

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
МБДОУ «Мальвина» с.Самбек



Утверждено  
заведующий МБДОУ  
«Мальвина» с.Самбек  
Серда А.А.

**Рабочая программа по физической культуре  
для детей 4-5 лет с ТНР( средняя группа)  
на 2023-2024 учебный год**

Составила:

Инструктор по физической культуре  
Ермолова Наталья Александровна

## СОДЕРЖАНИЕ

### **I. Целевой раздел**

- 1.1 Пояснительная записка.
- 1.2 Задачи годового плана на 2023-2024 уч. г.
- 1.3 Задачи воспитания и развития детей.
- 1.4 Принципы формирования программы.
- 1.5 Возрастные характеристики особенностей развития детей.
- 1.6 Планируемые результаты.

### **II. Содержательный раздел**

- 2.1 Организация образовательной деятельности.
- 2.2 Взаимодействие с педагогами ДОУ.
- 2.3 Взаимодействие с семьями воспитанников.
- 2.4 Взаимодействие с социумом.
- 2.5 Тематическое планирование на 2023-2024 уч.г.
- 2.6 Годовой план физкультурных досугов на 2023-2024 уч.г.
- 2.7 Перспективное планирование.
- 2.8 Комплексно-тематическое планирование.

### **III. Организационный раздел.**

- 3.1 Оснащение развивающей предметно-пространственной среды в физкультурном зале.
- 3.2 Режим дня.
- 3.3 Расписание НОД
- 3.4 Структура НОД
- 3.5 Модель физического воспитания
- 3.6 Проектная деятельность
- 3.7 Циклограмма деятельности
- 3.8 Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности.

## ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (далее - **Стандарт**);
- Комментарии Минобрнауки России к ФГОС ФОП дошкольного образования от 28.02.2014 №08-249;
- Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 №1014 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования;
- Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 №2106 "Об утверждении и введении в действие Федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников";
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 «Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (СанПиН 2.4.1.3049-13);
- Письмо Минобрнауки России от 07.06.2013 № ИР-535/07 "О коррекционном и инклюзивном образовании детей";
- Адаптированная образовательная программа дошкольного образования для детей с нарушениями опорно – двигательного аппарата.

Содержание образовательного процесса определено с основной образовательной программой МБДОУ «Мальвина» с.Самбек , а также в соответствие с программой дошкольного образования Н.Е. Веракса «От рождения до школы»; парциальной программой О.Л.Князевой «Приобщение детей к истокам русской народной культуры», и программами для детей с ограниченными возможностями здоровья Н.Н. Ефименко «Малый театр физического воспитания и оздоровления детей первых трех

лет жизни (ранний возраст)»; Н.Н. Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста»; Т.Б. Филичева Г.В. Чиркина «Программа обучения и воспитания детей с фонетико – фонематическим недоразвитием речи».

А также дополнительные программы и технологии:

- Программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста» Р.Б.Стеркиной и Авдеевой;

- Программа дошкольного образования «Са-фи-дансе» под редакцией Е.Г.Сайкиной и Ж.Е. Фирилёвой.

- Глазырина Л.Д. Физическая культура в младшей группе детского сада. М.: Владос, 2005. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ. Планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры. Воронеж: Учитель. 2007

Рабочая программа по физическому развитию детей обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 5 до 6 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Реализуемая программа строится на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

Рабочая образовательная программа направлена на развитие двигательной сферы ребенка и обеспечение его эмоционального благополучия и может быть использована на физкультурных занятиях с дошкольниками 5-6 лет.

В программе выделены оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания. Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание у него бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов; совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной деятельности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно-волевых качеств.

Физическое воспитание в дошкольном образовательном учреждении осуществляется как на специальных физкультурных занятиях, так и в игровой деятельности и повседневной жизни детей, в разнообразных формах организации двигательной деятельности.

Программа предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и двигательным действиям: правильной, ритмичной, легкой ходьбе, бегу, умению прыгать с места и с разбега, разным видам метания, лазанья, движений с мячами. Дети обучаются четко, ритмично, в определенном темпе выполнять различные физические упражнения по показу и на основе словесного описания, разученные движения выполняются под музыку.

### **Задачи физического развития, обозначенные в ФГОС ФОП ДО:**

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 наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

#### **1.2 Реализация задач годового плана 2023 – 2024г.**

1. Создать здоровьесберегающую среду и оптимальные условия для охраны и укрепления здоровья детей. Обеспечить коррекцию недостатков в физическом, психическом и речевом развитии различных категорий детей с ограниченными возможностями здоровья и оказание им помощи в освоении программы.

2. Содействовать повышению профессиональной компетенции педагогов в соответствии с профессиональным стандартом педагога посредством оптимизации системы методических мероприятий: продолжать обучать педагогов новым инновационным технологиям взаимодействия с детьми при построении образовательного процесса, в том числе использованию цифровых образовательных технологий. Организовывать непрерывное образование сотрудников, обмен опытом работы.

3. Реализовывать Программу воспитания. Формировать у детей представление о духовно-нравственных ценностях, сложившихся в процессе культурного развития России, такие как человеколюбие, справедливость, честь, совесть, воля, личное достоинство, вера в добро, и стремление к исполнению нравственного долга перед самим собой, своей семьей и своим Отчеством». Создавать оптимальные условия для реализации образовательной области познавательное развитие. Развивать познавательную активность детей, логическое мышление.

МЕРОПРИЯТИЕ	ТЕМА
<b>Сентябрь</b>	
<b>Текущая работа</b>	Диагностика. Участие в работе ПМПК
<b>Текущая работа</b>	Участие в разработке программ индивидуального развития
<b>Рекомендации для воспитателей</b>	Коррекционная работа с детьми с разными нарушениями развития ОДА
<b>Работа в КпРп</b>	Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад.
<b>Октябрь</b>	
<b>Взаимодействие со специалистами</b>	-Участие в ПМПК Обсуждение результатов комплексного обследования; Зачисление обучающихся на коррекционные занятия; Составление и утверждение индивидуальных образовательных маршрутов (по форме определяемой образовательной организацией)
<b>Предупредительный контроль</b>	- ФК - индивидуальная работа с детьми со сложными диагнозами
<b>Педчас для педагогов</b>	Быть здоровыми хотим. О сдаче сотрудниками и дошкольниками норм ГТО
<b>Контроль оперативный:</b>	-ФК - индивидуальная работа с детьми со сложными диагнозами -Коррекционная работа с детьми во всех группах детей с ОВЗ
<b>Консультация для родителей</b>	«Движение – основа здоровья для всей семьи»
<b>Работа в КпРп</b>	Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад.
<b>Ноябрь</b>	
<b>Контроль оперативный</b>	За коррекционным процессом. Взаимосвязь в работе специалистов. Результативность.
<b>Работа в КпРп</b>	Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад.
<b>Декабрь</b>	
<b>Диагностика:</b>	Промежуточная. Итоги коррекционно-развивающей работы со сложными детьми
<b>Работа в КпРп</b>	Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад.
<b>Январь</b>	
<b>Заседание ППк</b>	Анализ динамики развития детей со сложной структурой нарушений, имеющих не менее 3-х диагнозов Оптимизация образовательного процесса в отношении детей с недостаточной или отрицательной динамикой развития
<b>Текущая работа</b>	Сдача норм ГТО с детьми старшего возраста
<b>Работа в КпРп</b>	Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад.
<b>Февраль</b>	
<b>Организация праздника</b>	День защитника Отечества
<b>Работа в КпРп</b>	Консультационная помощь родителям детей, не посещающих

	детский сад.
<b>Март</b>	
<b>Текущая работа</b>	Диагностика и подготовка пакета документов для детей, направляемых на ПМПК.
<b>Работа в КпРп</b>	Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад.
<b>Апрель</b>	
<b>Диагностика:</b>	- готовность детей к школе - скрининг-диагностика
<b>Работа в КпРп</b>	Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад.
<b>Май</b>	
<b>Текущая работа</b>	Диагностика. Обсуждение результатов итоговой диагностики, корректировка индивидуальных программ развития Составление аналитического отчета за год
<b>Работа в КпРп</b>	Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад.
<b>Июнь</b>	
<b>Организация праздника</b>	«День защиты детей»

### 1.3 Задачи воспитания и развития детей по двигательной деятельности для воспитанников средней группы

1. Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
2. Накапливать и обогащать двигательный опыт детей:
  - добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений);
  - формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях;
  - учить детей анализировать (контролировать и оценивать свои движения и движения товарищей);
  - побуждать к проявлению творчества в двигательной деятельности;
  - воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
3. Развивать у детей физические качества: общую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.
4. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

### 1.4 Принципы формирования программы

- Принцип построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом дошкольного образования.

- Принцип содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
- Принцип поддержки инициативы детей в двигательной деятельности.
- Принцип сотрудничества с семьей.
- Принцип приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
- Принцип формирования познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности.
- Принцип возрастной адекватности дошкольного образования (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).
- Принцип учета этнокультурной ситуации развития детей.

### **1.5. Возрастные характеристики особенностей развития детей среднего дошкольного возраста (4—5 лет).**

Возрастные особенности детей 4 - 5 лет

Дети среднего дошкольного возраста отличаются высокой эмоциональностью, ярко и непосредственно выражают свои чувства. Внимательное, заботливое отношение взрослого к детям, умение поддержать их познавательную активность и развить самостоятельность, организация разнообразной деятельности составляют основу правильного воспитания и полноценного развития детей.

Более широкое использование речи как средства общения стимулирует расширение кругозора ребенка, открытию им новых граней окружающего мира. Теперь ребенка начинает интересовать не просто какое-либо явление само по себе, а причины и следствия его возникновения. Поэтому главным вопросом для ребенка 4-х лет становится вопрос "почему?".

Снижается утомляемость, фон настроения выравнивается, становится более стабильным, менее подверженным перепадам. В этом возрасте сверстник становится более значим и интересен. Игровые объединения становятся более или менее устойчивыми. Активно развивающаяся потребность в новых знаниях, впечатлениях и ощущениях, проявляющаяся в любознательности и любопытстве ребенка, позволяет ему выходить за пределы непосредственно ощущаемого. Большим шагом вперед является развитие способности выстраивать умозаключения, что является свидетельством отрыва мышления от непосредственной ситуации. Следует обратить внимание на то, что в возрасте 4-5-ти лет недостатки воспитания ребенка начинают постепенно укореняться и переходить в устойчивые негативные черты характера.



Дети 4-5 лет социальные нормы и правила поведения всё ещё не осознают, однако у них уже начинают складываться обобщённые представления о том, как надо (не надо) себя вести. В этом возрасте у детей появляются представления о том, как положено себя вести девочкам, и как - мальчикам. Дети хорошо выделяют несоответствие нормам и правилам не только в поведении другого, но и в своём собственном и эмоционально его переживают, что повышает их возможности регулировать поведение.

К 5 годам дети, как правило, уже хорошо владеют представлениями об основных цветах, геометрических формах и отношениях величин. Ребёнок уже может произвольно наблюдать, рассматривать и искать предметы в окружающем его пространстве. При обследовании несложных предметов он способен придерживаться определённой последовательности.

Восприятие в этом возрасте постепенно становится осмысленным, целенаправленным и анализирующим. Совершенствуется и ориентация в пространстве, которая отражается в знании и употреблении дошкольниками предлогов. В этом возрасте интенсивно развивается образное мышление – дети способны решать различные задачи, используя схематизированное изображение.

В этом возрасте происходит развитие инициативности и самостоятельности ребенка в общении со взрослыми и сверстниками. Дети продолжают сотрудничать со взрослыми в практических делах, наряду с этим активно стремятся к интеллектуальному общению, что проявляется в многочисленных вопросах. У детей наблюдается потребность в уважении взрослых, их похвале, поэтому на замечания взрослых ребёнок пятого года жизни реагирует повышенной обидчивостью.

Средний дошкольный возраст – это период, когда начинают формироваться основные структуры личности ребёнка, ответственные за его произвольное моральное поведение. Особую роль здесь играет взрослый, который должен понимать: именно он является тем человеком, с которым ребёнок идентифицирует себя.

## 1.6 Планируемые результаты

**К концу года воспитанники средней группы могут:**

- Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.

- 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.
- 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), владеть школой мяча.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
- Знать исходные положения, последовательность выполнения общеразвивающих упражнений, понимать их оздоровительное значение.
- Скользить по ледяным дорожкам, выполняя задание.
- Ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживать за лыжами.
- Кататься на самокате.
- Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
- Плавать произвольно.
- Выполнять элементы гидроаэробики; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, придумывать с помощью воспитателя игры на заданные сюжеты.
- Продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умение варьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и неимитационные упражнения, демонстрируя осознанность, красоту, грациозность, выразительность, пластичность движений.

#### **Минимальные результаты**

Бег на 30 м — 7,9-7,5 с.

Прыжок в длину с места — 80-90 см.

Прыжок в длину с разбега — 130-150 см.

Прыжок в длину с разбега — 130-150 см.

Прыжок в высоту с разбега — 40 см.

Прыжок в высоту с места — 25 см.

Метание предмета:

- весом 80 г — 3,5-4м.

- весом 200 г — 7,5 м.

Бросание набивного мяча (1 кг) — 2,5 см.

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. Организация образовательной деятельности для воспитанников старшей группы**

**В соответствии СанПин 2.4.1.3049-13 от 15 мая 2013 г. П. 12.5.** Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 5 до 6 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Занятия проводятся 2 раза в неделю в спортивном зале и 1 раз в неделю на свежем воздухе. В летний период занятия проводятся 3 раза в неделю на улице на спортивной площадке.

#### **Структура физкультурного занятия**

1. Вводная часть.

**Разминка, на которую отводится 3 мин.**

2. Основная часть.

Включает общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижную игру. На проведение основной части занятия отводится 20 мин.

3. Заключительная часть.

**Игра малой подвижности, на проведение которой отводится 2 мин.**

**Становление у детей ценностей здорового образа жизни**

**Задачи воспитания и развития детей**

- Способствовать становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и безопасного поведения.
- Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
- Способствовать развитию самостоятельности детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек.
- Развивать умение элементарно описывать свое самочувствие; умение привлечь внимание взрослого в случае неважного самочувствия, недомогания.
- Развивать умение избегать опасных для здоровья ситуаций, обращаться за помощью взрослого в случае их возникновения.
- Обеспечивать сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

#### **Основные виды движений**

**Самостоятельные перестроения.** Из шеренги в колонну, в две колонны, два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах.

**Ходьба и упражнения в равновесии.** Ходьба в полуприсяде, с

перекатом с пятки на носок, с задержкой на носке («петушиный шаг»), с заданиями хлопками, различными положениями рук), с закрытыми глазами (3—4 м). Ходьба через предметы (высотой 20—25 см), по наклонной доске (высотой 35—40 см, шириной 20 см), ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, с поворотами, различными движениями рук, остановками. Ходьба по шнуру (8—10 м), бревну (высотой 25—30 см, шириной 10 см), с мешочком (500 г) на голове, по пенькам, спиной вперед (3—4 м). Приставной шаг с приседанием, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперед и в кружении, полуприседание с выставлением ноги на пятку.

**Бег.** На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3 x 10 м в медленном темпе (1,5—2 мин).

**Прыжки.** На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая — назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов (высота 15—20 см) на двух ногах, впрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6 - 8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (с пенька, бревна, кубов высотой 30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.

**Бросание, ловля и метание.** Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 40—30 см, длина 3—4 м). Бросание мяча вверх, об землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой об землю). Метание в горизонтальную и вертикальную цели (на высоту 2,2 м) с расстояния 3,5—4 м. Метание вдаль на 5—9 м.

**Ползание и лазание.** Ползание на четвереньках по скамейке, толкая головой мяч. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся способом ритмично, с изменением темпа. Лазание по лестнице с перекрестной координацией движений рук и ног. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом.

## **Игровая деятельность**

### **Задачи развития игровой деятельности:**

- Развивать умение играть на основе совместного со сверстниками сюжетосложения: сначала через передачу в игре знакомых сказок и

историй, затем через внесение изменений в знакомый сказочный сюжет (введение новой роли, действия, события), впоследствии — через сложение новых творческих сюжетов.

- Обогащать содержание сюжетных игр детей на основе знакомства с явлениями социальной действительности и отношениями людей (школа, магазин, больница, парикмахерская, путешествия и др.), активизировать воображение на основе сюжетов сказок и мультипликационных фильмов.
- Совершенствовать умение следовать игровым правилам в дидактических, подвижных, развивающих играх.
- Развивать умение сотрудничать со сверстниками в разных видах игр: формулировать собственную точку зрения, выяснять точку зрения своего партнера, сравнивать их и согласовывать при помощи аргументации.

### Подвижные игры

**С бегом:** «Караси и щука», «Уголки», «Пожарные на учении», «Гуси-лебеди», «Хитрая лиса», «Мы веселые ребята», «Мышеловка», «Пятнашки», «Кто быстрее до флажка», «Белки в лесу», «Два мороза», «Ловишка бери ленту», «Быстрее по местам», «Летчики», «Акулы», «Лошади», «Ловля олений», «Медведи и пчелы».

**С прыжками:** «Лягушки», «Охотник, зайцы и собака», «Кто скорее снимет ленту».

**С ползанием и лазаньем:** «Пастух и стадо», «Медведь и пчелы».

**С бросанием и ловлей:** «Школа мяча», «Кольцо на палочке», «Стоп», «Кегли», «Накинь кольцо», «Чудесный шарик», «Охотники и зайцы», «Передай мяч».

### Результаты образовательной деятельности

<i>Достижения ребенка («Что нас радует»)</i>	<i>Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений спортивных упражнений);</li> <li>- в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость;</li> <li>- в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- двигательный опыт ребенка беден (малый объем освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений); плохо развита крупная и мелкая моторика рук</li> <li>- в двигательной деятельности затрудняется проявлять выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.</li> <li>- в поведении слабо выражена потребность в двигательной</li> </ul>

<p>совершенствовании.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений;</li> <li>- имеет представления о некоторых видах спорта уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений;</li> <li>- проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру;</li> <li>- мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.</li> <li>- умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения,</li> <li>- готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).</li> </ul>	<p>деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- не проявляет интереса к новым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при выполнении упражнений.</li> <li>- ребенок неуверенно выполняет упражнения. Не замечает ошибок других детей и собственных. Интересуется простыми подвижными играми, нарушает правила, увлекаясь процессом игры;</li> <li>- слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений;</li> <li>- не проявляет интереса к проблемам здоровья и соблюдению своем поведении основ здорового образа жизни.</li> <li>- представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни поверхностные.</li> <li>- испытывает затруднения в самостоятельном выполнении культурно-гигиенических навыков, в уходе за своим внешним видом, вещами и игрушками.</li> </ul>
--	--

*Занятия проводятся 3 раза в неделю по 25 минут в соответствии с п.11.9-11.11 СанПин 2.4.1. 3049-13 от 15.05.2013 №26 и в соответствии с учебным планом образовательной деятельности, по плану инструктора по ФК. Третье занятие проводится на воздухе.*

## **2.2. Взаимодействие со специалистами ДОУ**

Обеспечить воспитание физически здорового и развитого ребенка можно только при условии тесного взаимодействия всего педагогического

коллектива ДОУ, медицинского персонала и родителей.

Вся работа по физическому воспитанию детей должна строиться с учетом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

Комплекс диагностических мероприятий осуществляется целым коллективом специалистов (воспитателями, медиками, узкими специалистами):

- медицинский персонал (оценка физического развития и здоровья);
- инструктор по физической культуре и воспитатели (оценка уровня двигательной активности и физической подготовленности);
- педагог-психолог (выявление отклонений в становлении отдельных сторон личности дошкольников: эмоциональное состояние, познавательные процессы);
- музыкальный руководитель (оценка музыкально-ритмического развития детей);
- учитель-логопед (коррекция звукопроизношения).

#### **Взаимодействие с медицинским персоналом**

В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольного учреждения и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинского персонала.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности, прежде всего, являются:

- физическое состояние детей посещающих детский сад.

#### **Взаимодействие с воспитателями**

Конечно, за успешное выполнение всех задач образовательной программы отвечает воспитатель, а инструктор по физической культуре должен оказывать помощь воспитателю по различным вопросам физического развития детей.

*Обязанности инструктора:*

- планировать и организовывать образовательную деятельность по физическому воспитанию;
- оказывать методическую помощь по вопросам физического воспитания всем педагогам ДОУ (проводить различные консультации, выступать на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т.д.). Планирование такой совместной деятельности осуществляется на основе годового плана. Кроме групповых форм взаимодействия, раз в неделю, необходимо встречаться со специалистами и обсуждать вопросы, требующие внимания;
- разрабатывать и организовывать информационную работу с родителями.

Совместно с воспитателями 2 раза в год (в начале и в конце года) проводить обследование уровня двигательной активности и физической

подготовленности детей.

Воспитатель, зная методику проведения физкультурных занятий, следит за качеством выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений, помогает в регулировании физической нагрузки на каждого ребенка. Воспитатель на занятии не только помогает инструктору по физической культуре, но и фиксирует то, что необходимо закрепить с некоторыми детьми в индивидуальной работе. Все заметки фиксируются в журнале взаимодействия с педагогами.

Воспитатель, является связующим звеном между инструктором и родителями (проводит с ними беседы по рекомендациям инструктора, дает консультации, предлагает разнообразные домашние задания, индивидуально для каждого ребенка). В свою очередь инструктор так же проводит консультации, беседы, выступает на родительских собраниях. Вместе с воспитателями привлекает родителей к совместным мероприятиям – праздникам и развлечениям. Потому что успехов в укреплении здоровья детей, их полноценном развитии, повышении двигательной активности можно добиться только при единстве системы физического воспитания в детском саду и семьи, что требует тесного взаимодействия педагогов и родителей.

#### **Взаимодействие с музыкальным руководителем**

Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора или воспитателя от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя.

Очень важно, чтобы музыка на занятии не звучала только ради того, чтобы прозвучать, она должна естественно вплестись в занятие, в каждое движение. Педагоги вместе подбирают музыкальные произведения к различным упражнениям и играм. Энергичный бодрый марш для ходьбы, легкая танцевальная музыка для прыжков – полька, галоп. Общеразвивающие упражнения имеют свою структуру, поэтому для них подбираются произведения определенного строения. При необходимости можно подбирать музыку и к ОВД, но следует помнить, что выполнение трудных движений (лазание, равновесие) требует от ребенка больших усилий, внимания, координации. Музыка в данном случае не желательна и является отвлекающим фактором.

Совместно с музыкальным руководителем проводятся музыкально-спортивные праздники и развлечения. Такие мероприятия планируются согласно годовому календарно-тематическому плану.

Очень важно помнить, что:

- недопустимо выполнение физических упражнений вне ритма и темпа;
- противопоказано уточнять ритмичность движения под музыку счетом или



непрерывными хлопками, так как это может привести к частичному искажению музыкально-ритмических ощущений.

### **Взаимодействие с педагогом-психологом**

То, что дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, доказывать уже никому не надо. Важно, чтобы методами психопрофилактики и психокоррекции владели не только педагоги-психологи, но и воспитатели и инструктор по физической культуре в том числе, а главное, чтобы они могли использовать их в своей повседневной работе с детьми, учитывая их индивидуальные психологические особенности и проблемы.

Поэтому здесь очень необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами.

Надо отметить, что и практически здоровые дети тоже нуждаются в психопрофилактической работе.

Поэтому в некоторые физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

### **Взаимодействие с учителем-логопедом.**

Задачи взаимосвязи:

- Коррекция звукопроизношения.
- Упражнение детей в основных видах движений.
- Становление координации общей моторики.
- Умение согласовывать слово и жест.
- Воспитание умения работать сообща.

Таким образом, создается модель взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами, медицинским персоналом.

Положительные результаты в процессе реализации задач образовательной области «Физическое развитие» возможны при условии тесной взаимосвязи и преемственности в работе всего педагогического коллектива и единства требований, предъявляемых к детям.

1.1	Оформление уголков ФИЗО в группах	в течение года	карты анализа
1.2	Диагностика физического развития	сентябрь, май	Материалы
1.3	Консультации: «Форма ребенка для занятий физкультурой»	сентябрь	консультация

«Формирование у ребенка представлений о здоровом образе жизни»	ноябрь	консультация
«Безопасное для здоровья поведение во время прогулки зимой. Забота о собственном здоровье»	декабрь	консультация
«Формирование представлений о вредном воздействии компьютера и телевизора. Способы заботы о здоровье при пользовании компьютером и телевизором»	январь	консультация
«Двигательные качества дошкольника. Значение физических упражнений»	февраль	консультация
«Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей младшего возраста».	март	консультация
«Готовимся к лету: праздники и развлечения»	апрель	консультация
«Организация физкультурно-оздоровительной работы летом»	май	консультация

**Взаимодействие со специалистами ДОУ**  
**Формы взаимодействия инструктора по физической культуре**  
**со специалистами ДОУ**



Коррекционная работа

НОД

Консультации

Педсоветы

Семинары - практикумы

Праздничные мероприятия

Индивидуальные беседы

Совместные проекты

Медико-педагогический контроль

## 2.3 Взаимодействие с семьями воспитанников

### Нетрадиционные формы взаимодействия инструктора по физической культуре с родителями

<i>Формы работы</i>	<i>Цель</i>	<i>Виды</i>
<i>Информационно-аналитические</i>	Выявление интересов, потребностей, запросов родителей, уровня их педагогической грамотности	Проведение анкетирования, социологических срезов, опросов
<i>Наглядно-информационные:</i> <i>- информационно-ознакомительные;</i> <i>- информационно-просветительские</i>	Ознакомление родителей с работой дошкольного учреждения, условиями, задачами, содержанием методами и особенностями воспитания детей, оказание практической помощи семье. Формирование у родителей знаний о воспитании и развитии детей.	Информационные проспекты для родителей, организация дней открытых дверей, открытых просмотров занятий и других видов деятельности детей; выпуск газет, странички сайта, фотовыставки, выставки детских работ
<i>Познавательные</i>	Ознакомление родителей с возрастными и психологическими особенностями детей дошкольного возраста. Формирование у родителей практических навыков воспитания детей	Семинары-практикумы, консультации, организация совместных физкультурных занятий, игры с педагогическим содержанием
<i>Досуговые</i>	Установление эмоционального контакта между педагогами, родителями детьми	Совместные досуги, праздники, спартакиады, участие родителей в городских спортивных конкурсах, участие родителей и детей в экскурсиях

## 2.4. Консультации для родителей

<b>Выступление на родительских собраниях, анкетирование</b>	<b>октябрь, май</b>
<b><u>Обновление информации в уголках для родителей и на сайте ДОУ:</u></b>	
«Движение и здоровье»	Сентябрь
«Когда начинать заниматься?»	Октябрь
«Физкультура для всех и все вместе»	Ноябрь
«Физическое воспитание ребёнка. 10 советов родителям»	Декабрь
«Насколько развит физически ваш ребенок?»	Февраль
«Берегите стопы»	Март
«Физическое воспитание в семье»	Апрель
«Роль родителей в физическом оздоровлении дошкольников»	Май

## 2.5. Годовой план физкультурных досугов в старшей группе

Месяц	Тема	Название мероприятия
Сентябрь	1. «День знаний» 2. «Мой дом»	1. «1 сентября – день знаний» 2. «Юные пожарные»
Октябрь	1. «Праздник урожая» 2. «Осени веселый хоровод»	1. «Пугало ищет друзей» 2. «Праздник осени»
Ноябрь	1. «Родина моя - Россия» 2. «День матери»	1. «Любовь к России пронесем, цenia ее с рождения» 2. «Вот такая, моя мама!» - досуг с участием родителей
Декабрь	1. «Зимушка-зима» 2. «Здоровье – главная ценность»	1. «Зимний спортивный праздник» 2. «Девчонки – витаминки, мальчишки - крепыши»
Январь	1. «Давайте говорить друг другу комплименты» 2. «Неделя детской книги»	1. «В гостях у Вежливости и Доброты» 2. «Досуг по сказкам К. И. Чуковского»
Февраль	1. «Путешествие вокруг света» 2. «Есть такая профессия – Родину защищать!»	1. «Морское путешествие» 2. «День защитника Отечества» - праздник с участием родителей
Март	1. «Спешит весна, звенит капель» 2. «Весь мир - театр»	1. «Встречаем весну» 2. Досуг с элементами театрализации по мотивам С. Михалкова «Про мимозу»
Апрель	1. «Путешествие со светофором» 2. «День космонавтики»	1. «Путешествие в страну дорожных знаков» 2. «Межпланетное космическое путешествие» - досуг с участием родителей
Май	1. «Праздник с сединою на висках» 2. «Моя здоровая семья»	1. «Победа будет за нами» 2. «Всей семьей со спортом дружим!» - праздник с участием родителей

*Продолжительность досуга: старшая группа – 25 – 30 минут;*

*Физкультурные досуги проводятся во второй половине дня, желательно на открытом воздухе. Основное содержание составляют знакомые упражнения с элементом новизны, забавы, развлечения, доставляющие радость и удовольствие.*

## 2.6. Перспективное планирование

### I Квартал

	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь
Ходьба. Равновесие. Строевые упражнения.	Ходьба обычная с преодолением полосы препятствий. Ходьба со сменой темпа и длины шага. Ходьба в полуприсяде топаящим шагом. Перестроение в колонну по трое в ходьбе.	Ходьба с перекатом с пятки на носок. Ходьба «змейкой» в прямом и обратном направлении. Ходьба по скамейке боком с перешагиванием предметов. Ходьба по скамейке на высоких носках с поворотом на середине на 360°. Ходьба по узкой рейке скамейки.	Ходьба обычная со сменой ведущего. Ходьба на пятках, носках, на наружных сторонах стоп. Ходьба по скамейке с перекалыванием предмета из одной руки в другую впереди - сзади. Ходьба по скамейке пружинящим шагом, передавая мяч над головой.
Бег	Бег в среднем темпе. Бег с изменением темпа. Бег мелким и широким шагом. Бег с перепрыгиванием через барьер.	Бег с высоким подниманием колен. Бег «змейкой». Бег с подпрыгиванием и доставанием предмета. Бег с забрасыванием пяток.	Бег «улиткой» за воспитателем. Бег с перескакиванием через предмет. Бег в разных направлениях. Челночный бег.
Лазанье. Ползание	Ползание по скамейке на средних четвереньках. Пролезание в обруч прямо и боком в группировке.	Пролезание на низких четвереньках, с переползанием через скамейку. Пролезание под дугами боком в группировке.	Ползание по скамейке на животе. Ползание по залу на низких четвереньках, подталкивая головой мяч. Пролезание в обруч в группировке с мячом. Ползание «по - пластунски», «каракатницей».
Прыжки	Прыжки с продвижением с мешочком зажатом между колен. Прыжки, шагающие на месте, с продвижением. Прыжки на месте с поворотом вокруг себя вправо, влево.	Прыжки через вилы, палки боком. Спрыгивание с высоты. Запрыгивание на матрац с места; с разбега.	Прыжки на месте на правой, на левой ноге. Прыжки с продвижением на правой, на левой ноге до предметов. Прыжки на правой, левой ноге с продвижением «змейкой» между предметами.
Метание. Бросание. Ловля. Катание.	Бросание мяча вверх и ловля после хлопка. Метание теннисного мяча вдаль от плеча правой, левой руки.	Передача мяча в парах от груди. Передача мяча в шеренгах из - за головы, ловля после отскока. Метание теннисного мяча от плеча правой, левой рукой в вертикальную	Отбивание мяча о пол правой/левой рукой на месте. Отбивание мяча с продвижением. Бросание мяча о стенки и ловля после отскока. Бросание мяча о пол в парах из - за головы и ловля после отскока.

		цель.	
Подвижные игры	«Мы веселые ребята» «Не оставайся на полу» «Уголки» «передай мяч»	«Медведи и пчелы» «Охотники и зайцы» «Гуси - лебеди» «Пустое место»	«Пожарные на ученьях» «Мышеловка» «Ловишка, бери ленту» «Чудесный шарик»
Интегрированные физ.-речевые занятия		«Пора в путь дорогу» «Поможем бабушке Загадушке»	«Кто живет в деревне» «Прогулка в лес»

## II Квартал

	Декабрь	Январь	Февраль
Ходьба. Равновесие. Строевые упражнения.	Ходьба, по кругу взявшись за руки в одну и другую сторону. Ходьба боком приставным шагом. Ходьба пятка к носку, «змейкой». Ходьба по наклонной доске вверх - вниз. Ходьба по заданным ориентирам. Ходьба спиной вперед.	Ходьба со сменой направления. Ходьба спиной вперед по диагонали. Ходьба по ограниченной площади с мешочком на голове. Ходьба по скамейке на носках, пятках.	Ходьба в разных направлениях, построение в колонну, шеренгу. Расчет на первый, второй. Ходьба «веревочкой». Ходьба с захлестом рук справа, слева. Ходьба по прямоугольнику приставным шагом вправо/влево. Ходьба с перекатом с пятки на носок.
Бег	Медленный бег по диагонали. Бег с прохождением под дугой в группировке. Бег в полуприсяде. Бег с выбрасыванием ног вперед, руки за голову.	Бег с высоким подниманием колен. Бег на носках в полуприсяде. Бег по заданным ориентирам. Бег с преодолением препятствий. Бег «удиткой».	Бег вверх по наклонной доске. Бег с подпрыгиванием вверх. Челночный бег. Бег «зигзагом». Бег с преодолением препятствий.
Лазанье. Ползанье	Ползанье по скамейке на средних четвереньках с мешочком на спине. Лазанье по гимнастической стенке вверх разноименным способом; вниз - произвольно. Лазанье вверх по диагонали, вниз - по прямой.	Проползание под дугой толкая головой мяч. Влезание на гимнастическую стенку одноименным способом, продвижение по пятой рейке; спуск. Лазанье по веревочной лестнице.	Лазанье по лестнице - сетке. Лазанье по канату, вис на канате. Ползание на высоких четвереньках в разных направлениях.
Прыжки	Прыжки через шнуры, бруски, модули правым/левым боком. Прыжки с продвижением на правой/левой ноге. Прыжки из обруча в обруч с поворотом вправо, влево.	Прыжки на двух ногах через набивные мячи. Прыжки в длину с места. Прыжки с продвижением ноги вместе - врозь. Прыжки боком, способом «галоп», вправо/влево с	Прыжки в длину с места. Прыжки в высоту с места. Прыжки через бруски, через канат правым/левым боком. Прыжки с ноги на ногу с продвижением.

		продвижением.	
Метание. Бросание. Ловля. Катание.	Перебрасывание мяча в парах из исходного положения, стоя на коленях из - за головы. Бросание мяча о стенку, ловля после отскока и хлопка в ладони. Ведение мяча двумя руками.	Забрасывание мяча в кольцо от груди. Перебрасывание мяча от груди в шеренгах. Бросание мяча вверх одной и ловля двумя руками и наоборот. Ведение мяча по прямой, между предметами.	Метание мешочков в вертикальную цель от плеча. Метание мешочков вдаль снизу правой/левой рукой. Ведение мяча правой/левой рукой на месте, в движении.
Подвижные игры	«Кто скорее снимет ленту» «Хитрая лиса» «Кегли» «Пастух и стадо»	«Караси и щука» «Пятнашки» «Охотники, зайцы и собака» «Школа мяча»	«Белки в лесу» «Лягушки» «Кольцо на палочке» «Два мороза»
Интегрированные физ.-речевые занятия	«Любимые игрушки» «Новый год»	«Зимние забавы» «Путешествие за светофором»	«Зимушкин птиц» «Хотим под мирным небом жить!»

### III Квартал

	Март	Апрель	Май
Ходьба. Равновесие. Строевые упражнения.	Ходьба с поворотом направо, налево, крутом. Ходьба «веревочкой». Ходьба по канату боком, носки/пятки на канате. Ходьба по веревке боком с мешочком на голове. Ходьба по узкой рейке скамейки пятка к носку.	Ходьба на носках, пятках, внешней стороне стопы. Ходьба со сменой ведущего, направления, темпа. Ходьба по скамейке с передачей мяча впереди - сзади. Расчет на первый, второй. Построения, перестроения в шеренгу, колонны, два круга.	Ходьба парами с расхождением через середину в колонны. Ходьба прямо, боком с закрытыми глазами. Ходьба с перешагиванием через препятствия. Ходьба по скамейке пружинящим шагом, с выведением ноги вперед.
Бег	Бег в разных направлениях. Бег медленный спиной вперед. Ходьба по прямоугольнику по диагонали. Ходьба в парах, держась за руки.	Бег в среднем темпе с подлезанием и перескакиванием через препятствия. Челночный бег. Бег со сменой темпа.	Бег «змейкой» с движениями рук. Бег с преодолением препятствий. Бег «улиткой». Бег с забрасыванием пяток, выбрасыванием носков.
Лазанье. Ползанье	Ползание по прямой, способом «каракатница». Ползание на высоких четвереньках с мешочком на спине. Ползание по скамейке на средних, высоких четвереньках с мешочком на спине.	Ползание на низких, средних, высоких четвереньках. Ползание с последующим переползанием через скамейку. Проползание между рейками скамейки.	Пролезание под серией дуг в группировке. Пролезание под дугой на средних, низких четвереньках ногами вперед.
Прыжки	Прыжки на двух ногах через набивные мячи, барьеры.	Прыжки из обруча в обруч на правой, левой ноге прямо,	Прыжки на двух ногах с продвижением по



	Прыжки на правой, левой ноге боком через палки, шнуры, бруски. Прыжки из обруча в обруч с поворотом.	бокoм. Прыжки с поворотом на 180°. Прыжки боком через канат с мешочком между колен. Прыжки через короткую скакалку.	прямой, через препятствия. Прыжки в длину с места. Прыжки в длину с разбега. Прыжки с ноги на ногу с продвижением.
Метание. Бросание. Ловля. Катание.	Бросание мяча одной рукой, ловля другой. Бросание мяча о пол в парах, ловля после хлопка. Метание мешочков в горизонтальную цель снизу.	Метание мешочков с песком в вертикальную, горизонтальную цель. Метание мешочков с песком вдаль. Отбивание мяча о стену и ловля после хлопка, поворота, приседания.	Ведение мяча двумя руками, правой/левой рукой с забрасыванием в кольцо. Передача мяча в парах снизу, из-за головы, от груди, о пол.
Подвижные игры	«Акулы» «Лошадки» «Лягушки» «Стоп»	«Летчики» «Ловля олений» «Накинь кольцо» «Пастух и стадо»	«Мяч водящему» «Затейники» «Не оставайся на полу» «Охотники и зайцы»
Интегрированные физ.-речевые занятия	«Все работы хороши» «Весеннее пробуждение природы»	«Юные космонавты» «Подводное царство»	«Хоровод цветов» «Приключение пчелы Хатча»

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1 Оснащение развивающей предметно-пространственной среды в физкультурном зале

##### Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Насыщенная развивающая предметно-пространственная среда становится основой для организации увлекательной, содержательной жизни и разностороннего развития каждого ребенка.

Вид деятельности	Наименование комплекта элемента оснащения	Кол-во
Оборудование для катания, бросания и ловли	Кольцеброс	4
	Мешочек с песком (150 гр)	10
	Мячи маленького размера	12
	Мячи среднего размера	10
	Мяч набивной	1
	Набор мячей разного размера (резина)	10
	Набор разноцветных кеглей (с мячом)	3
	Обруч (диаметр 55-65 см)	10
	Баскетбольный щит	2
	Гимнастическая палка (пластик+бамбук)	20
	Доска наклонная	3

<b>Оборудование для общефизического развития</b>	Доска с ребристой поверхностью	2
	Канат для перетягивания	1
	Детский тренажер «Бегущий по волнам»	1
	Велотренажер	2
	Тренажер «Беговая дорожка»	3
	Тренажер «Импульс»	1
	Тренажер «Гребной»	1
	Тренажер «Шагающий»	1
	Батут	1
<b>Спортивный инвентарь общего назначения</b>	Корзины для мячей	4
	Секундомер механический	1
	Мат гимнастический	1
<b>Ползание и лазание. Мягкие модули</b>	Подвесная лестница	1
	Подвесной канат	1
	Гимнастические кольца	1
	Шведская стенка	6
	Тоннель	2
	Лесенка гимнастическая	2
<b>Оборудование для прыжков</b>	Фитболы с ручками	6
	Надувной валик	1
	Скакалка детская	10
<b>Ходьба, бег и равновесие</b>	Скамейка гимнастическая	2
	Коврик массажный	5
	Массажеры для н/конечностей	5
<b>Мебель и сопутствующее оборудование</b>	Стеллаж для хранения методической литературы	1
	Рабочий стол педагога	1
	Стул для работы педагога	1
<b>Образовательные и развивающие технологии</b>	USB накопитель, 4 Gb	2
	Увлажнитель воздуха	1
	Компьютер со звуковыми колонками	1
	Магнитофон	1
	Папки и канцелярские принадлежности	
	Расходные материалы - бумага печатная	2
<b>Прочее сопутствующее оборудование</b>	Аптечка	1
	У/Ф светильник	1
	Ростомер	1
	Зеркальная стенка	1

### 3.2 Структура НОД

#### Структура НОД по физическому развитию

Структура	Содержание
Вводная часть	Разминка, разнообразные виды бега в быстром и медленном темпе, разнообразные виды ходьбы, упражнения на внимание, построения, перестроения, для выполнения общеразвивающих упражнений, Вводная часть необходима для начальной организации занимающихся детей, психической и функциональной подготовки их организма, а также для подготовки опорно-двигательного аппарата к предстоящей основной работе.
Основная часть	Общеразвивающие упражнения направленные на укрепление всех групп мышц, упражнения на дыхание, изучение новых основных видов движений или закрепление ранее изученных, игра большой подвижности или эстафета и соревнования команд.
Заключительная часть	Заключительная часть предназначена для постепенного снижения нагрузки на организм упорядоченного окончания НОД. В заключительную часть входят: ходьба, бег в медленном темпе или игра малой подвижности, дыхательные упражнения, пальчиковая гимнастика

### 3.3 Модель физического воспитания (на основе действующего СанПиН)

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<b>1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада</b>				
1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 минут	Ежедневно 10 минут	Ежедневно 10 -12 минут	Ежедневно 10 - 12 минут
1.2. Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (2- 3 минуты)			
1.3. Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 20 минут	Ежедневно 30 минут	Ежедневно 30 минут	Ежедневно 30 минут
1.4. Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна			
1.5. Дыхательная гимнастика	Ежедневно после дневного сна			
1.6. Занятия на тренажерах (при наличии условий), спортивные упражнения	1-2 раза в неделю по 15 - 20 минут	1-2 раза в неделю по 20 - 25 минут	1-2 раза в неделю по 25 – 30 минут	
<b>2. Физкультурные занятия</b>				
2.1. Физкультурные занятия в спортивном зале	3 раза в неделю по 15 минут	3 раза в неделю по 20 минут	2 раза в неделю по 25 минут	2 раза в неделю по 30 минут
2.2. Физкультурные занятия на свежем воздухе	—	—	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
2.3. Ритмическая гимнастика	1 раз в неделю 15 минут	1 раз в неделю 20 минут	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
<b>3. Спортивный досуг</b>				
3.1. Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)			
3.2. Спортивные праздники	—	Летом 1 раз в год	2 раза в год	
3.3. Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в квартал	1 раз в месяц Младшие группы – 15-20 минут Средние и старшие – 20 – 25 минут		
3.4. Дни здоровья	1 раз в квартал			

### 3.4 Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности

1. Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста. - СПб.:ООО ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014.
2. Детство: Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Т.И.Бабаева, А.Г.Гогоберидзе, З.А.Михайлова и др. – СПб. ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011.-528 с.
3. Образовательная область «Физическая культура». Как работать по программе «Детство»: учебно-методическое пособие/науч.ред.: А.Г.Гогоберидзе. – СПб. ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013.-160 с.
4. Программа «Физическое воспитание в детском саду» Э.Я.Степаненковой, печатается по тексту книги «Программа воспитание и обучение в детском саду».
5. Пензулаева Л.И.. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Конспекты занятий. М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2012. – 80с.
6. Физическое развитие детей 3-7 лет: развернутое перспективное планирование по программе «Детство» /авт.-сост. И.М. Сучкова, Е.А. Мартынова, Н.А.Давыдова. – Волгоград: Учитель, 2012. -189 с.