных педагогов», «Мааам.ру», «Талантоха», «Дошкольник», nsportal, «Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»)	Обмен опытом	В течение года

#### Работа с воспитателями

№	Содержание работы	Формы работы	Сроки
1	Консультация для воспитателей: 1. «Интегрированные физкультурные занятия» 2. «Комплексы закаливающих мероприятий» 3. «Спортивные праздники и развлечения в детском саду –	Консультация  Показ для родителей и педагогов  Консультация	Октябрь 2016  Январь 2017  Апрель 2017

	<p>задачи и содержание».</p> <p>4. «Физическое развитие средствами народной игровой культуры»</p> <p>5. «Приобретение опыта в двигательной деятельности»</p> <p>6. «О формировании опорно-двигательной системы организма»</p> <p>7. Как не нанести ущерб растущему организму при выполнении основных движений»</p> <p>8. «Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта»</p> <p>9. «Подвижные игры с правилами»</p> <p>10.«Фитбол - гимнастика».</p>	Мастер-класс	<p>Октябрь 2017</p> <p>Январь 2018</p> <p>Апрель 2018</p> <p>Октябрь 2018</p> <p>Январь 2019</p> <p>Апрель 2019</p> <p>Ежегодно - один раз в месяц</p>
2	Планирование и организация ОД – подведение итогов сформированности определённых физических умений (по возрастным особенностям)	Показ занятия для педагогов	Ежегодно в апреле

#### Работа с детьми

№	Содержание работы	Формы работы	Сроки
1	Мониторинг: определение уровня физической подготовленности	Индивидуальная работа	Ежегодно Сентябрь, Май.
2	Приобщать детей к народным традициям, как своего народа, так и других национальностей Познакомить с татарскими играми, национальными играми с элементами соревнований, с национальным видом спорта	На занятиях	Ежегодно в рамках запланированной воспитательно-образовательной деятельности

3	Использовать в работе комплексы дыхательной гимнастики	На занятиях и в индивидуальной работе	Ежегодно По плану
4	Применение разнообразного нестандартного оборудования	На занятиях и в индивидуальной работе	Ежегодно По плану
5	Работа над проектом «Навстречу спортивной мечте»	Интерактивные занятия Спартакиады с участием родителей Флэш-моб Мастер-классы Лекторий	Ежегодно
6	Спартакиада дошкольников	Участие команды детей и родителей	Ежегодно Ноябрь
7	Зимний спортивный праздник	Спортивный досуг	Ежегодно Декабрь
8	Смотр строя и песни	Участие детей	Ежегодно Февраль
9	Флеш - моб	Участие детей	Ежегодно - один раз в месяц

#### Работа с социальными партнёрами

№	Содержание работы	Формы работы	Сроки
1	Участие в городской Спартакиаде работников дошкольного образования, Спартакиаде детских садов по ОФП и СФП	Подготовка и участие в соревнованиях	По городскому плану, согласно «Положения»
2	Участие в профсоюзном конкурсе «Радуга талантов»	-	По городскому плану, согласно «Положения»

### Национально - региональный компонент

№	Содержание работы	Формы работы	Сроки
1	«Кыш Бабай в гостях у нас» (все группы)	Развлечение с национальными играми, состязаниями	Ежегодно Декабрь
2	«День защиты детей» (все группы)	Праздник с татарскими народными играми	Ежегодно 1 июня
3	«Сабантуй» (все группы)	Праздник с национальными играми, состязаниями	Ежегодно Июнь
4	День семьи	Соревнования с родителями	Ежегодно Июль

### Физкультурные развлечения и праздники

№ п/п	Мероприятия	Возраст групп	Сроки
1.	«Мой весёлый, звонкий мяч» - развлечение	Младшие, средние	Ежегодно Сентябрь
2.	«Мы - Всезнайки, Всеумейки» - развлечение	Старшие, подгот.	Ежегодно Сентябрь
3.	«Кто быстрее?» - развлечение	Все группы.	Ежегодно Октябрь.
4.	«Грязнулька в гостях у детей»- развлечение	Младшие, средние, старшие, подготовительные	Ежегодно Ноябрь
5.	«Дети против родителей» - спартакиада	Старшие, подгот.	Ежегодно Ноябрь
6.	«Мы растём сильными и смелыми» - развлечение	Младшие, средние	Ежегодно Декабрь
7.	«Зимние радости » - развлечение	Старшие, подгот.	Ежегодно Декабрь
8.	«Зимняя сказка» - развлечение	Младшие,	Ежегодно



		средние	Январь
9.	«Спорт - это сила и здоровье» - развлечение	Старшие, подготовит.	Ежегодно Январь
10.	«Здоровье дарит Айболит» - развлечение	Младшие, средние	Ежегодно Февраль
11.	«Мы - мужчины» - развлечение	Старшие, подготовительные .	Ежегодно Февраль
12.	«Моя мама - самая ловкая и смелая» - развлечение	Все группы	Ежегодно Март
13.	«Игры - соревнования»	Старшие, подготовит	Ежегодно Апрель
14.	«И мы скоро подрастем» - развлечение	Младшие, средние	Ежегодно Апрель
15.	«Мы - победители» - развлечение	Старшие подготовительные	Ежегодно Май
14.	«Путешествие в страну Игрушек» - развлечение	Младшие, средние	Ежегодно Май
15.	«День защиты детей» - праздник	Все группы	Ежегодно Июнь
16.	«Мама, папа, я - спортивная семья» - спартакиада	Старшие, подготовительные .	Ежегодно Июль
17.	«В гости к зайке» - развлечение.	Младшие, средние.	Ежегодно Июль
18.	«Сабантуй» праздник	Все группы	Ежегодно Август

### 3.7. Режим дня и распорядок

Формы Работы	Виды	Количество и длительность (в мин.) в зависимости от возраста детей				
		2 -3 года	3 - 4 года	4 - 5 лет	5 - 6 лет	6-7 лет

Физкультурные Занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 10 мин.	2 раза в неделю 15мин.	2 раза в неделю 20 мин.	2 раза в неделю 25мин.	2 раза в неделю 30мин.
	б) на улице	1 раз в неделю 10 мин.	1 раз неделю 15мин.	1 раз в неделю 20мин.	1 раз 25 мин.	1 раз 30 мин.
Физкультурно- оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика(по желанию детей)	Ежедневно 4-5 мин.	Ежедневно 5–6мин.	Ежедневно 6–8мин.	Ежедневно 8–10мин.	Ежедневно 8–10мин.
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения (включая прогулку)	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 8-10 мин.)	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15мин.	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20мин.	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25мин.	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25мин.
	в) физминутки	В соответствии с п.11.12 СанПиН 2.4.1.3049-13 - в середине непосредственно образовательной деятельности статического характера				
Активный Отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц (8-10 мин.)	1 раз в месяц 15-20мин.	1 раз в месяц 20- 25мин.	1 раз в месяц 25-30мин.	1 раз в месяц 25 - 30мин.
	б) физкультурный праздник		2 раза в год До 30 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность	а)самостоятельное использование физкультурного и спортивно- игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

### 3.8. Система закаливающих мероприятий

## Летний период

		ран.	мл.	сред.	стар.	подгот.
Приём на воздухе	7.30-8.00	-	+	+	+	+
Утренняя гимнастика на улице	8.00-8.30 по графику	+	+	+	+	+
Солнечные ванны	10.00-12.00 16.30-17.30	+	+	+	+	+
Умывание в течение дня прохладной водой	По режиму	+	+	+	+	+
Полоскание полости рта	После еды	-	-	+	+	+
Сон с доступом свежего воздуха	13.00-15.00	+	+	+	+	+
Сон без маечек	13.00-15.00		+	+	+	+
Хождение босиком	До и после сна	+	+	+	+	+
Топтание по корригирующей дорожке	В течение 5-7 мин. по мере пробуждения	+	+	+	+	+
Проветривание	По графику	+	+	+	+	+

## Зимний период

		ран.	мл.	сред.	стар.	подгот.
Утренняя гимнастика в спортивном зале	8.00-8.30 по графику	+	+	+	+	+
Солнечные ванны	10.00-12.00 16.30-17.30	+	+	+	+	+
Умывание в течение дня прохладной водой	По режиму	+	+	+	+	+
Полоскание полости рта	После еды	-	-	+	+	+
Хождение босиком	До и после сна	+	+	+	+	+
Облеченная одежда детей	В течении дня	+	+	+	+	+
Воздушные ванны	После сон	+	+	+	+	+

	часа					
Контрастное обливание рук	После сон часа	+	+	+	+	+
Проветривание	По графику	+	+	+	+	+

### **3.9. Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания Программы и обеспечивающих ее реализацию нормативно-правовых, финансовых, научно-методических, кадровых, информационных и материально-технических ресурсов**

1. Доступность Программы в электронном и бумажном виде;
2. Предоставление возможности давать экспертную оценку, рецензировать и комментировать ее положения на открытых научных, экспертных и профессионально-педагогических семинарах, научно-практических конференциях;
3. Предоставление возможности апробирования программы;
4. Совершенствование материально-технических условий необходимых для создания развивающей предметно-пространственной среды, планируется осуществлять в процессе реализации программы.

### **3.10. Перечень нормативных и нормативно-методических документов**

1. Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года. — ООН 1990.

2 .Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014, с изм. от 02.05.2015) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Официальный интернет-портал правовой информации: — Режим доступа: [pravo.gov.ru](http://pravo.gov.ru).

3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».

4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р о Концепции дополнительного образования детей.

5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р о Стратегии развития воспитания до 2025 г. [Электронный ресурс].— Режим доступа: <http://government.ru/docs/18312/>.

6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» // Российская газета. –2013. – 19.07(№ 157).

7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 3 июня 2003 г. № 118 (ред. от 03.09.2010) «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03» (вместе с «СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03. 2.2.2. Гигиена труда, технологические процессы, сырье, материалы, оборудование, рабочий инструмент. 2.4. Гигиена детей и подростков. Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы», утв. Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 30 мая 2003 г.) (Зарегистрировано в Минюсте России 10 июня 2003 г., регистрационный № 4673).

8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013г., регистрационный № 30384).

9. Письмо Минобрнауки России «Комментарии к ФГОС ДО» от 28 февраля 2014 г. № 08-249 // Вестник образования.– 2014. – Апрель. – № 7.

10. Устав МБДОУ «Детский сад № 55 «Килэчэк» ЗМР РТ»

### **3.11. Перечень литературных источников**

1. Алябьева, Е.А, «Нескучная гимнастика» // М.: ТЦ Сфера; 2015.
2. Анисимова, М.С, «Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста» // М.: Детство - Пресс; 2011.
3. Байкова, Г.Ю, Реализация образовательной области «Физическое развитие» // Волгоград.: «Учитель»; 2014.
4. Борисова, М.М, «Организация занятий фитнесом в системе дошкольного образования» // М.: Обруч; 2014.
5. Веракса, Н.Е, Программа «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ» // М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ; 2015
6. Ефименко, Н.Н, «Физическое развитие ребёнка в дошкольном детстве: Методические рекомендации. Театр физического воспитания и оздоровления дошкольников» // М.: Дрофа; 2014.
7. Никитина, Т.В, [и др.] «Образовательный процесс: планирование на каждый день по программе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы // М.: Учитель ; 2015.
8. Никольская, С.В, «Теория и методика физической культуры дошкольников» // СПб.: ВВМ, 2004.
9. Пензулаева, Л.И, «Физическая культура в детском саду» младшая группа // М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ; 2014.
10. Подольская, Е.И, «Спортивные занятия на открытом воздухе» // Волгоград.: Учитель; 2014.
11. Подольская, Е. И, «Необычные физкультурные занятия для дошкольников» // Волгоград.: Учитель; 2011.
12. Полтавцева, Н.В, «Приобщаем дошкольников к здоровому образу жизни» // М.; ТЦ Сфера; 2013.
13. Сочеванова, Е.А, «Игры - эстафеты с использованием традиционного физкультурного инвентаря» // СПб.: ООО «Издательство Детство - Пресс; 2010.
14. Степаненкова, Э.Я, «Методика проведения подвижных игр» //

М.: «МОЗАИКА – СИНТЕЗ»; 2015.

15. Степаненкова, Э.Я, «Методика физического воспитания» М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника»; 2005.

16. Сулим, Е.В, «Детский фитнес» // М.: ТЦ Сфера; 2015.