

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 474 г. Челябинска»

Одобрено на заседании
педагогического совета

(29.08.2019 г, протокол №1)

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ
«ДС № 474 г. Челябинска»
Т.А.Зайцева

Рабочая программа
образовательной области
«Физическое развитие»

Автор-разработчик :
инструктор физической культуры
высшая квалификационная категория
Гулько Наталия Михайловна

Челябинск
2019 г.

Оглавление

	Введение	3
1.	<u>Целевой раздел</u>	
1.1	Пояснительная записка	3
1.1.1	Цель и задачи реализации рабочей программы инструктора по физической культуре МАДОУ «ДС №474 г. Челябинска»	3
1.1.2	Принципы и подходы к формированию рабочей программы инструктора по физической культуре МАДОУ «ДС № 474 г. Челябинска»	5
1.1.3	Характеристика особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста	5
1.1.4	Целевые ориентиры образовательного процесса	8
1.1.5	Промежуточные планируемые результаты	9
1.1.6	Конкретизация задач по возрастным группам	14
2.	<u>Содержательный раздел</u>	
2.1.	Особенности организации образовательного процесса	17
2.2	Модель образовательного процесса	18
2.3	Формы и приемы организации -образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие»	19
2.4	Методики, технологии, средства воспитания, обучения и развития детей	20
2.5	Мониторинг освоения программы образовательной области «Физическое развитие»	22
2.6	Формы и направления взаимодействия с коллегами, семьями воспитанников	29
3	<u>Организационный раздел</u>	
3.1	Организация и содержание развивающей предметно-пространственной среды	30
3.2	Материалы и оборудование, необходимые для организации физического развития	31
3.3	Программно-методический комплекс образовательного процесса. Перечень программ и пособий образовательной области «Физическое развитие»	35
3.4	Перечень материально-технического обеспечения, используемого для реализации рабочей программы	35
3.5	Регламент образовательной области «Физическое развитие»	37
3.6	Перечень литературный источников	38

ВВЕДЕНИЕ

Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в новых федеральных государственных требованиях, где огромное внимание уделяется вопросам здоровьесбережения. 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 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 серьезную 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 ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

Согласно ФГОС дошкольного образования от 17 октября 2013 г. физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

1. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

1.1.1 Цель и задачи реализации рабочей программы инструктора по физической культуре по образовательной области «Физическое развитие»

Рабочая программа включает образовательную деятельность по образовательной области «Физическое развитие», создана с учетом индивидуальных особенностей и потребностей воспитанников и обеспечивает равные возможности для их полноценного развития.

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

1. Образовательная программа дошкольного образовательного учреждения

2. Закон об образовании 2013 - федеральный закон от 29.12.2012 N 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 Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26"Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"

5. Основная образовательная программа дошкольного образования МАДОУ «ДС №474 г. Челябинска»

Целью рабочей программы является проектирование социальных ситуаций развития ребенка и развивающей предметно-пространственной среды, обеспечивающих позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение, игру, познавательную-исследовательскую деятельность и другие формы активности.

Цели рабочей программы достигаются через решение следующих задач:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с другими детьми, взрослыми и миром;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности детей, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным и индивидуальным особенностям детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного общего и начального общего образования-осуществлять консультационную,

просветительскую работу с родителями (законными представителями) детей дошкольного возраста.

Срок освоения основной образовательной программы – пять лет. Форма обучения воспитанников – очная.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы

Принципы организации содержания рабочей программы:

- *принцип природосообразности* – предусматривающий отношение к ребёнку как к части природы, его воспитание в единстве и согласии с природой, осуществление образования в соответствии с законами развития детского организма с учётом особенностей физического развития, состояния его здоровья;

- *принцип воспитывающего обучения* - отражает необходимость обеспечения в учебном процессе благоприятных условий воспитания ребенка, его отношение к жизни, к знаниям, к самому себе. Воспитание и обучение — две стороны единого процесса формирования личности;

- *принцип гуманизации педагогического процесса* - определяющий приоритет не передачи знаний, умений, а развитие самой возможности приобретать знания и умения и использовать их в жизни;

- *принцип систематичности и последовательности* предполагает такой логический порядок изучения материала, при котором знания опираются на ранее полученные.

- *принцип развивающего обучения* — не только приобретаются знания, формируются умения, но и развиваются все познавательные психические процессы, связанные с ощущением, восприятием, памятью, вниманием, речью, мышлением, а также волевые и эмоциональные процессы, т.е. развивается личность ребенка в целом.

Развивающий эффект обучения достигается лишь тогда, когда оно (по Л.С.Выготскому и Г.С.Костюку) сориентировано на «зону ближайшего развития». Как правило, знаниями в этом случае ребенок овладевает при незначительной помощи со стороны взрослого. Воспитатель должен помнить, что «зона ближайшего развития» зависит не только от возраста, но и от индивидуальных особенностей детей.

- *принцип индивидуального подхода* – ориентирует педагога на учет индивидуальных особенностей дошкольников, связанных с их темпами биологического созревания, уровнями физического развития и двигательной подготовленности.;

- *принцип воспитывающего обучения* - отражающий необходимость обеспечения в учебном процессе благоприятных условий воспитания ребенка, его отношение к жизни, к знаниям, к самому себе.

В процессе физического воспитания детей дошкольного возраста необходимо решать образовательные задачи: формирование двигательных навыков и умений, развитие двигательных и физических качеств, привитие навыков правильной осанки, навыков гигиены, освоение специальных знаний.

1.1.3 Характеристика возрастных особенностей воспитанников

Период от рождения до поступления в школу является, по признанию специалистов всего мира, возрастом наиболее стремительного физического и психического развития ребенка, первоначального формирования физических и психических качеств, необходимых человеку в течение всей последующей жизни, качеств и свойств, делающих его человеком. Особенностью этого периода, отличающей его от других, последующих этапов развития,

является то, что он обеспечивает именно общее развитие, служащее фундаментом для приобретения в дальнейшем любых специальных знаний и навыков и усвоения различных видов деятельности. Формируются не только качества и свойства психики детей, которые определяют собой общий характер поведения ребенка, его отношение ко всему окружающему, но и те, которые представляют собой "заделы" на будущее и выражаются в психологических новообразованиях, достигаемых к концу данного возрастного периода. Воспитание и обучение необходимо адресуются ко всему спектру психических качеств ребенка, но адресуются по-разному. Основное значение имеют поддержка и всемерное развитие качеств, специфических для возраста, так как создаваемые им уникальные условия больше не повторяются и то, что будет "недобрано" здесь, наверстать в дальнейшем окажется трудно или вовсе невозможно.

Реализация специфических возрастных возможностей психического развития происходит благодаря участию дошкольников в соответствующих возрасту видах деятельности - игре, речевом общении, рисовании, конструировании, музыкальной деятельности и др. Организация этих видов деятельности, руководство ими, забота об их совершенствовании, о приобретении ими коллективного и (по мере накопления детьми соответствующего опыта) свободного самостоятельного характера должны постоянно находиться в центре внимания педагогов. Характерными проявлениями того, что именно традиционно "детские" виды деятельности соответствуют основному руслу психического развития дошкольника, являются, с одной стороны, их безусловная привлекательность для детей и, с другой стороны, наличие в них начал общечеловеческого знания (общение и установление взаимоотношений с окружающими, употребление предметов обихода и простейших орудий, планирование действий, построение и реализация замысла, подчинение поведения образцу и правилу и др.).

Что касается других, предпосылочных психических свойств и способностей, то их формирование не должно идти во вред формированию качеств, непосредственно обнаруживающих себя в сегодняшней жизни ребенка. Здесь опасен всякий нажим, всякое забегание вперед, которое может привести к искусственному ускорению развития с неизбежными потерями. Подведение ребенка к психологическим новообразованиям, полное развертывание которых осуществляется за пределами дошкольного детства, должно осуществляться не вопреки особенностям возраста, а на их основе.

На любой возрастной ступени ребенок приобретает не только общие для всех детей черты характера, но и свои собственные, индивидуальные особенности психики и поведения. Быть человеком - это значит не только быть "таким, как все", владеть всем, чем владеют другие, но и быть неповторимой индивидуальностью с собственными вкусами, интересами и способностями. Только сочетание возрастного и индивидуального подходов в воспитании и обучении детей может обеспечить их эмоциональное благополучие и полноценное психическое развитие.

В первые семь лет ребенок проходит через три основных периода своего развития, каждый из которых характеризуется определенным шагом навстречу общечеловеческим ценностям и новым возможностям познавать мир.

Эти периоды жизни отграничены друг от друга; каждый предшествующий создает условия для возникновения последующего, и они не могут быть искусственно "переставлены" во времени.

Период младенчества (первый год жизни ребенка) характеризуется возникновением следующих возрастных новообразований.

Познавательное развитие. К концу первого года жизни ребенок ориентируется в элементарных свойствах окружающей среды; начинает улавливать значение отдельных обращенных к нему слов, выделяет наиболее близких людей; появляются элементы различения между ощущениями, исходящими от собственного тела и извне, складываются начальные формы предметного восприятия. К концу младенчества появляются первые признаки зарождения наглядно-действенного мышления.

Развитие произвольности. Формируются движения, ведущие к достижению цели: перемещению тела в пространстве, схватыванию и удерживанию предметов.

Эмоциональное развитие. В первой трети младенчества появляется "социальная" улыбка, призывающая взрослого к ответной улыбке. Формируется чувство доверия к миру, образующее опору положительного отношения к людям, к деятельности, к самому себе в последующей жизни.

Раннее детство (от 1 года до 3 лет) включает в себе потенциал для возникновения следующих возрастных новообразований.

Познавательное развитие. Ребенку открывается возможность увидеть мир, где каждая вещь что-то означает, для чего-то предназначена. Ребенок проводит различия между людьми, занимающими определенное место в его жизни ("свои" и "чужие"); осваивает собственное имя; формирует представление о "территории" собственного "я" (все то, что ребенок относит к себе, о чем сможет сказать "мое"). Развиваются предметное восприятие и наглядно-действенное мышление. Происходит переход к наглядно-образной форме мышления.

Развитие произвольности. Действуя с вещами, ребенок осваивает их физические свойства, учится управлять их перемещением в пространстве, начинает координировать свои движения; на основе овладения речью появляются начала управления собственным поведением (в основном в ответ на указания взрослого).

Развитие переживаний. Возникает чувство автономии и личной ценности (самоуважения), зарождается любовь к близким взрослым.

В дошкольном детстве (от 3 до 8 лет) складывается потенциал для дальнейшего познавательного, волевого и эмоционального развития ребенка.

Познавательное развитие. Мир не только устойчив в восприятии ребенка, но и может выступать как релятивный (все можно всем); складывающийся в предшествующий период развития условный план действия воплощается в элементах образного мышления, воспроизводящего и творческого продуктивного воображения; формируются основы символической функции сознания, развиваются сенсорные и интеллектуальные способности.

К концу периода ребенок начинает ставить себя на место другого человека: смотреть на происходящее с позиций других и понимать мотивы их действий; самостоятельно строить образ будущего результата продуктивного действия. В отличие от ребенка раннего возраста, который способен лишь к элементарному различению таких сфер действительности, как природный и рукотворный мир, "другие люди" и "Я сам", к концу дошкольного возраста формируются представления о различных сторонах каждой из этих сфер. Зарождается оценка и самооценка.

Волевое развитие. Ребенок избавляется от присущей более раннему этапу "глобальной подражательности" взрослому, может противостоять в известных пределах воле другого человека; развиваются приемы познавательной (в частности, воображаемое преобразование действительности), собственно волевой (инициатива, способность заставить себя сделать неинтересное) и эмоциональный (выражение своих чувств) саморегуляции. Ребенок оказывается способным к надситуативному (выходящему за рамки исходных требований) поведению.

Эмоциональное развитие. Эмоции ребенка все больше освобождаются от импульсивности, сиюминутности. Начинают закладываться чувства (ответственности, справедливости, привязанности и т. п.), формируется радость от инициативного действия; получают новый толчок развития социальные эмоции во взаимодействии со сверстниками. Ребенок обнаруживает способность к отождествлению себя с другими, что порождает в нем способность к обособлению от других, обеспечивает развитие индивидуальности. Возникает обобщение собственных переживаний, эмоциональное предвосхищение результатов чужих и своих поступков. Эмоции становятся "умными".

К 7 годам формируются предпосылки для успешного перехода на следующую ступень образования. На основе детской любознательности впоследствии формируется интерес к учению; развитие познавательных способностей послужит основой для формирования теоретического мышления; умение общаться со взрослыми и сверстниками позволит ребенку перейти к учебному сотрудничеству; развитие произвольности даст возможность преодолевать трудности при решении учебных задач, овладению элементами специальных языков, характерных для отдельных видов

деятельности, станет основой усвоения различных предметов в школе (музыка, математика и т. п.).

Эти возрастные новообразования представлены лишь в виде возможностей, осуществимости которых определяется социальной ситуацией развития ребенка, тем, кто и как воспитывает его, в какую деятельность вовлечен ребенок, с кем он ее осуществляет.

От особенностей стимулирования или организации деятельности детей взрослыми зависит успех в психическом и физическом развитии ребенка, и, таким образом, наряду с восходящей линией (собственное развитие) может быть и иная "кривая" личностных изменений (выражающая регрессивные или застойные тенденции); каждому шагу развития сопутствует возможность проявления и закрепления негативных новообразований, о сути которых должны знать взрослые.».

1.1.4 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:

- стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого;
- проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;
- у ребёнка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.);

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.

1.2.5 Промежуточные планируемые результаты

1 – 3 года:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- хорошо спит, активен во время бодрствования
- имеет хороший аппетит, регулярный стул.

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- умеет правильно мыть руки и насухо их вытирать;
- умеет самостоятельно кушать и пользоваться салфеткой;
- употребляет слова «спасибо», «пожалуйста».

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- имеет простейшие понятия о важности для здоровья соблюдения правил личной гигиены, занятий физическими упражнениями, прогулки (знает, что нужно мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе и т.д.);
- при небольшой помощи взрослых пользуется индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расчёской, горшком).

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

- прыгает на месте и с продвижением вперед;
- может бежать непрерывно в течение 30–40 с;
- влезает на 2–3 перекладины гимнастической стенки (любым способом);
- берёт, держит, переносит, бросает и катает мяч.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- легко ходит в разных направлениях и в различном темпе, ходит с перешагиванием через предметы (высота 10 см);
- бросает предметы в горизонтальную цель (расстояние 1 м), двумя руками, поочередно правой и левой рукой;
- может пробежать к указанной цели;
- воспроизводит простые движения по показу взрослого.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- охотно выполняет движения имитационного характера, участвует в несложных сюжетных подвижных играх, организованных взрослым;
- получает удовольствие от участия в двигательной деятельности.

3 – 4 года:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, спокойно спит, с аппетитом ест;
- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- приучен к опрятности (замечает неопорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых);
- владеет навыками поведения во время еды, умывания, умеет пользоваться носовым платком, причёсываться, следит за своим внешним видом;
- охотно включается в выполнение режимных моментов и гигиенических процедур.

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, 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, трехколесный велосипед);
- проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

4 – 5 лет:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;
- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1–2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- проявляет привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом;
- имеет элементарные представления о том, что полезно и вредно для здоровья;
- сформированы навыки культуры еды, культуры поведения, умеет следить за своим внешним видом.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- знает, что надо одеваться по погоде, регулярно гулять, заниматься зарядкой;
- имеет представление о полезной и вредной для здоровья пище;
- знает части тела и органы чувств человека и их функциональное назначение;
- сформирована потребность в соблюдении режима питания, знает важность сна, гигиенических процедур для здоровья;

– умеет устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствия;

– имеет представление о составляющих здорового образа жизни.

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

– прыгает в длину с места не менее 70 см;

– может пробежать по пересеченной местности в медленном темпе 200–240 м;

– бросает набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

– ходит свободно, держась прямо, не опуская головы;

– уверенно ходит по бревну (скамейке), удерживая равновесие;

– умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами;

– в прыжках в длину с места отталкивается двумя ногами и мягко приземляется, подпрыгивает на одной ноге;

– ловит мяч руками, многократно ударяет им об пол и ловит его;

– бросает предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку;

– чувствует ритм, умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

– активен, с интересом участвует в подвижных играх;

– инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях;

– умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь для подвижных игр.

5 – 6 лет:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

– легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;

– редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1–2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

– умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу;

– имеет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых);

– сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком);

– владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

– имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье;

– знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня;

– имеет представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека;

– имеет представление о правилах ухода за больным.

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

– может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку;

– умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;

– умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

– умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;

– выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие;

– умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом;

– ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами;

– умеет кататься на самокате;

– умеет плавать (произвольно);

– участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

– участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей;

– проявляет самостоятельность, творчество, выразительность и грациозность движений;

– умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры;

– проявляет интерес к разным видам спорта.

6 – 7 лет:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

– легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;

– редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1 раз в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

– усвоил основные культурно-гигиенические навыки: быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полощет рот после еды, моет ноги перед сном;

– правильно пользуется носовым платком и расческой;

– следит за своим внешним видом;

– быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: имеет сформированные представления о здоровом образе жизни: об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, рациональном питании, значении двигательной активности в жизни человека, пользе и видах закаливающих процедур, роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

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

– может прыгать на мягкое покрытие (с высоты до 40 см);

– мягко приземляться;

- прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100 см);
- с разбега (180 см);
- в высоту с разбега (не менее 50 см) – прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;
- может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг);
- бросать предметы в цель из разных исходных положений;
- попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м;
- метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м;
- метать предметы в движущуюся цель;
- ходит на лыжах: переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку, спускается с горки, тормозит при спуске;
- плавает произвольно на расстояние 15 м;
- проявляет статическое и динамическое равновесие, координацию движений при выполнении сложных упражнений.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- выполняет правильно технику всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья;
- умеет перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, шеренги после расчета на первый-второй;
- соблюдать интервалы во время передвижения;
- выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;
- следит за правильной осанкой.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис):
- умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры;
- проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;
- проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол).

Задачи рабочей программы

Общие:

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;

1.1.6 Конкретизация задач по возрастным группам

Первая младшая группа (от 1 до 3 лет)

Развитие физических качеств:

Учить прыгать на месте и с продвижением вперед;

Развивать общую выносливость в ходе непрерывного бега (в течение 30–40 с);

Учить влезать на 2–3 перекладины гимнастической стенки (любым способом);

Обучать действиям с мячом (берёт, держит, переносит, бросает и катает мяч).

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

Учить ходить в разных направлениях и в различном темпе, ходит с перешагиванием через предметы (высота 10 см);

Учить бросать предметы в горизонтальную цель (расстояние 1 м), двумя руками, поочередно правой и левой рукой;

Способствовать бегу к указанной цели;

Поощрять воспроизведение простые движений по показу взрослого.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

Привлекать к выполнению движений имитационного характера, участию в несложных сюжетных подвижных играх, организованных взрослым;

Вызывать эмоциональный отклик от участия в двигательной деятельности

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

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 направлении;

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:

Привлекать к участию в совместных играх и физических упражнениях;

Способствовать проявлению интереса к физическим упражнениям, умеет 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, трехколесный велосипед);

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

Средняя группа (от 4-5 лет)

Развитие физических качеств:

Учить прыгать в длину с места не менее 70 см;

Развивать общую выносливость в ходе бега по пересеченной местности в медленном темпе 200–240 м;

Учить бросать набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

Способствовать формированию правильной осанки при ходьбе, держась прямо, не опуская головы;

Закреплять умение уверенно ходить по бревну (скамейке), удерживая равновесие;

Развивать умение лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами;

Учить прыжкам в длину с места отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляется, подпрыгивая на одной ноге;

Учить ловить мяч руками (многократно ударяет им об пол и ловит его);

Учить бросать предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку;

Развивать чувство ритма (умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет).

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

Способствовать проявлению активности и инициативности ребёнка в подвижных играх;

Содействовать созданию эмоционально-положительного климата при проведении физических упражнений, создавать ситуацию успеха;

Поощрять самостоятельное и творческое использование физкультурного инвентаря для подвижных игр.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Развитие физических качеств:

Учить прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку;

Учить лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;

Учить метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

Способствовать развитию умения ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;

Привлекать к выполнению упражнений на статическое и динамическое равновесие;

Учить перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом;

Продолжать учить ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами;

Учить кататься на самокате;

Учить плавать (произвольно);

Привлекать к участию в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

Привлекать к участию в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей;

Способствовать проявлению самостоятельности, творчества, выразительности и грациозности движений;

Содействовать самостоятельной организации знакомых подвижных игр;

Стимулировать проявление интереса к разным видам спорта.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Развитие физических качеств:

Учить прыгать на мягкое покрытие (с высоты до 40см); мягко приземляться; прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100 см); с разбега (180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см) – прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;

Учить перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг); бросать предметы в цель из разных исходных положений; попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м; метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м; метать предметы в движущуюся цель;

Учить ходить на лыжах: переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку, спускается с горки, тормозит при спуске;

Учить плавать произвольно на расстояние 15 м;

Способствовать проявлению статического и динамического равновесия, координации движений при выполнении сложных упражнений.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

Способствовать правильному выполнению техники всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья;

Закреплять умение перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, шеренги после расчета на первый-второй; соблюдать интервалы во время передвижения;

Совершенствовать умение выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;

Способствовать формированию правильной осанки.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

Привлекать к участию в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис):

Содействовать самостоятельной организации знакомых подвижных игр, поощрять придумывание собственных игр

Поддерживать проявление интереса к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;

Поощрять проявление интереса к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол)

2.Содержательный раздел рабочей программы инструктора по физической культуре МАДОУ «ДС № 474 г. Челябинска»

2.1.Особенности организации образовательного процесса

Структура образовательного процесса включает следующие компоненты:

непосредственно образовательная деятельность образовательная деятельность в режимных моментах;

самостоятельная деятельность детей;

образовательная деятельность в семье.

Непосредственно образовательная деятельность реализуется в совместной деятельности взрослого и ребенка в ходе познавательной-исследовательской деятельности, её интеграцию с другими видами детской деятельности (игровой, двигательной, коммуникативной, продуктивной, а также чтения художественной литературы).

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		Самостоятельная деятельность детей	Образовательная деятельность в семье
Непосредственно образовательная деятельность	Образовательная деятельность в режимных моментах		
физкультурные занятия игровые, сюжетные, тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развития речи, математики, конструирования, контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера, физкультминутки;	Решение образовательных задач в ходе режимных моментов	Деятельность ребенка в разнообразной, гибко меняющейся предметно-развивающей и игровой среде	Решение образовательных задач в семье

Ежедневный объём непосредственно образовательной деятельности определяется регламентом этой деятельности (расписание), которое ежегодно утверждается заведующим и согласовывается с Управлением образования.

Общий объём учебной нагрузки деятельности детей соответствует требованиям действующих СанПиН.

Модель образовательного процесса

Предметно-средовая модель. Содержание образования проецируется непосредственно на предметную среду. Взрослый – организатор предметных сред, подбирает автодидактический, развивающий материал, провоцирует пробы и фиксирует ошибки ребенка.

Организационной основой реализации Программы является Календарь тематических недель (событий, проектов, игровых обучающих ситуаций и т.п.)

Сочетание в программе трёх подходов позволяет, с одной стороны, осуществлять проблемное обучение, направлять и обогащать развитие детей, а с другой стороны – организовать для детей культурное пространство свободного действия, необходимое для процесса индивидуализации.

Оптимальное сочетание моделей обеспечивается учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей, а также от конкретной образовательной ситуации. Ввиду специфики дошкольного возраста предпочтение отдаётся комплексно-тематической и средовой составляющим модели образовательного процесса.

Календарь тематических недель

Месяц	Неделя	Тема
Сентябрь		«До свидания, лето», «Здравствуй, детский сад», «День знаний» (тема определяется в соответствии с возрастом детей)
		«Мой дом», «Мой город», «Моя страна», «Моя планета» (тема определяется в соответствии с возрастом детей)
		«Урожай»
		«Краски осени»
Октябрь		«Животный мир»(+птицы, насекомые)
		«Я – человек»
		«Народная культура и традиции»
		«Наш быт»
Ноябрь		«Дружба», «День народного единства» (тема определяется в соответствии с возрастом детей)
		«Транспорт»
		«Здоровей-ка»
		«Кто как готовится к зиме»
Декабрь		«Здравствуй, зимушка-зима!»
		«Город мастеров»
		«Новогодний калейдоскоп»
		«Новогодний калейдоскоп»
Январь		Рождественские каникулы
		«В гостях у сказки»
		«Этикет»

Февраль		«Моя семья»
		«Азбука безопасности»
		«Наши защитники»
		«Маленькие исследователи»
Март		«Женский день»
		«Миром правит доброта»
		«Быть здоровыми хотим»
		«Весна шагает по планете»
Апрель		«День смеха», «Цирк», «Театр» (тема определяется в соответствии с возрастом детей)
		«Встречаем птиц»
		«Космос», «Приведем в порядок планету»
		«Волшебница вода»
Май		«Праздник весны и труда»
		«День победы»
		«Мир природы»
		«До свидания, детский сад. Здравствуй, школа», «Вот мы какие стали большие» (тема определяется в соответствии с возрастом детей)

Формы и приемы организации образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие»

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		Самостоятельная деятельность детей	Образовательная деятельность в семье
непосредственно образовательная деятельность	образовательная деятельность в режимных моментах		
Физкультурные занятия: -развлечения; сюжетно-игровые, - тематические, -классические, -тренирующие, - на улице, -походы Общеразвивающие упражнения: -с предметами, - без предметов, -сюжетные, -имитационные. Игры с элементами спорта. Спортивные упражнения	Утренняя гимнастика, Упражнения и подвижные игры во второй половине дня; Объяснение Показ Чтение художественных произведений Личный пример Иллюстративный материал Досуг Театрализованные игры	Подвижные игры Игровые упражнения Имитационные движения Спортивные игры (катание на санках, лыжах, велосипеде и др.); Сюжетно-ролевые игры	Экскурсии в природу Пешие прогулки Беседа Совместные игры Походы Занятия в спортивных секциях Посещение бассейна Чтение художественных произведений

Методики, технологии, средства воспитания, обучения и развития детей

Здоровьесберегающие технологии

Здоровьесберегающая технология – это система мер, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды В Законе об образовании 2013 (федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации") предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Здоровьесберегающие образовательные технологии являются наиболее значимыми по степени влияния на здоровье детей среди образовательных технологий. Главный их признак – использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем, связанных с психическим и физическим здоровьем детей. Здоровьесберегающие технологии можно распределить в три подгруппы:

- учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся;
- психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми (сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса);
- организационно-педагогические технологии, определяющие структуру образовательного процесса, способствующую предотвращению
- состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний

Учебно-воспитательные технологии

Концептуальные идеи и принципы:

- физкультурно-оздоровительная деятельность на занятиях по физическому воспитанию, а также в виде различных гимнастик, физкультминуток, динамических пауз и пр.;
- обучение грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья детей;
- мотивация детей к ведению здорового образа жизни,
- предупреждение вредных привычек;
- обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни;
- конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении их здоровья, развитии творческого потенциала.

Психолого-педагогические технологии

Концептуальные идеи и принципы:

- обеспечение эмоционального комфорта и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду, семье;
- обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника, т.к. эмоциональный настрой, психическое благополучие, бодрое настроение детей является важным для их здоровья;
- создание в дошкольном учреждении целостной системы, обеспечивающей оптимальные условия для развития детей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, состояния соматического и психического здоровья.

- в данной системе взаимодействуют диагностическое, консультативное, коррекционно-развивающее, лечебно-профилактическое и социальное направления.

Организационно-педагогические технологии

Концептуальные идеи и принципы:

- определение структуры учебного процесса, частично регламентированную в СанПиН, способствующую предотвращению состояний переутомления, гиподинамии;
- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ;
- организация контроля и помощи в обеспечении требований санитарно-эпидемиологических нормативов – Сан Пинов;
- организация и контроль питания детей, физического развития, закаливания организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- организация профилактических мероприятий, способствующих резистентности детского организма (например, иммунизация, полоскание горла противовоспалительными травами, щадящий режим в период адаптации и т.д.).

К современным здоровьесберегающим технологиям можно отнести:

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Особенности методики проведения	Время проведения в режиме дня
Физкультурное занятие	Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Ранний возраст - в групповой комнате, 10 мин. Младший возраст- 15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший возраст - 25-30 мин.
Динамические паузы	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей
Подвижные и спортивные игры	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп
Гимнастика пальчиковая	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно

2.5 Мониторинг освоения программы образовательной области «Физическое развитие»

При необходимости используется психологическая диагностика развития детей (выявление и изучение индивидуально-психологических особенностей детей), которую проводят квалифицированные специалисты (педагоги-психологи, психологи).

Участие ребёнка в психологической диагностике допускается только с согласия его родителей (законных представителей).

Результаты психологической диагностики могут использоваться для решения задач психологического сопровождения и проведения квалифицированной коррекции развития детей» [1]

В соответствии с ФГОС дошкольного образования к целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка:

Индивидуальные карты освоения программы образовательной области «Физическое развитие» по возрастам

№ п/п	Программное содержание	1-3 года
	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей	
	хорошо спит, активен во время бодрствования	
	имеет хороший аппетит, регулярный стул	
	Воспитание культурно-гигиенических навыков	
	умеет правильно мыть руки и насухо их вытирать;	
	умеет самостоятельно кушать и пользоваться салфеткой;	
	употребляет слова «спасибо», «пожалуйста».	
	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	
	имеет простейшие понятия о важности для здоровья соблюдения правил личной гигиены, занятий физическими упражнениями, прогулки (знает, что нужно мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе и т.д.);	
	при небольшой помощи взрослых пользуется индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расчёской, горшком)	
	Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации)	
	прыгает на месте и с продвижением вперед;	
	может бежать непрерывно в течение 30–40 с;	
	влезает на 2–3 перекладины гимнастической стенки (любым способом);	
	берёт, держит, переносит, бросает и катает мяч.	
	Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями)	
	легко ходит в разных направлениях и в различном темпе, ходит с перешагиванием через предметы (высота 10 см);	
	бросает предметы в горизонтальную цель (расстояние 1 м), двумя руками, поочередно правой и левой рукой;	
	может пробежать к указанной цели;	
	воспроизводит простые движения по показу взрослого	
	Формирование потребности в двигательной активности	

	и физическом совершенствовании	
	охотно выполняет движения имитационного характера, участвует в несложных сюжетных подвижных играх, организованных взрослым;	
	получает удовольствие от участия в двигательной деятельности	

Примечание: отметка «+»или «-»

Методы диагностики: наблюдения, беседы с ребёнком

№ п/п	Программное содержание	3-4 года
	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей	
	легко и быстро засыпает, спокойно спит, с аппетитом ест;	
	редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (2 раза в год)	
	Воспитание культурно-гигиенических навыков	
	приучен к опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых);	
	владеет навыками поведения во время еды, умывания, умеет пользоваться носовым платком, причёсываться, следит за своим внешним видом;	
	охотно включается в выполнение режимных моментов и гигиенических процедур.	
	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, выносливости, 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	
	сохраняет равновесие при перешагивании через предметы	
	может ползать на четвереньках	

	может 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	
	может бросать мяч двумя руками от груди	
	бросает мяч из-за головы	
	ударяет мячом об пол	
	бросает мяч вверх 2–3 раза подряд и ловить	
	может 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, трехколесный велосипед)	
	проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх	

Примечание: отметка «+»или «-»

Методы диагностики: наблюдения, беседы с ребёнком

№ п/п	Программное содержание	4-5 лет
Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей		
	легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;	
	редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1–2 раза в год).	
Воспитание культурно-гигиенических навыков		
	проявляет привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом;	
	имеет элементарные представления о том, что полезно и вредно для здоровья;	
	сформированы навыки культуры еды, культуры поведения, умеет следить за своим внешним видом	
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни		
	знает, что надо одеваться по погоде, регулярно гулять, заниматься зарядкой;	
	имеет представление о полезной и вредной для здоровья пище;	
	знает части тела и органы чувств человека и их функциональное назначение;	
	сформирована потребность в соблюдении режима питания, знает важность сна, гигиенических процедур для здоровья;	
	умеет устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствия;	
	имеет представление о составляющих здорового образа жизни	

	Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации)	
	прыгает в длину с места не менее 70 см;	
	может пробежать по пересеченной местности в медленном темпе 200–240 м;	
	бросает набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.	
	Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями)	
	ходит свободно, держась прямо, не опуская головы	
	уверенно ходит по бревну (скамейке), удерживая равновесие	
	умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами	
	в прыжках в длину с места отталкивается двумя ногами и мягко приземляется, подпрыгивает на одной ноге	
	ловит мяч руками, многократно ударяет им об пол и ловит его	
	бросает предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку	
	чувствует ритм, умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет	
	Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании	
	активен, с интересом участвует в подвижных играх	
	инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях	
	умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь для подвижных игр	

Примечание: отметка «+»или «-»

Методы диагностики: наблюдения, беседы с ребёнком

№ п/п	Программное содержание	5-6 лет
	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей	
	легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;	
	редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1–2 раза в год).	
	Воспитание культурно-гигиенических навыков	
	умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу;	
	имеет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых);	
	сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком);	
	владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом.	
	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	
	имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье;	
	знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня;	

	имеет представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека;	
	имеет представление о правилах ухода за больным.	
	Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации)	
	может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см)	
	прыгать в обозначенное место с высоты 30 см	
	прыгать в длину с места (не менее 80 см)	
	прыгать с разбега (не менее 100 см)	
	Прыгать в высоту с разбега (не менее 40 см)	
	прыгать через короткую и длинную скакалку	
	умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа	
	умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м	
	умеет метать предметы правой и левой рукой в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м,	
	умеет сочетать замах с броском	
	умеет бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой	
	умеет отбивать мяч на месте не менее 10 раз,	
	умеет отбивать мяч в ходьбе (расстояние 6 м).	
	владеет школой мяча	
	Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями)	
	умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп	
	выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие	
	умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом	
	ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами	

	умеет кататься на самокате	
	умеет плавать (произвольно)	
	участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах	
	Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании	
	участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей	
	проявляет самостоятельность, творчество, выразительность и грациозность движений	
	умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры	
	проявляет интерес к разным видам спорта	

Примечание: отметка «+»или «-»

Методы диагностики: наблюдения, беседы с ребёнком

№ п/п	Программное содержание	6-7 лет
	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей	
	легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;	
	редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1раз в год).	
	Воспитание культурно-гигиенических навыков	
	усвоил основные культурно-гигиенические навыки: быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полощет рот после еды, моет ноги перед сном	
	правильно пользуется носовым платком и расческой;	
	следит за своим внешним видом;	
	быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви	
	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	
	<i>имеет сформированные представления о здоровом образе жизни:</i>	
	об особенностях строения и функциями организма человека,	
	о важности соблюдения режима дня	
	рациональном питании	
	значении двигательной активности в жизни человека	
	пользе и видах закаливающих процедур, роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье	
	Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации)	
	может прыгать на мягкое покрытие (с высоты до 40см) и мягко приземляться	
	может прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100 см)	
	может прыгать с разбега (180 см);	
	может прыгать в высоту с разбега (не менее 50 см)	
	прыгает через короткую и длинную скакалку разными способами	
	может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг)	
	может бросать предметы в цель из разных исходных положений	
	попадает в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м	

	может метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м	
	может метать предметы в движущуюся цель;	
	ходит на лыжах: переменным скользящим шагом на расстояние 3 км	
	поднимается на горку	
	спускается с горки, тормозит при спуске	
	плавает произвольно на расстояние 15 м	
	Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями)	
	выполняет правильно технику всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья	
	умеет перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу шеренги после расчета на первый-второй	
	умеет соблюдать интервалы во время передвижения;	
	выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции	
	выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, по словесной инструкции	
	Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании	
	участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис)	
	умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры	
	проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта	
	проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол)	

Примечание: отметка «+»или «-»

Методы диагностики: наблюдения, беседы с ребёнком

2.6 Формы и направления взаимодействия с коллегами, семьями воспитанников

В соответствии с ФГОС дошкольного образования социальная среда дошкольного образовательного учреждения должна создавать условия для участия родителей в образовательной деятельности, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьёй на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи [2].

Формы работы с родителями по реализации образовательной области «Физическое развитие»

№ п/п	Организационная форма	Цель	Темы :
	Педагогические беседы	Обмен мнениями о развитии ребенка, обсуждение характера, степени и возможных причин проблем, с которыми сталкиваются родители и педагоги в процессе его воспитания и обучения. По результатам беседы педагог намечает пути дальнейшего развития ребенка	«Одежда детей в разные сезоны» «Как организовать выходной день с ребенком» «Роль движений в жизни ребёнка»

Практикумы	Выработка у родителей педагогических умений по воспитанию детей, эффективному расширению возникающих педагогических ситуаций, тренировка педагогического мышления	«Активные формы совместного отдыха родителей и детей» «Развитие двигательных умений у детей дошкольного возраста»
Тренинги	Вовлечение родителей в специально разработанные ситуации, позволяющие осознать свои личностные ресурсы	«Способы эффективного закаливания» «Гимнастика для глаз»
Дни открытых дверей	Ознакомление родителей с содержанием, организационными формами и методами физического развития детей	«Папа, мама, я - спортивная семья» «День здоровья»
Тематические консультации	Создание условий, способствующих преодолению трудностей во взаимодействии педагогов и родителей по вопросам физического развития детей в условиях семьи	«Закаливающие процедуры-профилактика простудных заболеваний» «Как сделать зимнюю прогулку с малышом приятной и полезной?»
Родительские собрания	Взаимное общение педагогов и родителей по актуальным проблемам физического развития детей, расширение педагогического кругозора родителей. Поддержание интереса к физической культуре и спорту	«Здоровый образ жизни. Советы доктора Айболита» «Чтобы ребёнок рос здоровым»
Родительские чтения (родительские школы)	Ознакомление родителей с особенностями возрастного и психологического развития детей, рациональными методами и приемами физического развития детей	«Культура поведения: правила и привычки» «Организация здорового образа жизни в семье и дошкольном учреждении»
Проектная деятельность	Вовлечение родителей в совместную физкультурно-оздоровительную деятельность Овладение способами коллективной мыслительной деятельности; освоения	«Здоровый ребенок - счастливая семья» «Азбука здоровья» «Традиции здоровья в нашей семье»

		алгоритма создания проекта на основе потребностей ребенка; Достижение позитивной открытости по отношению к родителям	
	Конференции (в том числе и онлайн-конференции)	Педагогическое просвещение, обмен опытом семейного воспитания. Привлечение родителей к активному осмыслению проблем физического развития и сохранения здоровья детей в семье.	«Актуальные проблемы дошкольного образования» «Физическая и психологическая готовность ребенка к обучению в школе»

3. Организационный раздел рабочей программы

3.1 Организация и содержание развивающей предметно-пространственной среды

Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития. Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Организация предметно-развивающей среды в группе.

Предметно развивающая среда организуется на основе следующих принципов:

1. Принцип открытости обществу и открытости своего "Я" предполагает персонализацию среды группы. Для этого в группе оформлены выставки фотографий "Наши достижения", «Проектная деятельность».

2. Принцип гибкого зонирования заключается в организации различных пересекающихся сфер активности. Это позволяет детям в соответствии со своими интересами и желаниями свободно заниматься в одно и то же время, не мешая друг другу, разными видами деятельности: экспериментированием, конструированием, продуктивной деятельностью и т.д.. Оснащение групповой комнаты помогает детям самостоятельно определить содержание деятельности, наметить план действий, распределять свое время и активно участвовать в деятельности, используя различные предметы и игрушки.

3. Принцип стабильности-динамичности развивающей среды тесно взаимосвязан с принципом гибкого зонирования. Предметно-развивающая среда группы меняется в зависимости от возрастных особенностей детей, периода обучения, образовательной программы.

При проектировании предметно- развивающей среды нашего ДОУ мы выделяем следующие основные составляющие:

- пространство;
- время;
- предметное окружение.

3.2 Материалы и оборудование, необходимые для организации физического развития

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. Количество оборудования определяется из расчета активного участия всех детей в процессе разных форм двигательной активности. Разнообразие оборудования обусловлено спецификой построения и содержания разных видов занятий по физической культуре (утренняя гимнастика, корригирующая гимнастика после дневного сна, занятие по физической культуре, игры и упражнения на воздухе и в помещении, физкультурные досуги и праздники).

Набор физкультурного оборудования для первой младшей группы

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Валик мягкий укороченный	Длина 30 см Диаметр 30 см	2
	Горка детская		1
	Доска с ребристой поверхностью	Длина 150 см Ширина 20 см Высота 3 см	1
	Коврики, дорожки массажные, со следочками (для профилактики плоскостопия)	180 x 40 см	5
	Скамейка гимнастическая	Длина 150-200 см Ширина 35 см Высота 15 см	1
	Шнур длинный	Длина 100-150 см	1
Для прыжков	Мини-мат	Длина 60 см Ширина 60 см Высота 7 см	10
	Куб деревянный малый	Ребро 15- 30 см	5
	Обруч плоский (цветной)	Диаметр 40-50 см	5
	Палка гимнастическая длинная	Длина 150см Сечение 3см	2
	Шнур короткий плетёный	Длина 75 см	5
Для катания, бросания, ловли	Корзина для метания мячей		1
	Мяч резиновый	Диаметр 10-15см	10
	Мяч-шар надувной	Диаметр 40 см	2
	Обруч малый	Диаметр 54-65см	5
	Шарик пластмассовый	Диаметр 4 см	5
Для ползания и лазанья	Лесенка-стремянка двухпролетная	Высота 103 см Ширина 80-85 см	1
	Лабиринт (3 секции)		1
	Ящики для влезания (складирующиеся один в другой)		1 комплект
Для общеразвивающих упражнений	Мяч массажный	Диаметр 6-8 см	10
	Мяч резиновый	Диаметр 10-15 см, 20-25 см	10
	Обруч плоский	Диаметр 20-25 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 60 - 80 см	10

	Колечко с лентой	Диаметр 5 см	10
	Кольцо резиновое	Диаметр 5-6, 18 см	по 10

*Набор физкультурного оборудования
для второй младшей группы*

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега и равновесия	Валик мягкий	Длина 150 см Диаметр 20 см	1
	Доска с ребристой поверхностью	Длина 200 см Ширина 20 см Высота 4 см	1
	Модуль "Змейка"	Длина 100 см Высота 15 см	2
	Коврик, дорожка массажные, со следочками		4
	Кольцо мягкое	Диаметр 120 см Высота 30 см Диаметр отверстия 60 см	1
	Куб деревянный	Ребро 20 см	5
	Обруч большой	Диаметр 95-100 см	1
Для прыжков	Куб деревянный	Ребро 20 см	5
	Мяч-попрыгунчик	Диаметр 50 см	2
	Обруч малый	Диаметр 50-55 см	5
	Шнур короткий	Длина 75 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	2
	Мяч резиновый	Диаметр 10 см	5
	Шар цветной (фибро-пластиковый)	Диаметр 20-25 см	2
Для ползания и лазанья	Лабиринт игровой		1
	Полукольцо мягкое	Диаметр 120 см Высота 30 см Диаметр 5-6 см	1
Для общеразвивающих упражнений	Колечко резиновое	Диаметр 5-6 см	10
	Лента цветная (короткая)	Длина 50 см	10
	Мяч массажный	Диаметр 8-10 см	10
	Обруч плоский	Диаметр 40 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	10
	Флажок		10

*Набор физкультурного оборудования
для средней группы*

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега, равновесия	Коврик массажный	Длина 75 см, Ширина 70 см	10
	Шнур длинный	Длина 150-см, Диаметр 2 см	1
Для прыжков	Куб деревянный	Ребро 20 см	5
	Мяч-попрыгунчик	Диаметр 50 см	2
	Обруч плоский	Диаметр 40 см	3

	Палка гимнастическая короткая	Длина 75-80 см	10
	Скакалка короткая	Длина 120-150 см	3
Для катания, бросания, ловли	Кегли		5
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Обруч большой	Диаметр 100 см	2
	Серсо (набор)		1
	Шар цветной (фибро-пластиковый)	Диаметр 20-25 см	4
Для ползания и лазанья	Полукольцо мягкое	Диаметр 120 см, Высота 30 см, Диаметр 5-6 см	1
Для общеразвивающих упражнений	Колечко резиновое	Диаметр 5-6 см	10
	Мешочек с грузом малый	Масса 150-200 г	10
	Мяч-шар (цветной, прозрачный)	Диаметр 10-12 см	5
	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	10
	Шнур короткий	Длина 75 см	10

*Набор физкультурного оборудования
для старшей группы*

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансир-волчок		1
	Коврик массажный со следочками		10
	Шнур короткий (плетеный)	Длина 75 см	5
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		3
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200 г	5
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Мяч для мини-баскетбола	Масса 0,5 кг	2
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 350 г, 500 г, 1 кг	1
	Мяч-массажер		2
	Обруч большой	Диаметр 100 см	2
	Серсо (набор)		2
Для ползания и лазанья	Комплект мягких модулей (6-8 сегментов)		1
	Гантели детские		10

Для общеразвивающих упражнений	Кольцо малое	Диаметр 13 см	10
	Лента короткая	Длина 50-60 см	10
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	10

*Набор физкультурного оборудования
для подготовительной группы*

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансир-волчок		1
	Коврик массажный со следочками		10
	Шнур короткий (плетеный)	Длина 75 см	5
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 55-65 см	5
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		3
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек малый с грузом	Масса 150-200 г	5
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Мяч для мини-баскетбола	Масса 0,5 кг	2
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 350 г, 500 г, 1 кг	1
	Мяч-массажер		2
	Обруч большой	Диаметр 100 см	2
	Серсо (набор)		2
Для ползания и лазанья	Комплект мягких модулей (6-8 сегментов)		1
Для общеразвивающих упражнений	Гантели детские		10
	Кольцо малое	Диаметр 13 см	10
	Лента короткая	Длина 50-60 см	10
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 80 см	10

**Программно-методический комплекс образовательного процесса
Перечень программ и пособий
образовательной области «Физическое развитие»**

1. Борисова М.М., «Малоподвижные игры и игровые упражнения» М.: Мозаика-Синтез, 2014
2. Зимонина В.Н., «Расту здоровым» Программно-методическое пособие для детского сада часть 1,2. М.: 2013
3. Моргунова О.Н., «Планы-конспекты НОД с детьми 2-7 лет в ДОУ Воронеж, Metoda, 2013
4. Пензулаева Л.И., «Оздоровительная гимнастика для детей 3–7 лет» /Л.И.Пензулаева. - М.: Мозаика – Синтез, 2009-2010.
5. Пензулаева Л.И., «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5–7-лет.» М.: Владос, 2002.
6. Пензулаева Л.И., «Физическая культура в детском саду младшая группа» М.: Мозаика-Синтез, 2014
7. Пензулаева Л.И., «Физическая культура в детском саду подготовительная к школе группа» М.: Мозаика-Синтез, 2014
8. Пензулаева Л.И., «Физическая культура в детском саду средняя группа» М.: Мозаика-Синтез, 2014
9. Пензулаева Л.И., «Физическая культура в детском саду старшая группа» М.: Мозаика-Синтез, 2014
10. Степаненкова Э.Я., «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» М.: Academia, 2001.
11. Степаненкова Э.Я., «Физическое воспитание в детском саду» М.: Мозаика-Синтез, 2004.
12. Степаненкова Э.Я., «Физическое воспитание в детском саду»: Программа и методические рекомендации. М.: Мозаика-Синтез, 2009.

3.4 Перечень материально-технического обеспечения спортивного зала МАДОУ №474,используемого для реализации рабочей программы

№	Дидактический материал	Количество
1	Музыкальный инструмент(пианино) для музыкального сопровождения утренней гимнастики.	1шт.
2	Шведская стенка	10шт
3	Гимнастический мат	1шт
4	Доска для ходьбы по наклонной поверхности	4шт
5	Кресла-трансформеры(модули)	2шт
6	Дуга (модель)	1шт
7	Гусеница (модуль)	1шт
8	Труба (модуль)	1шт
9	Бревно(модуль)	1шт

10	Стойки для прокатывания мяча(модуль)	2шт
11	Ступени для восхождения (модули)	2шт
12	Сухой бассейн	1шт
13	Баскетбольная стойка	1шт
14	Баскетбольный щит	2шт
15	Батут	1шт.
16	Спортивные тренажёры	3шт
17	Гимнастические скамейки	4шт
18	Гимнастический станок	1шт
19	Гимнастическая лестница	2шт
20	Скакалки	37шт
21	Мячи резиновые d 20см	30шт
22	Мячи резиновые d 15см	30шт
23	Мячи резиновые d 10см	24шт
24	Гимнастические обручи малые	50шт
25	Гимнастические обручи большие	52шт
26	Набивные мячи	8шт
27	Гимнастические кубы	10шт
28	Массажные дорожки	2шт
29	Кегли	28шт
30	Корзины	5шт
31	Хип-хоп	1шт
32	Мяч надувной	1шт
33	Флажки	50шт
34	Стойки для прыжков	4шт
35	Фишки	22шт
36	Коврики для ЛФК	30шт

37	Малые мячи диаметр 5см	80шт
38	Гимнастические палки	40шт
39	Ходунки	6 шт
40	Лыжи	10 пар

Перечень материально-технического обеспечения спортивной площадки МАДОУ №474, используемой для реализации рабочей программы

1	Футбольные ворота	2 шт
2	Баскетбольные щиты	2 шт
3	Волейбольная сетка	1 шт
4	Прыжковая яма	1 шт

3.5 Регламент образовательной области «Физическое развитие» МАДОУ «ДС № 474 г. Челябинска» на 2019-2020 учебный год

	2гр (I-младшая)	4гр (II-младшая)	1гр (II-младшая)	8гр. (старшая)	7гр (старшая)	9гр (старшая)	3гр. (подготовит. к школе)	12гр. (подготовит. к школе)
Пн							16.00-16.30	15.10-15.40
Вт	I. 08.40-08.50 II.09.00-09.10	10.15-10.30	9.50-10.05	10.40-11.05	11.15-11.35			
Ср					15.45-16.10	15.10-15.35		
Чт	I. 08.40-08.50 II.09.00-09.10	9.50-10.05	10.15-10.30				10.40-11.10	
Пт	I.15.40-15.50 II.16.00-16.10			10.20-10.45		9.00-9.25		9.40-10.10

3.6 Перечень литературных источников

При разработке содержания Программы использовались следующие литературные источники:

1. Навигатор образовательных программ дошкольного образования [Электронный ресурс].— Режим доступа: <http://Navigator.firo.ru>
2. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования: приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155. [Электронный ресурс]//www.edu.ru/db-minobr/mo/Data/d_13/m1155.html

3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций".
4. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования [Электронный ресурс] // firo.ru/wp-content/uploads/2014/02/POOP_DO.pdf
5. Проектирование основной общеобразовательной программы ДОУ. /авт сост. И.Б. Едакова, И.В. Колосова, А.В. Копытова и др. – М.: Скрипторий 2003, 2012. – 104с.)
6. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями) [Электронный ресурс]: <http://www.rg.ru/>.