

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 271 Краснооктябрьского района Волгограда»

**ПРИНЯТА**

На педагогическом совете

МОУ детский сад № 271

№ 01 от 31.08.2021г.

Председатель педагогического совета

Чубакова О.Б. Чубакова

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом заведующего

МОУ детский сад № 271

№ 69 от 31.08.2021г.

Заведующий МОУ детский сад № 271

Чубакова О.Б. Чубакова



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
КРИВЧИКОВОЙ АНАСТАСИИ АЛЕКСАНДРОВНЫ  
СРЕДНЕЙ ГРУППЫ (5-6 лет)  
НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД  
(срок реализации программы 1 год)**

Волгоград, 2021

## Содержание основной образовательной программы:

### РАЗДЕЛ 1

1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Рабочая программа инструктора по физической культуре сформирована в соответствии с принципами, определенными ФГОС ДО	3
1.3 Цель и задачи рабочей программы	4
1.4 Возрастные и индивидуальные особенности детей средней группы	6
1.5 Циклограмма рабочего времени инструктора по физической культуре	6

### РАЗДЕЛ 2

2. Проектирование образовательного процесса	12
2.1 Тематическое планирование образовательной деятельности	12
2.2. Перспективное планирование образовательной деятельности	15
2.3 Формы организации образовательного процесса	16
2.4 Методы и средства физического воспитания	17
2.5 Взаимодействие с родителями	18

### РАЗДЕЛ 3

3. Информационно-методическое обеспечение программы	19
3.1 Развивающая предметно - пространственная среда спортивного зала	19

### РАЗДЕЛ 4

4. Планируемые результаты освоения программы дошкольного образования	21
--	----

ЛИТЕРАТУРА	22
------------	----

## РАЗДЕЛ 1

### Пояснительная записка

#### **1.1 Рабочая образовательная программа инструктора по физической культуре Кривчиковой А.А. разработана в соответствии с:**

1. «Законом об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г.
2. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;
4. Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. «Федеральным государственным стандартом дошкольного образования» утв. Приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 N 1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 N 30384)
6. «О реализации права дошкольных образовательных учреждений на выбор программ и педагогических технологий». Письмо МО РФ от 02.06.98 № 89/34-16;
7. Примерной основной образовательной программы дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015г. №2/15).
8. Основной ООП ДО МОУ Детский сад №271

#### **1.2 Рабочая программа инструктора по физической культуре Кривчиковой А.А. сформирована в соответствии с принципами, определенными ФГОС ДО:**

- 1) поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;
- 2) личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников ДОО) и детей;
- 3) уважение личности ребенка;
- 4) реализация ООП ДО в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей физическое развитие ребенка.

**Принципы и подходы в организации образовательного процесса, наряду с общепедагогическими дидактическими принципами:**

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

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

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

**Принцип индивидуализации** позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную

физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя **принцип возрастной адекватности физических упражнений**.

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

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

**Срок реализации программы: 01.09.2021 - 31.05.2022гг.**

**1.3 Цель:** создание условий для развития здорового, жизнерадостного, физически развитого ребенка, владеющего доступными его возрасту знаниями о физической культуре и спорте, испытывающего желание заниматься физическими упражнениями.

**Задачи по образовательным областям:**

**Образовательная область «Физическое развитие»**

- Содействовать гармоничному физическому развитию детей.
- Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участию в подвижных играх.
- Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.

- Развивать у детей физические качества: быстроту, координацию, скоростно-силовые качества, реакцию на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию общей выносливости, силы, гибкости.
- Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

#### **Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»**

- привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и педагогов, оформления помещений; развивает творческие способности;
- проведение зарядок, игр и упражнений под музыку, спортивных праздников и развлечений под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

#### **Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»**

- формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем и оборудованием;
- создание на занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявления смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников;
- привлечение детей к участию в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования.

#### **Образовательная область «Познавательное развитие»**

- активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и др.), организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве, подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых), просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни;
- организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетных занятий на темы прочитанных сказок.

### **1.4 Возрастные и индивидуальные особенности детей.**

#### ***Пятый год жизни (средняя группа)***

Возросли физические возможности детей: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, наполнить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми.

Уделяя внимание развитию детской самостоятельности, инструктор широко использует приемы индивидуального подхода, следуя правилу: не делать за ребенка то, что он в состоянии сделать самостоятельно. Но при этом он исходит из реального уровня умений, которые могут значительно различаться у разных детей. Поэтому если для одних детей будет достаточно простого напоминания о нужном действии, совета, то для других необходим показ или совместное действие с ребенком — в этом проявляется одна из особенностей детей. Примечательной особенностью детей является фантазирование, нередко они путают вымысел и реальность. Яркость фантазий расширяет рамки умственных возможностей детей и используется инструктором для обогащения детского игрового опыта: придумывания в игре фантастических образов животных, людей, сказочных путешествий. На пятом году жизни дети проявляют интерес к вопросам пола, начинается осознание своей половой принадлежности. Дети отмечают внешнее различие между мальчиками и девочками. Задачей инструктора по физическому развитию совместно с воспитателями является постепенное формирование представлений о поведении мальчика или девочки, их взаимоотношениях. Выполнение такой задачи успешно повлияет на интеллектуальное и моральное развитие ребенка.

#### **1.5. Циклограмма рабочего времени инструктора по физической культуре Кривчиковой А.А. 2021-2022 учебный год**

Дни недели	Время	Содержание деятельности
Понедельник	8.00-8.10	Проветривание, подготовка к утренней зарядке.
	8.10-8.30	Утренняя зарядка.
	8.30-8.50	Подготовка к занятию по физическому развитию.
	8.50-9.00	Занятие по физическому развитию в 2-ая гр.ран.возраста №16
	9.00-9.10	занятие по физическому развитию в 1 младшей группе №9
	9.20-9.30	занятие по физическому развитию во 1 младшей группе № 17 .
	9.40-9.55	занятие по физическому развитию во 2 младшей группе №12
	10.00-10.25	занятие по физическому развитию в старшей группе №13
	10.25-14:00	Ознакомление с новой литературой, самообразование.
Вторник	8.00 – 8.10	Проветривание, подготовка к утренней зарядке.
	8.10 – 8.30	Утренняя зарядка.
	8.30. – 8.50	Подготовка к занятиям по

		физическому развитию
	9.00-9.20	занятия по физическому развитию средней группе №14
	9:30-9:50	занятие по физическому развитию в средней группе №15
	9.50-10.15	занятие по физическому развитию в старшей группе №13
	10.15-10.40	Занятия по физическому развитию в старшей группе №10
	10.40-11.10	занятия по физическому развитию в подготовительной группе №11
	11:10-14:00	Подготовка материалов для информационных стендов, консульт.
Четверг	8.00 – 8.10	Проветривание, подготовка к утренней зарядке.
	8.10 – 8.30	Утренняя зарядка.
	8.30 – 8.50	Подготовка к индивидуальной работе с детьми
	8.50– 9.00	Занятия по физическому развитию во 2 группе раннего возраста №16
	9.00-9.20	занятия по физическому развитию в средней группе №14
	9.35-10.00	занятие по физическому развитию в старшей группе №10
	10.00-10.30	занятие по физическому развитию в подготовительной группе №8
	10.30-11.00	занятия по физическому развитию в подготовительной группе №18
	11.00-11.30	Занятие по физическому развитию в подготовительной группе №11
	11.30-14.00	Индивидуальная работа с детьми.

Пятница	8.00 – 8.10	Проветривание, подготовка к утренней зарядке.
	8.10 – 8.30	Утренняя зарядка.
	8.30 – 9.00	Подготовка к занятиям
	8.50– 9.00	занятия по физическому развитию в 1 младшей группе №9
	9.00 – 9.10	занятие по физическому развитию в в 1 младшей группе №17
	9.25 – 9.40	занятие по физическому развитию во 2 младшей группе №12
	9.25 – 9.40	занятие по физическому развитию в Средней группе № 15
	10.20 – 10.50	занятие по физическому развитию в подготовительной группе № 8
	10.50 – 11.20	занятие по физическому развитию в подготовительной группе № 18
	11.20 – 14.00	Работа с документацией, подготовка к занятиям следующей недели по тематическому плану Консультация для воспитателей

### Расписание утренней гимнастики

Средняя группа - 8.10-8.20 .

### Расписание физкультурных занятий

Дни недели	Время	Возрастная группа
Вторник	9:00-9:20	Средняя группа № 14
	9.20-9.40	Средняя группа №15
Четверг	9:00-9:20	Средняя группа № 14
	9.20-9.40	Средняя группа №15

### Учебный план

Возрастная группа	Продолжительность занятия	Количество занятий в неделю	Количество занятий в год
-------------------	---------------------------	-----------------------------	--------------------------



средняя группа	Не более 20 минут	2	72
----------------	-------------------	---	----

**Оценка здоровья детей (4-5 лет )**

Группа, возраст	Группа здоровья					Диагноз			
	ЧБ Д	1	2	3	Другая	Лор- патология	Заболевание ОДА	Аллер- гия	Дру- гое
средний									

**РАЗДЕЛ 2**  
**Проектирование образовательного процесса**

**2.1 Тематическое планирование образовательной деятельности в МОУ Детский сад №271**

Неделя	Тема	Возможные тематические дни
<b>Сентябрь</b>		
1	Наш детский сад	- 1 сентября - День знаний.
2	Осень	- 9 сентября - международный день красоты. -13 сентября День озера Байкал. -13 сентября - День парикмахера.
3	Золотая осень	- 19 сентября - день рождения «Смайлика».
4	Мир вокруг нас	- 27 сентября - День воспитателя и всех дошкольных работников. -29 сентября -Международный день моря.
<b>Октябрь</b>		
1	Дом, в котором мы живём	- 1 октября - Международный день пожилых людей. - 1 октября - Международный день музыки. -4 октября Всемирный день улыбки. - 4 октября -Всемирный день животных. - 5 октября - День учителя в
		России.
2	Дом, в котором мы живём	- 11 октября -Международный день девочек. - 14 октября - Покров Пресвятой Богородицы.
3	Мир предметов и техники	-20 октября -Международный день повара.
4	Труд взрослых. Профессии	-28 октября -Международный день анимации.
<b>Ноябрь</b>		
1	Поздняя осень	-7 ноября - Всемирный день мужчин (день Отца).
2	Семья и семейные традиции	-12 ноября - Синичкин день.
3	Наши друзья-животные	- 20 ноября -Всемирный день детей. -21 ноября -Всемирный день приветствий.
4	Я и моё тело (что я знаю о себе?)	- 29 ноября - День матери в России.

<b>Декабрь</b>		
<b>1</b>	Будь осторожен!!! (неделя безопасности)	-7 декабря - Международный день гражданской авиации.
<b>2</b>	Зимушка-зима	-9 декабря - День Героев Отечества. - 10 декабря - День прав человека. -14 декабря День Наума Грамотника.
<b>3</b>	Новый год	- 15 декабря – Международный день чая.
<b>4</b>	Зимние чудеса	-27 декабря - День спасателя Российской Федерации. -28 декабря - Международный день кино.
<b>Январь</b>		
<b>2</b>	Играй-отдыхай! (неделя игры)	- 11 января - Международный день спасибо. -13 января Васильев вечер, Щедрый вечер (Меланка). -14 января - Старый Новый Год.
<b>3</b>	«Юные волшебники»	-18 января – Всемирный день снега. - 19 января - Крещение Господне (Богоявление). -21 января – Международный день объятий.
<b>4</b>	«Почемучки»	-25 января - Татьянин день и День Студентов.
<b>Февраль</b>		
<b>1</b>	Уроки вежливости и этикета	-2 февраля - День воинской славы России. День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве 1943 г. (Битва под Сталинградом).
<b>2</b>	Зимние забавы, зимние виды спорта	-10 февраля День Домового. - 14 февраля - День Святого Валентина (День всех влюбленных).
<b>3</b>	Защитники Отечества	- 15 февраля – Сретение Господне. -21 февраля - Международный день родного языка. -23 февраля - День Защитника Отечества.
<b>4</b>	Искусство и культура	-27 февраля – Международный день полярного медведя.
<b>Март</b>		

1	8 марта (о любимых мамах и бабушках)	-1 марта – День кошек в России.
		-3 марта Всемирный день дикой природы.
		- 4 марта 2019г. МАСЛЕНИЦА.
2	Мальчики и девочки	- 14 марта – Международный день рек.
3	Весна пришла!	- 20 марта - День весеннего равноденствия и Международный день счастья.
		- 21 марта - Международный день леса и День Земли.
		- 22 марта Праздник Жаворонки (Сороки) и Всемирный день воды.
4	Удивительный и волшебный мир книг!	-27 марта - Всемирный день театра.
		-30 марта День защиты Земли.
	<b>Апрель</b>	
1	Растём здоровыми, активными, жизнерадостными (неделя здоровья)	-1 апреля - День Смеха и Международный день птиц.
		-2 апреля- Международный день детской книги.
		-7 апреля - Всемирный день здоровья.
2	Растём здоровыми, активными, жизнерадостными (неделя здоровья)	-12 апреля - всемирный День авиации и космонавтики.
3	Пернатые соседи и друзья	
4	Дорожная азбука (ПДД)	-29 апреля - Международный день танца.
		-30 апреля День пожарной охраны.
	<b>Май</b>	
1	9 мая-День Победы	-3 мая День солнца.
2	Экологическая тропа (мир растений)	
3	Водоёмы и их обитатели	- 15 мая - Международный день семьи.
		-18 мая - Международный день музеев.
4	Путешествие в страну загадок	-27 мая-День библиотек.

### 2.3 Формы организации образовательного процесса:

#### Организация двигательной активности в режиме дня

## Формы организации

	<b>Средняя Группа</b>
Утренняя гимнастика	6-8 минут
Физкультурные минуты на каждом занятии	2-3 мин.
Игры и упражнения между занятиями	2-3 мин.
Подвижные игры на прогулке	10-15 мин.
Физкультурные занятия	20 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность	20-30 мин
Бодрящие, коррегирующие, тактильные Гимнастики после сна	5-10 мин.
Спортивные развлечения	1 раз в мес.(20 мин)
Спортивные праздники	2 раза в год (35 мин)
День здоровья	1 раз в месяц
Всего в неделю	6 час.55 мин.

## 2.4. Методы и средства физического воспитания:

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

1. *Наглядные методы*, к которым относятся:

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

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

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

Наряду с методами значительное внимание отводится средствам физического воспитания.

### **Средства физического развития и оздоровления детей:**

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

мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм *Физические упражнения*, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

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

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

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

## 2.5. Взаимодействие с родителями

Месяц	Взаимодействие с родителями
сентябрь	Посещение родительских собраний с целью ознакомления родителей с планом работы по физическому воспитанию. Беседа «Спортивная одежда и обувь для занятий физической культурой»
октябрь	Физкультурный праздник «Путешествие в лес»
ноябрь	Рекомендации по организации физкультурного уголка в домашних условиях, двигательному режиму дома и т.п.
декабрь	Консультация «Организация двигательного режима детей на прогулках зимой»
январь	Консультация «Веселая физкультура в семье»
февраль	Совместные развлечения, посвященные Дню Защитника Отечества
март	Посещение родительских собраний с целью ознакомления использования здоровьесберегающих технологий на физкультурных занятиях.
апрель	Консультация «Влияние физкультминуток на здоровье детей» Физкультурный досуг «День здоровья»
май	Индивидуальные консультации и рекомендации для родителей. Открытый показ двигательной деятельности для родителей.

## РАЗДЕЛ 3

### 3. Информационно-методическое обеспечение программы

#### 3.1 Развивающая предметно - пространственная среда спортивного зала

Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала в нашем детском саду содержательно насыщенная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная.

Пространство оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем.

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) обеспечивает:

двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в

подвижных играх и соревнованиях;

эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным

окружением;

возможность самовыражения детей.

Трансформируемость пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

Доступность среды предполагает:

-доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность, в том числе и физкультурного зала, и спортивного участка;

-свободный доступ детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

-исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды физкультурного зала предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

Физкультурно-оздоровительная или спортивно-оздоровительная предметная среда помогает содействовать решению как специфических задач развития двигательной активности, моторики детей, так и задач их гармоничного развития.



Использование разнообразных физкультурных и спортивно-игровых пособий повышает интерес детей к выполнению различных движений, ведет к увеличению интенсивности двигательной активности, что благотворно влияет на физическое, умственное развитие и на состояние здоровья ребенка.

### **Средства обучения**

#### Для воспитанников

- Мячи разного размера;
- обручи;
- гимнастические скамейки;
- гимнастические палки;
- маты; валики;
- модули разного размера;
- мешочки для метания;
- теннисные мячики;
- кубы;
- кубики;
- дуги для подлезания;
- мишени; стойки;
- ориентиры;
- мячи-хоппы;
- веревки;
- канат;
- гимнастические стенки;
- гимнастические доски;
- корзины;
- гантели;
- ленты;
- корригирующие и массажные дорожки.

Литература и средства обучения:

#### Для педагогов

#### **Методическая литература:**

1. Методическое пособие «Оздоровительная гимнастика для детей. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет», Л.И. Пензулаева
2. Методическое пособие «Физическая культура в детском саду. Первая младшая группа» Л.И. Пензулаева.
3. С. Я. Лайзане. Физическая культура для малышей: Кн. Для воспитателя дет. Сада.-2-е Изд., испр. – М. : просвещение , 1987.- 160 с. : ил.
4. Программа воспитания и обучение в детском саду / под ред. М. А. Васильевой, В. В. Гербовой , Т. С. Комаровой, М.; Мозаика- Синтез, 2007. С. 44-46.
5. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». Программа и методические рекомендации. – М.: Мозайка-Синтез, 2005.- 96с.
6. Степаненкова Э.Я. «Методика физического воспитания» – М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2005

## РАЗДЕЛ 4

### 4. Планируемые результаты освоения образовательной программы дошкольного образования.

- в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость;
- в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
- проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений;
- 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;
- проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру;
- мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья,
- умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения,
- готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

## ЛИТЕРАТУРА:

1. «ПРИМЕРНАЯ ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ», Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015г. № 2/15) Электронный ресурс
2. Веракса Н.Е., Комарова Т.С., Васильева М.А. Примерная основная образовательная программа «От рождения до школы» размещённой на сайте [www.firo.ru](http://www.firo.ru), 2014
3. Адашкявичене Э.И. и др. Физическая подготовка детей к занятиям в школе. Москва: Просвещение, 1981.
4. Алябьева Е.А. Игры-забавы на участке детского сада. Москва: ТЦ Сфера, 2015г (Библиотека воспитателя).
5. Аксенова З.Ф. Спортивные праздники в детском саду: пособие для работников дошкольных учреждений. Москва: ТЦ Сфера, 2004г (Серия «Вместе с детьми»).
6. Ашека С.А. «Рабочая программа инструктора по физкультуре в ДОУ»
7. Бабенкова Е.А., Параничева Т.М. Подвижные игры на прогулке. Москва: ТЦ Сфера, 2015г (Библиотека современного детского сада).
8. Беззубцева Г.В., Ермошина А.М. В дружбе со спортом: Конспекты занятий с детьми 5-7 лет. Москва: ГНОМ и Д, 2003.
9. Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду. Москва: Просвещение, 1990.
10. Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. Москва: ТЦ Сфера, 2006.
11. Викулов А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. Ярославль: Гринго, 1996.
12. Гербова В.В, Иванкова Р.А. и др. Воспитание детей в старшей группе детского сада. Москва: Просвещение, 1984.
13. Глазырина Л.Д. Нетрадиционные занятия по физической культуре: для самых маленьких. Минск: ПК ООО «Беспринт», 1997.
14. Горбатенко О.Ф. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ: планирование, занятия, упражнения, спортивно-досуговые мероприятия. Волгоград: Учитель, 2008.
15. Гуменюк Е.И., Слисенко Н.А. Недели здоровья в детском саду: методическое пособие. Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2013 г.
16. Ермакова З.И. Занятия по физической культуре для подготовительной группы детского сада. Минск: Народная асвета, 1977.
17. Жданова Л.Ф. Праздники в детском саду. Занимательные сценарии. Москва: Аквариум ЛТД, 2000.
18. Желобкович Е.Ф. 150 эстафет для детей дошкольного возраста. Москва: Скрипторий 2003, 2010.
19. Желобкович Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Москва: Скрипторий 2003, 2010.
20. Программа школы Змановского Ю. Ф. Здоровый дошкольник. 54.
21. Иванов В.А. Методика комплексного развития основных двигательных качеств детей 3-7 лет в режиме дошкольных учреждений. Методическое пособие для педагогов и воспитателей. Красноярск: Офсет, 1997.
22. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР: пособие для воспитателя детского сада. Москва: Просвещение, 1988.
23. Коротков И.М. Подвижные игры детей. Москва: Советская Россия, 1987.
24. Козырева О. В. Лечебная физкультура для дошкольников.

25. Лескова Г.П., Будиная П.П., Васюкова В.И. Общеразвивающие упражнения в детском саду. Москва: Просвещение, 1981.
26. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры. Волгоград: Учитель, 2007.
27. Луури Ю.Ф. Физическое воспитание детей дошкольного возраста. Москва: Просвещение, 1991.
28. Луконина Н.Н., Чадова Л.Е. Физкультурные праздники в детском саду. Москва: Айрис-пресс, 2004 (Внимание: дети!)
29. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. Москва: АРКТИ, 1998.
30. Михайлова М.А. Праздники в детском саду. Сценарии, игры, аттракционы. Ярославль: Академия развития, 1998.
31. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ: из опыта работы. Воронеж: ЧП Лакоценин С.С., 2007.
32. Муллаева Н.Б. Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников. Учебно-методическое пособие. Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2008.
33. Недовесова Н.П. Профилактика и коррекция плоскостопия у детей. Санкт-Петербург: Детство-Пресс, 2014.
34. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. Москва: Просвещение, 1973.
35. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет.
36. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы во второй младшей группе.
37. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе.