

ПРИНЯТА

Решением Педагогического совета
Образовательного учреждения
(протокол от 31.08.2022 № 1)

УТВЕРЖДЕНА

приказом заведующего
ГБДОУ детского сада № 6
Василеостровского района
Ю.В. Румянцевой
(приказ от 31.08.2022 г. № 55-ОД)

Рабочая программа инструктора по физической культуре

Ященко Л.Г.

для младшей группы № 4 общеразвивающей направленности
по реализации

Образовательной программы дошкольного образования

Государственного бюджетного дошкольного

образовательного учреждения

детского сада № 6 комбинированного вида

Василеостровского района Санкт-Петербурга

на 2022 – 2023 учебный год

Санкт-Петербург

2022 г.

Содержание

1.	Целевой раздел рабочей программы	3
1.1.	Пояснительная записка	3
	Цель	
	Задачи	
	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	
	Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей	4
	Срок реализации рабочей программы	4
	Целевые ориентиры освоения воспитанниками групп образовательной программы	4
2.	Содержательный раздел рабочей программы	5
2.1.	Содержание психолого-педагогической работы по физическому развитию	5
2.2.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	6
2.3.	Взаимодействие с педагогами, специалистами, с семьей при реализации программы	9
2.4.	Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательных программ ОУ.	11
3.	Организационный раздел рабочей программы.	11
3.1.	Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)	11
3.2.	Организация двигательного режима	11
3.3.	Создание развивающей предметно-пространственной среды	12
3.4.	Материально-техническое и методическое обеспечение образовательной деятельности	13
	Приложение № 1 Календарный план воспитательной работы на 2022 – 2023 учебный год	15
	Приложение № 2 Календарное планирование по физическому развитию	17
	Приложение № 3 Диагностика по парциальной программе «Физическая культура в детском саду» Л.И. Пензулаевой	21

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Цель	- реализация содержания Образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ № 6, в соответствии с требованиями ФГОС ДО по физическому развитию обучающихся
Задачи	<ol style="list-style-type: none">1. Создание оптимальных условий для всестороннего полноценного физического развития детей, обеспечение оптимального режима двигательной активности, способствующего своевременному развитию моторных функций;2. сохранение и укрепление здоровья, физического и психического развития детей с учетом их индивидуальных особенностей;3. приобщение детей к нравственным ценностям, формированию здорового образа жизни.4. охрана и укрепление здоровья детей с целью нормального функционирования всех органов и систем организма. <p>Программа нацеливает на последовательное обучение движениям и двигательным действиям: правильной, ритмичной, легкой ходьбе и бегу; умению прыгать с места и с разбега, содействует усвоению разных видов метания, лазания, движений с мячами; развитию умения четко, ритмично, в определенном темпе выполнять различные физические упражнения по показу и на основе словесного образца, а также под музыку.</p>
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<ul style="list-style-type: none">* обеспечение преемственности и взаимосвязи в деятельности инструктора по физической культуре, воспитателей и специалистов в разнообразных организационных формах обучения посредством реализации интеграционного подхода в планировании ООД;* распределение оптимального режима двигательной активности в ОУ в течение недели, в соответствии с требованиями СанПиНа, способствующего своевременному развитию моторных функций;* создание условий для целесообразной двигательной активности детей, способствующее правильному формированию опорно-двигательного аппарата, а также выполнению основных видов движений;* создание условий для целесообразного становления ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, и др.);* обеспечение преемственности и взаимосвязи в работе педагогов и специалистов при организации индивидуальной работы с детьми.

<p>Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей</p>	<p>Младший возраст (с 3 до 4 лет)</p> <p>В этот период высока потребность ребёнка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребёнок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.). У ребенка этого возраста возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями.</p> <p>Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д. К 4-м годам ребенок может без остановки пройти по гимнастической скамейке, руки в стороны; ударять мяч об пол и ловить его двумя руками (3 раза подряд); перекладывать по одному мелкие предметы (пуговицы, горошины и т.п. – всего 20 шт.) с поверхности стола в небольшую коробку (правой рукой).</p> <p>Начинает развиваться самооценка при выполнении физических играми упражнений, при этом дети ориентируются в значительной мере на оценку воспитателя.</p> <p>3-4-х летний ребенок владеет элементарными гигиеническими навыками самообслуживания.</p> <p>Самостоятельно и правильно моет руки с мылом после прогулки, игр, туалета; аккуратно пользуется туалетом: туалетной бумагой, не забывает спускать воду из бачка для слива; при приеме пищи пользуется ложкой, салфеткой; умеет пользоваться носовым платком; может самостоятельно устранить беспорядок в одежде, причёске, пользуясь зеркалом, расческой).</p>
<p>Срок реализации рабочей программы</p>	<p>2022-2023 учебный год (01 сентября 2022 – 30 июня 2023 года)</p>
<p>Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы</p>	<p>Планируемые результаты для детей 3-4 лет</p> <p>К концу года ребенок младшего возраста:</p> <ul style="list-style-type: none"> • С желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен. • При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое. • Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх. • Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре. • С удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату.

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• С интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания. |
|--|--|

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание психолого-педагогической работы по физическому развитию Младший возраст (с 3 до 4 лет)

Содержание:

* Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

* Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

* Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

* Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

* Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

* Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

* Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры.

* Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

* Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Физическая культура по-своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Социально-коммуникативное развитие. Развита игровая опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, самостоятельное игровое творчество в подвижных играх. Развито умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развита коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

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

Речевое развитие. Обогащен активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развита звуковая и интонационная культура речи в подвижных и малоподвижных играх.

Художественно-эстетическое развитие. Обогащен музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развита музыкально-ритмические способности детей, сформировано умение самостоятельно выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

Занятие тренировочного типа, направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др.

Тематические занятия, направлены на обучение дошкольников элементам спортивных игр и упражнений (бадминтон, городки, хоккей, настольный теннис, футбол, ходьба на лыжах, езда на велосипеде). Данный тип занятия в основном проводится на воздухе в зависимости от сезона.

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

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

Групповой способ. Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).
Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Контрольно-диагностические занятия, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений.

Задачи и содержание работы	Формы работы	Формы организации детей
Занятия по физическому развитию		
Развитие мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании	Беседа, рассказ, чтение Рассматривание Интегративная деятельность детей, дидактические игры, сюжетно – ролевые игры	фронтальная (групповая), индивидуальная

Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений	Утренняя гимнастика Совместная деятельность взрослого и детей преимущественно тематического, тренировочно-игрового и интегративного характера Контрольно-диагностическая деятельность	
Развитие физических качеств	Физкультурные досуги Соревновательные состязания	
Развитие интереса к подвижным играм и упражнениям	Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера Проектная деятельность дидактические игры, сюжетно – ролевые игры, подвижные игры (с элементами спортивных игр) Физкультурные досуги	
Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов		
Развитие мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании	Аналогичные формы работы во всех компонентах режима дня	фронтальная (групповая), по подгруппам, индивидуальная
Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений		
Развитие физических качеств		
Развитие интереса к подвижным играм и упражнениям		
Самостоятельная деятельность детей		
Развитие мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании	Во всех видах самостоятельной деятельности детей (в том числе в условиях исследовательских и игровых проектов, сюжетно – ролевых играх, дидактических играх, театрализованных играх)	по подгруппам, индивидуальная
Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений	Двигательная активность: - в утренний прием - в период подготовки к образовательной деятельности - на прогулке - в ходе закаливающих процедур - во второй половине дня - в подвижных играх.	

Развитие физических качеств	Подвижные игры Двигательная активность (в том числе в сюжетно – ролевых играх, играх-драматизациях, музыкально двигательных и др.)
Развитие интереса к подвижным играм и упражнениям	Самостоятельные спортивные игры и упражнения

Структура физкультурного занятия

Структура физкультурных занятий общепринята: занятие состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Выделение частей занятия обусловлено физиологическими, психологическими и педагогическими закономерностями. Вводная часть обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. Основная часть (самая большая по объему и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами занятия. Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей.

Вводная часть. В эту часть включают упражнения в построениях, перестроениях; различные варианты ходьбы, бега, прыжков с относительно умеренной нагрузкой; несложные игровые задания.

Основная часть. В эту часть включают упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально – волевых качеств личности. Это общеразвивающие упражнения, проводимые с разным темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные группы, способствуют формированию правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве. Одно из ведущих мест в основной части занятия занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности. В содержание основной части занятия входят также подвижные игры большой и средней интенсивности.

Заключительная часть. В содержание этой части входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны:

- комплексы утренней гимнастики;
- комплексы физкультминуток;
- комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп;
- комплексы дыхательных упражнений;
- гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

Физкультурно-досуговые мероприятия направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

Физкультурные досуги и праздники проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только

закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

2.3. Взаимодействие с педагогами, специалистами, с семьей при реализации программы

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

1. физическое состояние детей, посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей);
2. профилактика заболеваний ОДА, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем;
3. предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда (учителя-дефектолога)

1. преодоление нарушений общей моторики, координации движений;
2. формирование правильного физиологического дыхания и фонационного выдоха с помощью специальных гимнастик;
3. включение в занятия элементов фонетической ритмики на закрепление навыков правильного произношения звуков;
4. использование текстовых игр и упражнений на согласование речи с движением;
5. речевое сопровождение всех спортивных заданий и движений;
6. развитие связности высказывания путём объяснения детьми правил игры, последовательности и способа выполнения упражнений;
7. обучение пространственным ориентировкам в играх и упражнениях.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя Музыка воздействует:

1. на эмоции детей;
2. создает у них хорошее настроение;
3. помогает активировать умственную деятельность;
4. способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
5. освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;
6. привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью, чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей:

➤ **«Здоровье»** — использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов, и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание.

➤ **«Социализация»** — взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а также в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности.

➤ **«Безопасность»** — формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности.

➤ **«Труд»** — помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.

➤ **«Познание»** — активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

Взаимодействие с родителями

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников - консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье, а также коррекционная работа в домашних условиях с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Чтобы убедить родителей в необходимости активного участия в процессе формирования физических качеств детей можно используются такие формы работы:

- выступления на родительских собраниях;
- индивидуальное консультирование;
- занятия – практикумы (занятия предусматривают участие воспитателей, специалистов, совместную работу с детьми).
- проведение праздников и развлечений.

В процессе работы с родителями можно использовать вспомогательные средства. В “родительском уголке” размещать полезную информацию, которую пришедшие за детьми родители имеют возможность изучить, пока их дети одеваются. В качестве информационного материала размещать статьи специалистов, взятые из разных журналов, книг, конкретные советы, актуальные для родителей по физическому развитию детей дошкольного возраста. Приглашать взрослых на индивидуальные занятия с их ребенком, где они имеют возможность увидеть, чем и как мы занимаемся, что можно закрепить дома.

План взаимодействия с родителями на 2022-2023 учебный год

Месяц	Темы	Формы работы	Отметка о выполнении
сентябрь	«Совместная работа семьи и ДООУ по воспитанию здорового ребенка»	Выступление на родительских собраниях	
октябрь	«Особенности физического развития детей»	Индивидуальные консультации	
декабрь	«Красивая осанка - залог здоровья!»	Консультация	
январь	«Любимые зимние развлечения»	Консультация	
февраль	«Мы будущие олимпийцы!»	Индивидуальные консультации	

март	«Физические упражнения - как средство предупреждения плоскостопия»	Консультация	
апрель	«Двигательное предпочтения девочек и мальчиков!» «Наши будни»	Индивидуальные консультации Фоторепортаж	
июнь	«День защиты детей» «Лето – прекрасная и опасная пора!»	Тематический праздник Стендовое консультирование	

2.4. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательных программ ОУ.

Система мониторинга в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений в соответствии с реализуемыми программами в ОУ.

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в контексте образовательной области: «Физическое развитие» (физическая культура)	Наблюдения, диагностические задания, упражнения	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Май

Инструментарий инструктора по физической культуре: Диагностика по парциальной программе по физическому воспитанию «Физическая культура в детском саду» Л.И. Пензулаевой. М.: Мозаика-Синтез, 2016. (Приложение № 3)

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

Группа	Возраст	Длительность занятия (минут)	Количество раз в неделю
Младшая группа	3-4 лет	15	3

3.2. Организация двигательного режима

Формы организации	Продолжительность
Физкультурные занятия	3 раза в неделю по 15 мин.
Музыкальные занятия	2 раза в неделю по 15 мин
Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 мин.

Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно: 2 раза (утром и вечером) по 15 – 20 мин.
Двигательная разминка во время перерыва между видами образовательной деятельности	Ежедневно 10 мин.
Физкультминутки (в середине статического занятия)	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий по 2-3 мин.
Оздоровительный бег	Ежедневно во время утренней прогулки 3- 5 мин
Совместные игры в помещении малой и средней активности	Ежедневно 15 мин.
Гимнастика после сна в сочетании с воздушными ваннами	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей 5 - 6 мин.
Физкультурный досуг	1 раз в месяц 20 мин.
Музыкальный досуг	1 раз в неделю 20 мин.
День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования; индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно 15-20 мин.
Самостоятельные подвижные и спортивные игры (на прогулке и в помещении)	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) по 15-20 мин.
Всего в день	2 часа 05 минут – 2 часа 34 минут

3.3. Создание развивающей предметно-пространственной среды

Образовательная область	Обогащение (пополнение) предметно-пространственной среды физкультурного зала	
	Содержание	Срок (месяц)
Физическое развитие	Изготовление атрибутов к подвижным играм	Сентябрь - октябрь
	Подготовка и изготовление пособий к совместному проекту с родителями	Октябрь-ноябрь
	Наглядный материал	Декабрь
	Пополнение наглядного материала «Зимние виды спорта»	Январь
	Пополнение оформления к проведению праздника, посвященному 23 февраля	Февраль
	Изготовление пособий к спортивному досугу «Мы – юные космонавты!»	Март - апрель
	Пополнение наглядного материала на тему: «Двигательные предпочтения мальчиков и девочек!»	Апрель
	Изготовление атрибутов к летним досугам и пополнение наглядного материала	Май- Июнь

3.4. Материально-техническое и методическое обеспечение образовательной деятельности

Физкультурное оборудование и инвентарь спортивного зала

Наименование	Количество
Гимнастическая лестница	2 пролета
Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 1.5м)	2 шт.
Мячи:	
• маленькие (95мм),	12шт.
• маленькие (150мм),	15 шт.
• средние (23см)	20 шт.
Гимнастический мат (длина 100 см)	1 шт.
Палка гимнастическая (длина 76 см)	24шт.
Скакалка детская	
• для детей подготовительной группы (длина 170см)	15 шт.
Кольцеброс	1 шт.
Лента-гусеница №2	2шт.
Обруч пластиковый детский	
• большой (диаметр 100 см)	5 шт.
• средний (диаметр 60 см)	25 шт.
Конус для эстафет	4 шт.
Дуга для подлезания (высота 50 и 60см)	4 шт.
Кубики пластмассовые	16 шт.
Цветные ленточки (длина 60 см)	30 шт.
Бубен	1 шт.
Ребристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см)	2 шт.
Бревно для ходьбы,3м	1шт.
Набор вертикальных стоек	2 шт.
Канат для перетягивания (12м)	1шт.
Стойки для прыжков в высоту	2шт.
Игровой комплекс «Набрось кольцо»	1шт.
Мягкие мешочки 3х15х15	24 шт.
Мешочек с песком (200гр.)	15 шт.
Мешочек с песком (250гр.)	15 шт.
Погремушки	10шт.

Учебно- методический комплекс

Программа: парциальная программа по физическому воспитанию «Физическая культура в детском саду» Л.И. Пензулаевой. М.: Мозаика-Синтез, 2016.

1. Физическое воспитание в детском саду» / Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика-синтез, 2006.
2. Бережнова О.В., Бойко В.В. Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет «МАЛЫШИ-КРЕПЫШИ». – М.: издательский дом «Цветной мир», 2016.
3. «Логоритмические упражнения без музыкального сопровождения» Е.А. Алябьева. М.: ТЦ Сфера, 2005г
4. «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» /Э.Я. Степаненкова. – М.: Academia, 2001.
5. «Физическая культура – дошкольникам» / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2004.

6. «Физическая культура в младшей группе детского сада» / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2005.
7. «Физкультурные праздники в детском саду» / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – М.: Просвещение, 2003.
8. Литвинова М.Ф. Подвижные игры и упражнения с детьми. – М., 2005.
9. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы во второй младшей группе.
10. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе.
11. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет.
12. Давидчук А.Н., Ивашко И.Н. Планирование образовательной работы в ДОУ: Младший дошкольный возраст. – М.: Мозаика – Синтез, 2003. -40с.
13. Филиппова С.О. Пономарев Г.Н. Теория и методика физической культуры дошкольников.
14. «Сборник подвижных игр» (для занятий с детьми 2-7 лет). Э.Я. Степаненкова. Москва, «Мозаика-Синтез», 2016г.
15. «Оздоровительная гимнастика (комплексы упражнений для занятий с детьми 3-7 лет). Л.И. Пензулаева. Москва, «Мозаика-Синтез», 2015г.

Календарный план воспитательной работы на 2022 – 2023 учебный год

Месяц	Дата	Мероприятие/ событие/проект	Направление	Ценности	Группы реализации
октябрь	01.10	День музыки (ФК) Спортивный досуг «Веселый марш»	Этико- эстетическое	Культура	Все группы
	16.10	День отца (ФК) Досуг «Папа может все, что угодно!»	Социальное	Семья	Все группы
ноябрь	03.11	135 лет со дня рождения поэта, драматурга, переводчика Самуила Яковлевича Маршака (ФК) Логоритмическая разминка по стихам С.Я. Маршака	Этико- эстетическое	Культура	Все группы
	27.11	День Матери (ФК) Подвижные игры персонажем «мама»	Социальное	Семья	Все группы
декабрь	08.12	Международный день художника (ФК) Выставка репродукций картин о спорте	Этико- эстетическое Трудовое	Культура Труд	Все группы
февраль	23.02	День защитника Отечества (ФК) Беседа «Военные профессии» (ПКПВР) Игры «Танкисты», «Пограничники и нарушители», «Ловкие и смелые моряки» (ПКПВР) Праздник «Мой папа!» (ПКПВР)	Патриотическое Трудовое	Родина Труд	Все группы
март	08.03	Международный женский день (ФК) Спортивный досуг «Мамины помощники»	Социальное	Семья	Все группы
	13.03	110 лет со дня рождения писателя и поэта, автора слов гимнов Российской Федерации и СССР Сергея Владимировича Михалкова (ФК) Логоритмическая разминка по стихам С.В. Михалкова	Познавательное Патриотическое	Знание Родина	Все группы
май	01.05	Праздник Весны и Труда (ФК)	Трудовое	Труд	Все группы

		Включение песен о весне и труде в структуру занятия Знакомство с пословицами и поговорками о труде (ПКПВР)			
июнь	01.06	День защиты детей (ФК) Праздничное мероприятие «Солнечное лето для детей планеты» (ПКПВР). Фоторепортаж праздничных событий в районе	Социальное	Дружба	Все группы

Календарно-тематическое планирование по физической культуре
Младше-средняя группа

Месяц	Дата проведения	Тема	Основные задачи работы с детьми
сентябрь		«Осень»	<p>1н. Развитие ориентировки в пространстве при ходьбе в разных направлениях; обучение ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.</p> <p>2н. Упражнять в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за инструктором; прыжки на двух ногах на месте. Упражнять в прокатывании мяча двумя руками.</p> <p>3н. Развитие умения действовать по сигналу инструктора; энергично отталкивать мяч при прокатывании.</p> <p>4н. Развитие ориентировки в пространстве; умение действовать по сигналу; группироваться при лазанье под шнур. Упражнять в прыжках через шнур.</p>
октябрь		«Я в мире – человек»	<p>1н. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках, играх с мячом. В прыжках на двух ногах из обруча в обруч.</p> <p>2н. Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.</p> <p>3н. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.</p> <p>4н. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и выполнении упражнений в равновесии.</p>
ноябрь		«Мой дом, город»	<p>1н. Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. Упражнять в перебрасывании мяча.</p> <p>2н. Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением заданием, прыжках из обруча в обруч; учить приземляться на полусогнутые ноги.</p> <p>3н. Развитие умения действовать по сигналу инструктора; развивать</p>

			<p>координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании.</p> <p>4н. Упражнять в ходьбе с выполнением различных заданий, развивая внимание; в ползании, развивая координацию движений; в равновесии; прыжках через шнур.</p>
декабрь		«Приключения Снеговика»	<p>1н. Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. Упражнять в ползании.</p> <p>2н. Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча.</p> <p>3н. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазанье под дугу.</p> <p>4н. Упражнять в ходьбе по кругу, беге, ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.</p>
январь		«Зимние развлечения»	<p>1н. Повторить в ходьбу с выполнением заданий; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжках на двух ногах, продвигаясь вперед.</p> <p>2н. Упражнять в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами, из обруча в обруч; в прокатывании мяча, развивая ловкость и глазомер.</p> <p>3н. Упражнять в умении действовать по сигналу в ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при катании мяча друг другу; повторить упражнение в ползании.</p> <p>4н. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.</p>
февраль		«Мы - будущие солдаты»	<p>1н. Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперед.</p> <p>2н. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы; в прыжках с высоты; в ползании на животе по гимнастической скамейке.</p>

			<p>3н. Упражнять в ходьбе переменным шагом; Разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур, не касаясь руками пола.</p> <p>4н. Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, в беге через шнур; упражнять в умении группироваться в лазанье под дугу; повторить упражнение в равновесии.</p>
март		«Праздник любимых мам!»	<p>1н. Упражнять в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами.</p> <p>2н. Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкость при прокатывании мяча.</p> <p>3н. Развивать умение действовать по сигналу инструктора. Упражнять в бросании мяча о пол и ловле его двумя руками, в ползании на повышенной опоре.</p> <p>4н. Развивать координацию движений в ходьбе и беге между предметами; в передвижении вперед на ладонях и ступнях; повторить упражнения в ползании.</p>
апрель		«Весенние эстафеты»	<p>1н. Повторить ходьбу и бег вокруг предметов; в ходьбе по лежащему на полу канату боком приставным шагом; прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре.</p> <p>2н. Упражнять в ходьбе и беге, с выполнением заданий; в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.</p> <p>3н. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; упражнять в ползании на ладонях и ступнях.</p> <p>4н. Упражнять в ходьбе с остановкой по сигналу; повторить ползание между предметами; в прыжках в прямом направлении.</p>
май		«Знакомство с народной культурой»	<p>1н. Повторить ходьбу и бег врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках на двух ногах.</p>

			<p>2н. Упражнять в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге продвигаясь вперед, в прыжках со скамейки на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча, в перебрасывании мяча разными способами в парах.</p> <p>3н. Ходьба с выполнением заданий; упражнять в бросании мяча вверх и ловле его; ползание по гимнастической скамейке, лазанье боком под шнур.</p> <p>4н. Упражнять в ходьбе и беге по сигналу; в лазании по наклонной доске; повторить задание в равновесии.</p>
июнь		«Лето»	<p>1н. «Цирк»: Ходьба по гим. скамейке, бросание мяча, прыжки.</p> <p>2н. «Веселые котята»: Подлезание под шнур, подпрыгивание на месте</p> <p>3н. «Топал ежик по дорожке» : Подлезание под дугу, прыжки</p> <p>4н. «Волшебные канавки»: Прыжки с продвижением вперед, прокатывание мяча</p>

**Диагностика по парциальной программе
«Физическая культура в детском саду» Л.И. Пензулаевой**

Параметры исследования

Начало учебного года	Конец учебного года
Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие.	Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, в разных направлениях по указанию взрослого
Может ползать на четвереньках.	Может лазать по гимнастической стенке произвольным способом
Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места	Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.
Катает мяч в заданном направлении, бросает мяч двумя руками от груди	Бросает мяч из-за головы; ударяет мячом об пол, бросает вверх и ловит; метает предметы правой и левой руками