

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №4 комбинированного вида  
Пушкинского района Санкт-Петербурга**

Адрес: 196602, г. Санкт-Петербург, г. Пушкин, ул. Радищева, д. 7, литер А

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом ОУ  
протокол № 1 от 25.08.2020 г.

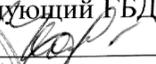
**СОГЛАСОВАНА**

Зам. зав. по УВР

 Пажильцева Л.Г.

**УТВЕРЖДЕНА**

Заведующий БДОУ № 4

 Костина Н.В.

Приказ № 65-Од от 27.08.2020г.



**Рабочая программа по физическому развитию  
для детей второй младшей (от 3 до 4 лет) и средней групп (от 4 до 5 лет)  
общеразвивающей направленности  
на 2020- 2021 учебный год**

*Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №4 комбинированного вида  
Пушкинского района Санкт-Петербурга*

Санкт-Петербург

2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ		Стр.
<b>I</b>	<b>Целевой раздел</b>	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цели и задачи рабочей программы	5
1.3.	Принципы и подходы в организации образовательного процесса .	6
	<b>Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений</b>	
1.4.	Значимые для разработки и реализации программы характеристики	6
1.6.	Планируемые результаты возможных достижений воспитанников	10
1.6.1.	Целевые ориентиры	10
1.7.	Педагогическая диагностика	12
<b>II</b>	<b>Содержательный раздел</b>	12
2.1	Содержание образовательной деятельности по образовательной области «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»	
2.1. 1.	Содержание образовательной деятельности во 2-младшей группе	13
2.1.2	Содержание образовательной деятельности в средней группе	17
2.2.	Формы и методы работы с детьми	21
2.3.	Принципы организации занятий	22
	<b>Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений</b>	
2.4	Перспективное планирование работы с детьми во 2-младшей группе	23
2.5	Перспективное планирование работы с детьми в средней группе	25
2.6	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	26
2.7.	Способы и направления детской инициативы	26
2.5.	Взаимодействие с семьями воспитанников	27
<b>III</b>	<b>Организационный раздел</b>	28
3.1.	Организация развивающей предметной пространственной среды.	28
	<b>Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений</b>	
3.2.	Материально-технические условия	29
3.3.	Режим двигательной активности	30
3.4.	Расписание НОД (занятий по физической культуре)	32
3.5.	Культурно-массовые, досуговые мероприятия	32
3.6.	Методическое обеспечение программы	33
<b>IV</b>	<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.</b>	33
<b>4.1</b>	Краткая описание программы	33
<b>VI</b>	<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b>	34

## **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### **1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа (далее Программа) инструктора по физической культуре Государственного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 4 комбинированного вида Пушкинского района Санкт — Петербурга (далее ГБДОУ) разработана и реализуется в соответствии с образовательной программой дошкольного образования ГБДОУ № 4 комбинированного вида Пушкинского района Санкт-Петербурга. Программа является нормативно-управленческим документом дошкольного учреждения, характеризующий специфику содержания, особенности организации образовательного процесса, характер оказываемых образовательных услуг.

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию различных видов деятельности в ГБДОУ, возрастных особенностей обучающихся. **Система работы по физическому воспитанию включает в себя три направления:** - с воспитанниками, - с родителями, - с педагогами ДОУ.

**Занятия физической культурой** – основная форма организации физического воспитания дошкольников. Двигательная деятельность по ОО «Физическое развитие» проводятся 3 раза в неделю.

**Обеспечение условий для сохранения и укрепления физического и психического здоровья воспитанников** реализуется в соответствии с их психофизиологическими возможностями:

- рациональная организация двигательной активности воспитанников;
- развитие двигательных навыков и способностей;
- формирование правильной осанки;
- создание оздоровительного микроклимата, соответствующей предметной среды, стимулирующей двигательную активность ребёнка.

**Результатом реализации рабочей программы по физическому воспитанию и развитию дошкольников следует считать:**

- сформированность у воспитанников интереса к физической культуре и совместным физическим занятиям со сверстниками;
- укрепление здоровья воспитанников;
- сформированность правильной осанки у каждого ребенка;
- сформированность у воспитанников потребности в разных видах двигательной деятельности, уменьшение числа простудных заболеваний.

Содержание Программы в соответствии с требованиями Стандарта (ФГОС ДО) включает три основных раздела — целевой, содержательный и организационный.

Образовательная деятельность по реализации образовательной области «Физическое развитие»

1. *Целевой* раздел программы включает пояснительную записку и планируемые результаты освоения Программы, определяет ее цели и задачи, принципы и подходы.

2. *Содержательный* раздел программы включает описание образовательной деятельности по физическому развитию; формы, способы, методы и средства реализации программы.

3. В *Организационном* разделе программы представлены условия, в том числе материально-техническое обеспечение, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания, график проведения занятий, особенности организации предметно-пространственной развивающей образовательной среды, а также психолого-педагогические условия реализации программы.

## 1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

**Цель рабочей программы:** формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

### **Общие задачи рабочей программы:**

- обеспечение здоровья ребенка посредством развития его дыхательной, сердечно-сосудистой, нервно-мышечной систем и через стимулирование обменных процессов организма;
- развитие основных двигательных навыков на основе формирования оптимальных двигательных стереотипов статики и динамики основных форм движений (ходьбы, бега, прыжков, ползания, лазания);
- содействие развитию базовых двигательных качеств (силы, ловкости, быстроты, гибкости, выносливости, точности, координации) через укрепление мышечного корсета, сводов стопы, формирование правильной осанки, коррекции нарушений физического развития ребенка;
- активизация мотивации родителей по ЗОЖ посредством использования разнообразных форм взаимодействия, оздоровительно-профилактических технологий, адекватных функциональным возможностям каждого ребенка.

На каждом занятии по физической культуре решается комплекс оздоровительных, воспитательных и образовательных задач.

**Оздоровительные задачи** конкретизируются с учетом особенностей развития организма ребенка и направлены на:

- формирование правильной осанки;
- формирование изгибов позвоночника;
- развитие свода стопы;
- укрепление связочно-суставного аппарата;
- развитие гармоничного телосложения;
- развитие мышц лица, туловища, ног, рук, плечевого пояса, кистей, пальцев, шеи, глаз, внутренних органов: сердца, кровеносных сосудов, дыхательных мышц и др.;
- развитие способности приспосабливаться к меняющейся нагрузке;
- развитие подвижности грудной клетки, увеличение жизненной емкости легких;
- тренировка механизмов терморегуляции.

Важную оздоровительную роль играет развитие творчества в двигательной деятельности. Оно способствует раскрытию потенциальных возможностей организма, создает условия для реализации свободы действий.

К **образовательным задачам** относятся:

- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие психофизических качеств (таких как, сила, гибкость, выносливость, ловкость);
- развитие двигательных способностей (функции равновесия, координации движений).

В процессе физического воспитания ребенок приобретает систему знаний о физических упражнениях, их структуре, оздоровительном воздействии на организм; осознает двигательные действия; усваивает физкультурную и пространственную терминологию (исходные положения, колонна, шеренга и др.; вперед-назад, вверх-вниз), знания о выполнении движений, о спортивных упражнениях и играх; познает названия предметов, снарядов, пособий, способы и правила пользования ими, а также строение своего тела.

**Воспитательные задачи** – в процессе физического воспитания у детей формируются основы физической культуры:

- потребность в ежедневных физических упражнениях;
- навыки рационального использования физических упражнений в самостоятельной двигательной деятельности;
- грациозность, пластичность, выразительность движений;
- творчество;
- навыки самоорганизации, взаимопомощь;
- гигиенические навыки, привычка к самообслуживанию.

### **1.3. ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ К РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

*(см. Образовательную программу дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 4 комбинированного вида Пушкинского района Санкт-Петербурга).*

**Рабочая программа соответствует:**

- Принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволять решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному “минимуму”);
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования дошкольников, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию воспитанников дошкольного возраста;
- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
- основываться на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

- предусматривать решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и обучающихся и самостоятельной деятельности воспитанников не только в рамках непрерывной образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- построение образовательного процесса осуществлено на адекватных возрасту формах работы с дошкольниками. Основной формой работы с воспитанниками дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.

**В основе реализации рабочей программы лежит культурно-исторический и системно - деятельностный подходы к развитию ребенка, являющиеся методологией ФГОС, который предполагает:**

- Полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащения (амплификации) детского развития;
- индивидуализацию дошкольного образования (в том числе одарённых дошкольников и дошкольников с ограниченными возможностями здоровья);
- содействие и сотрудничество воспитанников и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержку инициативы обучающихся в различных видах деятельности;
- партнерство с семьей;
- приобщение воспитанников к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности; □ возрастную адекватность (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития); □ учёт этнокультурной ситуации развития обучающихся. □ обеспечение преемственности дошкольного и начального общего образования.

#### **1.4. ЗНАЧИМЫЕ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ХАРАКТЕРИСТИКИ, ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ**

*(см. Образовательную программу дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 4 комбинированного вида Пушкинского района Санкт-Петербурга).*

##### **1.4.1. Возрастные и индивидуальные особенности физического развития воспитанников**

###### **Возрастные особенности воспитанников 3-4 лет.**

На четвертом году жизни ребенок владеет большим объемом двигательных навыков. Он уже способен совершать более сложные действия, соблюдая определенную последовательность. Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнений. Однако у детей отмечается еще недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног).

Во второй младшей группе важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Их учат слушать объяснения педагога, следить за показом, выполнять движения согласованно с другими детьми после соответствующего указания инструктора, находить свое место в групповых построениях. Так же детей начинают приобщать к подготовке занятий. Оценка деятельности преимущественно должна быть направлена на анализ их активности, умения действовать сообща, а также на правильность выполнения упражнений.

При выполнении общеразвивающих упражнений к детям четвертого года жизни предъявляются более высокие требования с точки зрения качества выполнения (не сгибать колени при наклонах, подниматься на носки и др.)

*Основные движения:*

1. Ходьба. Вводится ходьба на носках, с высоким подниманием колен (необходимо чередовать с ходьбой), с изменением направления, с выполнением различных заданий (остановиться, присесть, повернуться лицом к окну, стене, инструктору).

2. Бег. Основное внимание следует уделять формированию у детей умения бегать, не наталкиваясь друг на друга и придерживаясь заданного темпа.

3. Прыжки. Детей учат энергично отталкиваться и правильно приземляться во всех видах прыжков. Вводится обучение прыжкам с высоты (15-20 см).

4. Катание, бросание, метание. Продолжается обучение действиям с мячом. Формируется умение бросать мяч инструктору, вверх, об пол и ловля его.

5. Ползание, лазание. Вводится лазание по лесенке-стремянке, гимнастической стенке. Нужно показать детям правильный хват за перекладину и научить их правильно ставить ноги на нее. Обучая детей ползанию между предметами, подползанию, инструктор сам показывает способ выполнения.

6. Упражнения в равновесии. Обучение ходьбе и бегу на ограниченной площади (между двух линий, по дорожке, бревну, скамейке), в прямом направлении и змейкой (через игровую форму).

7. Групповые упражнения с переходами. Перестроение в колонну по одному, шеренгу, круг, перестроение в колонну по два, врассыпную, размыкание и смыкание обычным шагом, повороты на месте.

8. Подвижная игра. Проводится в основной части занятия, содержит движения уже освоенные детьми. Одна и та же игра может повторяться на разных занятиях. Следует приучить детей действовать совместно, в соответствии с сигналом, исполнять роль ведущего, соблюдать правила.

В процессе выполнения спортивных упражнений инструктор приучает детей соблюдать правила безопасности, проявлять взаимопомощь.

### **Возрастные особенности воспитанников 4 — 5 лет**

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом. Ребенок может совершать прыжки на месте на двух ногах и прыжки в длину с места на 50 см; может лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагом; может ходить по доске и гимнастической скамейке, удерживая равновесие; ходить и бегать с преодолением препятствий; может бросать мяч от груди, из-за головы и ловить его; активно участвует в организованной взрослым двигательной деятельности; выполняет перестроения, делает упражнения с музыкальным и речевым

сопровождением; проявляется активность во время бодрствования; у ребенка сформированы представления об опасности.

В средней группе проводится три физкультурных занятия в неделю продолжительностью 20 минут. Одно из них организуется на прогулке. На занятиях дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения. Приемами обучения служат показ и объяснение.

Проговаривая последовательность движений по ходу их выполнения, инструктор тем самым помогает детям лучше осознать задание. Поощрение, поддержка помогают детям преодолевать трудности, развивают уверенность в своих силах. При обучении основным видам движений применяются игровые приёмы.

В средней группе дошкольников учат строиться по росту, перестраиваться в колонну по двое, трое, четверо. Приёмы обучения различны. При перестроении в колонну по двое можно использовать ориентиры, а при перестроении в три колонны воспитатель может назвать детей – новых направляющих, которые пойдут к ориентирам.

В занятие следует включать шесть – семь общеразвивающих упражнений, которые выполняются из разных исходных положений и повторяются четыре – шесть раз.

#### Основные движения

1. *Ходьба и бег.* Ходьба и бег с согласованным движением рук и ног, с ускорением и замедлением темпа, приставным шагом в сторону, в колонне по одному, по двое, по кругу, с изменением направления, с перешагиванием через различные предметы, между предметами, по линии, по шнуру, по доске, по гимнастической скамейке, по наклонной доске вверх и вниз. Формирование умения выполнять ходьбу с выполнением заданий, сочетать ходьбу с бегом.

2. *Ползание и лазание.* Ползание на четвереньках с опорой на колени и предплечья по прямой, между предметами, «змейкой»; по горизонтальной доске, гимнастической скамейке на животе; подлезание под веревку, лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек, переход с пролета на пролет, вправо и влево приставным шагом.

3. *Прыжки.* Прыжки на месте на двух ногах с продвижением вперед, с поворотом кругом; прыжки «ноги вместе — ноги врозь», прыжки на одной ноге, прыжки через линию, через предмет высотой 20 см, в длину, с короткой скакалкой.

4. *Катание, ловля, бросание.* Обучение бросанию мяча друг другу снизу и ловля его, бросанию от груди, в горизонтальную цель, через веревку, из-за головы, подбрасывание мяча вверх и ловля его, отбивание мяча об землю правой и левой рукой. Прокатывание мячей и обручей друг другу, в ворота, между предметами, по узкой дорожке (шириной 20 см). Метание предметов на дальность в горизонтальную и вертикальную цель правой и левой рукой.

5. *Ритмическая гимнастика.* Формирование умения выполнять упражнения под музыку. Способствовать развитию выразительности движений, умения передавать двигательный характер образа (котенок, лошадь, зайчик и т. п.).

#### Строевые упражнения.

Совершенствование навыков перестроения врассыпную, в пары, в шеренгу, в колонну друг за другом, в круг. Использование для

упражнений зрительные ориентиры., звуковые сигналы. Становиться в колонну и шеренгу по росту. Перестраиваться из колонны по одному в пары и обратно из пар в колонну по одному на месте и во время ходьбы; из колонны по одному или шеренги в звенья, в круги вокруг ведущих Поворачивать направо, налево и кругом, переступая на месте.

#### Общеразвивающие упражнения.

Совершенствование умения выполнять движения для рук и плечевого пояса, для туловища, для ног. При выполнении общеразвивающих упражнений использовать различные исходные положения; использовать различные предметы.

#### Подвижные игры.

Воспитание интереса к активной двигательной активности, развивать самостоятельность, инициативность, пространственную ориентировку, творческие способности

### **1.5. Особенности организации образовательного процесса**

Образовательная деятельность носит **светский характер**. Образовательная деятельность по физическому процессу осуществляется в процессе **организации непрерывной образовательной деятельности (далее – НОД), на занятиях по физической культуре, досугах, развлечениях, утренниках, праздниках, и при организации таких видов детской деятельности: двигательной, досуговой, физкультурно-оздоровительной и т.д.**

#### **Основные формы реализации образовательной области «Художественно – эстетическое развитие»:**

□ Основная форма работы – НОД или (занятие по физической культуре)

- Фронтальная (групповая) форма,
- Подгрупповая,
- Игровая форма,
- Интегрированная форма обучения
- Квест – игра,
- Путешествие,
- Соревнования,
- Спортивные игры и т.д.

Программа реализуется также **в самостоятельной деятельности детей (далее – СОД) и в процессе взаимодействия с семьями воспитанников.**

## **1.6. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ В ВИДЕ ЦЕЛЕВЫХ ОРИЕНТИРОВ.**

Целевые ориентиры дошкольного образования следует рассматривать, как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития ребенка. Основные характеристики развития ребенка представлены в виде изложения возможных достижений воспитанников на разных возрастных этапах дошкольного детства.

### **1.6.1. Целевые ориентиры физического развития ребенка 3-4 лет во 2-ой младшей группе:**

- ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное инструктором направление;
- бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указанием инструктора;
- сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;
- ползать на четвереньках, лазать по гимнастической стенке произвольным способом;
- энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см.;
- катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м., бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы, ударять мячом об пол, бросать его вверх и ловить 2-3 раза подряд, метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 3 м.
- перестроение в колонну по одному, шеренгу, круг, перестроение в колонну по два, врассыпную, размыкание и смыкание обычным шагом, повороты на месте.

### **Целевые ориентиры**

*Средний дошкольный возраст (с 4 до 5 лет)*

- ребенок может совершать прыжки на месте на двух ногах и прыжки в длину с места на 50 см;
- может лазать по гимнастической стенке не пропуская реек, переходить с пролета на пролет, вправо и влево приставным шагом;
- может ходить по доске и гимнастической скамейке, удерживая равновесие;
- ходит и бегает с преодолением препятствий;
- может бросать мяч в круг от груди, из-за головы и ловить его;
- активно участвует в организованной взрослым двигательной деятельности;
- выполняет перестроения, делает упражнения с музыкальным и речевым сопровождением;
- проявляет активность во время бодрствования;
- ребенок умеет аккуратно мыть и вытирать руки, пользоваться салфеткой, носовым платком, причесываться;
- у ребенка сформированы представления об опасности;
- выполняет основные виды движений и упражнения по словесной инструкции взрослых: согласовывая движения, а также разноименные и разнонаправленные движения;

- знает и подчиняется правилам подвижных игр, эстафет, игр, с элементами спорта;
- владеет элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.);
- осуществляет элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе спортивных упражнений.

### 1.6.2 Формирование предпосылок универсальных учебных действий (далее – УУД)

Предпосылки формирования УУД		
ОО «Физическое развитие»		
Познавательные	Регулятивные	Коммуникативные
<b>Преобладающие виды детской деятельности – двигательная деятельность</b>		
Установление причинно-следственных связей, представление цепочек объектов и явлений	Саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию	Планирование учебного сотрудничества с педагогом и сверстниками

### 1.7. ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА

*(см. Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ № 4 комбинированного вида Пушкинского района Санкт-Петербурга)*

Педагогический анализ знаний и умений по физической культуре детей (диагностика) проводится 2 раза в год первоначальная — сентябрь, итоговая — май. Инструментарий для педагогической диагностики – карты социально-личностного развития дошкольников, разработанные педагогическим коллективом на основе пособия диагностического материала Н.В.Верещагиной, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка.

Результаты диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. ОПИСАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СООТВЕТСТВИИ С НАПРАВЛЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА, ПРЕДСТАВЛЕННЫМИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

**Основными задачами физического развития являются:**

- формировать у детей ценность здорового образа жизни;
- содействовать развитию представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- формировать начальные представления о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.
- содействовать развитию двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;

**Задачи сформированности у воспитанников ценности здорового образа жизни:**

- способствовать развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью;
- дать представления, что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни;
- соблюдать элементарные нормы и правила здорового питания, закаливания и пр.;
- способствовать формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья;
- формировать гигиенических навыков, стимулировать участие воспитанников в оздоровительных мероприятиях.

**Задачи совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте:**

- дать представления о своем теле, произвольности действий и движений ребенка;
- удовлетворять естественные потребности детей, организуя специальную развивающую пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения, так и на внешней территории;
- организовывать подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности;
- способствовать развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма;
- поддерживать интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.;

- побуждать детей к выполнению физических упражнений, способствующих развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений;
- проводить физкультурные занятия, спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники;
- содействовать развитию интереса к различным видам спорта.

В ходе обучения двигательным действиям происходит развитие познавательных, волевых и эмоциональных сил ребенка и формирования его практических, двигательных навыков. Обучение движениям оказывают целенаправленное влияние на внутренний мир ребенка, его чувства, мысли, постепенно складывающиеся взгляды, нравственные качества; двигательные действия, выполняемые воспитанниками, полезны для здоровья и общего физического развития.

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 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.)

### 2.1.1. Содержание работы по направлению «Физическое развитие» во II младшей группе.

#### **Образовательная область «Здоровье».**

Содержание образовательной области «Здоровье» направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

*Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей*

Продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для

систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений. Осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки. Осуществлять под руководством медицинского персонала комплекс закаливающих процедур с использованием различных природных факторов (воздух, солнце, вода).

Обеспечивать в помещении оптимальный температурный режим, регулярное проветривание. Приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. Обеспечивать их пребывание на воздухе в соответствии с режимом дня.

#### *Воспитание культурно-гигиенических навыков*

Приучать детей следить за своим внешним видом. Продолжить формировать умение снимать и одевать одежду по порядку, аккуратно складывать снятую одежду.

#### *Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни*

Развивать умение детей различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними. Дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы. Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания. Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других детей.

Формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

#### **Образовательная область «Физическая культура».**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

#### *Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта.*

Развивать умение ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Развивать умение 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; ловить мяч двумя руками одновременно.

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

*Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.*

Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях.

Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.

Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

Формировать желание и умение кататься на санках, трехколесном велосипеде, лыжах.

Развивать умение самостоятельно садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Развивать умение надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

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

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организовывать подвижные игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

*Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений.*

Основные движения:

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), в рассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, в рассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между

ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание.

#### Общеразвивающие упражнения:

*Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.*

Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

*Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.*

Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения, лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

*Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.*

Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

#### Спортивные упражнения:

Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

#### Подвижные игры:

С бегом. «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

С подлезанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

### 2.1.3 Содержание работы направлению «Физическое развитие» в средней группе.

#### **Образовательная область «Здоровье».**

Содержание образовательной области «Здоровье» направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

#### *Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.*

Продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций. Осуществлять под руководством медицинских работников комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода).

Обеспечивать пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня. Организовывать и проводить различные подвижные игры.

#### *Воспитание культурно-гигиенических навыков.*

Продолжать воспитывать опрятность, привычку следить за своим внешним видом. Бережно относиться к одежде и обуви. Самостоятельно одеваться и раздеваться, аккуратно складывать свою одежду.

#### *Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.*

Продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека. Дать представления о функциональном назначении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Познакомить с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение заботиться о своем здоровье.

Дать представление о составляющих здорового образа жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Воспитывать потребность быть здоровым. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

#### **Образовательная область «Физическая культура».**

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

*Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта.*

Формировать правильную осанку.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.

Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы.

Развивать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.

В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Закреплять умение кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу

Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору

*Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.*

Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.

Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 45 минут.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

*Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений.*

Основные движения:

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), в рассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего. Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5-3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), в рассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1-1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд; к концу года).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг - другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками: из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5-2 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному; в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

Общеразвивающие упражнения:

*Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.*

Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке);

поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.

*Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.* Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.

*Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.*

Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног.

#### Статические упражнения.

Сохранение равновесия в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5-7 секунд).

#### Спортивные упражнения:

Катание на санках. Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору

Скольжение. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

Ходьба на лыжах. Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полувелочкой (прямо и наискось). Проходить на лыжах до 500 м.

Игры на лыжах. «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца».

#### Подвижные игры:

С бегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике»

С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята»

С бросанием и ловлей. «Подбрось - поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».

## 2.2. Формы и методы работы с детьми

### *Описание основных технологий, форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы*

Образовательный процесс может быть условно подразделен на:

Непрерывная образовательная деятельность по физической культуре	Мероприятия групповые, межгрупповые и общесадовские	Образовательная деятельность при проведении режимных моментов	Самостоятельная деятельность детей
<ul style="list-style-type: none"> <li>- игровая, сюжетная (любые физические упражнения сочетаются с сюжетом);</li> <li>- тематическая (с одним видом физических упражнений);</li> <li>- комплексные (с элементами развит речи, математики, конструирования);</li> <li>- контрольно — диагностическая, учебно — тренирующая, физкультминутки;</li> <li>- игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок;</li> <li>- сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек; ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- физкультурные досуги (проводятся 1 раз в месяц);</li> <li>- спортивные праздники (проводятся 2 раза в год);</li> <li>- соревнования;</li> <li>- дни здоровья;</li> <li>- тематические досуги.</li> </ul>	<p>Физическое развитие: комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, ходьба босиком по ребристым дорожкам), утренняя гимнастика в сочетании с интенсивным закаливанием.</p>	<p>Физическое развитие: самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде, самокате и пр.</p>

**Занятие тренировочного типа**, которые 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.

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

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

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

**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, возможные ошибки и неточности.

**Контрольно — проверочные занятия,** целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений (бег на скорость 10 м., 30 м., прыжки в длину с места, метание мешочка вдаль, бросание мяча вверх и ловля его, прыжки со скакалкой на время и т.д.).

### **2.3. Принципы организации занятий**

**Принцип научности** предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

**Принцип развивающего обучения** от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.

**Принцип интеграции:** процесс оздоровления детей в ДОУ осуществляется в тесном единстве с учебно — воспитательным процессом.

**Принцип систематичности и последовательности** предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

**Принцип связи теории с практикой** формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

**Принцип индивидуально — личностной ориентации воспитания** предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умения и навыков, построение двигательного режима.

**Принцип доступности** позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

**Принцип результативности** предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

### **Методы и приемы обучения:**

#### **Наглядные:**

- наглядно — зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физоборудования, зрительные ориентиры);

- тактильно — мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

**Словесные:**

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция;
- слушание музыкальных произведений;

**Практические:**

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

**Часть Программы формируемая участниками образовательного процесса  
(ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ)**

**2.4. ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ 2-Й МЛАДШЕЙ ГРУППЫ**

Комплексное — тематическое планирование по физическому воспитанию детей во 2-ой младшей группе— с 3 до 4 лет

Месяц	Тема	Программное содержание	Виды детской деятельности, приемы работы
Сентябрь 1-2 неделя	Ориентировка в пространстве	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях. Способствовать обучению ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте. Продолжать развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях. Способствовать обучению ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. Упражнять в прыжках на двух ногах на месте.	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.

<p>Сентябрь 3-4 неделя</p>	<p>Ориентировка в пространстве, умение действовать по сигналу</p>	<p>Развивать умение действовать по сигналу; способствовать обучению энергично отталкивать мяч при прокатывании. Закрепить основные виды движений, с помощью игровых упражнений: с мячом – прокати мяч, броски вперед. Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу. Группироваться при лазании под шнур.</p>	<p>Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.</p>
<p>Октябрь 1-2 неделя</p>	<p>Прыжки</p>	<p>Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на ограниченной площади опоры. Развивать умение приземления на полусогнутые ноги в прыжках Упражнять детей в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги. Упражнять в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу.</p>	<p>Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.</p>
<p>Октябрь 3-4 неделя</p>	<p>Ходьба, бег</p>	<p>Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий, в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с поворотом</p>	<p>Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.</p>

## 2.5. ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ

Комплексное — тематическое планирование по физическому воспитанию детей в средней группе — с 4 до 5 лет.

Месяц	Тема	Программное содержание	Виды детской деятельности, приемы работы
Сентябрь 1-2 неделя	Ходьба, бег	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на умеренной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от земли и мягком приземлении при подпрыгивании. Учить детей энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги при подпрыгивании вверх, доставая до предмета; упражнять в прокатывании мяча.	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.
Сентябрь 3-4 неделя	Ходьба, бег, остановка по сигналу	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур. Продолжать учить детей останавливаться по сигналу во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами
Октябрь 1-2 неделя	Упражнения на равновесие	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. Упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения.	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами Игровая: игры с правилами.

Октябрь 3-4 неделя	Упражнения с мячом	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через предметы; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному.	Двигательная: спортивные упражнения, игровые упражнения, подвижные игры с правилами
--------------------	--------------------	---	--

## 2.6. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

(см. Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ № 4 комбинированного вида Пушкинского района Санкт-Петербурга)

## 2.5. Способы направления детской инициативы

(см. Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ № 4 комбинированного вида Пушкинского района Санкт-Петербурга)

Младший возраст (от 3 до 4 лет)	
Приоритетное проявление детской инициативы	Виды поддержки детской инициативы
Внеситуативно-личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационная познавательная инициатива.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• создавать положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем дошкольникам: выражать радость при встрече, использовать ласку и тёплое слово для выражения своего отношения к ребёнку;</li> <li>• уважать индивидуальные вкусы и привычки воспитанников, поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу;</li> <li>• создавать условия для разнообразной двигательной деятельности воспитанников;</li> <li>• при необходимости помогать дошкольникам в решении проблем организации игры.</li> </ul>
Средний возраст (от 4 до 5 лет)	
Приоритетное проявление детской инициативы	Виды поддержки детской инициативы
Познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, игровая деятельность со сверстниками.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относиться к таким попыткам внимательно, с уважением;</li> <li>• обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеться и наряжаться, примеривать на себя разные роли. Иметь в группе набор атрибутов и элементов костюмов для переодевания, а также технические средства, обеспечивающие стремление детей петь и двигаться под музыку;</li> <li>• создавать условия, обеспечивающие детям возможность строить дом, укрытия для сюжетных игр;</li> <li>• при необходимости осуждать негативный поступок, действие ребёнка, но не допускать критики</li> </ul>

	<p>его личности, его качеств. Негативные оценки давать только поступкам ребёнка и только с глаза на глаз, а не перед всей группой;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• не допускать диктата, навязывания в выборе детьми сюжета игры; обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнёра, равноправного участника, но не руководителя игры;</li> <li>• привлекать детей к украшению группы к праздникам, обсуждая разные возможности и предложения; побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнения взрослых;</li> <li>• привлекать детей к планированию жизни группы на день;</li> <li>• читать и рассказывать детям по их просьбе, включать музыку.</li> </ul>
--	--

## **2.7. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ**

1. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование.
2. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей:
  - зоны физической активности;
  - закаливающие процедуры;
  - оздоровительные мероприятия и т.п.
3. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.
4. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении.
5. Тренинг для родителей по использованию приемов и методов оздоровления (дыхательная и артикуляционная гимнастика, физические упражнения и т.д.) с целью профилактики заболеваний детей.
6. Согласование с родителями индивидуальных программ оздоровления, профилактики мероприятий, организованных в дошкольном учреждении.
7. Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма.
8. Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере организации конкурсов, викторин, проектор, развлечений и т.п.
9. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.
10. Консультативная, санитарно-просветительская и медико-педагогическая помощь семьям с учетом преобладающих запросов

родителей (законных представителей).

11. Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении.

12. Педагогическая диагностическая работа с детьми, направленная на определение уровня физического развития детей. Ознакомление родителей с результатами диагностических исследований. Отслеживание динамики развития детей.

13. Определение и использование здоровые берегающих технологий.

14. Правовое просвещение родителей на основе изучения социокультурного состояния родителей с целью повышения эффективности взаимодействия семьи и дошкольного учреждения, способствующего укреплению семьи, становлению гражданской ответственности воспитанников, повышению имиджа дошкольного учреждения.

*План работы с родителями (см. Приложение № 1)*

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### ***Особенности организации образовательного пространства ГБДОУ №4***

Важнейшим условием реализации Образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ №4 является создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды. Пребывание в детском саду должно доставлять воспитаннику радость, а образовательные ситуации должны быть увлекательными (*см. Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ № 4 комбинированного вида Пушкинского района Санкт-Петербурга*).

#### **3.1. ОПИСАНИЕ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ**

Основой реализации программы является развивающая предметная среда, необходимая для развития всех детских видов деятельности. Развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

Помещение для занятий физической культурой соответствует санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности и электробезопасности, требованиям охраны труда воспитанников и работников.

Развивающая предметно-пространственная среда (РППС) физкультурного зала соответствует критериям ФГОС ДО и обеспечивает комфортные и безопасные условия для физического развития детей, осуществления игровой и двигательной активности. Физкультурный зал оснащен традиционным и нетрадиционным оборудованием. Физкультурное оборудование и пособия, размещены в специальном помещении и вносятся в зал в соответствии с планом занятий, максимально освобождая полезную площадь зала для самостоятельной двигательной активности детей, организации подвижных игр и упражнений с использованием различных выносных пособий. Пособия расположены в

строго отведенных для них местах – открытых стеллажах, передвижных контейнерах для свободного доступа детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья. Материалы физкультурного зала полифункциональные, легко комбинируются, позволяют трансформировать пространство в зависимости от образовательной ситуации и организационных форм работы (фронтальной, подгрупповой и индивидуальной), создавать новые варианты занятий, комплексов утренней гимнастики, усложнять задания в подвижных и спортивных играх и упражнениях. РППС физкультурного зала укомплектована с учетом реализуемых программ дошкольным учреждением, индивидуальных особенностей развития детей (антропометрических, возрастных и гендерных) для осуществления полноценной самостоятельной и совместной деятельности ребенка со взрослым и сверстниками. Все элементы РППС (физкультурное оборудование и пособия) имеют сертификаты качества и отвечают гигиеническим, педагогическим и эстетическим требованиям.

*Оснащение физкультурного зала (см. Приложение № 2).*

### **Часть Программы формируемая участниками образовательных отношений**

#### **3.2. ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Образовательный процесс строится с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей.

Организация образовательного процесса обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, при этом решая поставленные цели и задачи, необходимо избегать перегрузки детей, на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму».

Построение образовательного процесса на комплексно-тематическом принципе с учетом интеграции образовательных областей дает возможность достичь этой цели. Построение всего образовательного процесса вокруг одной центральной темы дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

#### **Продолжительность образовательной деятельности детей в соответствии с возрастом.**

Время образовательной деятельности по возрастам.

С 3 – 4 лет	С 6 – 7 лет
15 минут	30 минут

Учебный план, расписание занятий, максимально допустимый объем образовательной нагрузки (см. Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ № 4 комбинированного вида Пушкинского района Санкт-Петербурга)

Основной формой организации работы по физической культуре воспитанников является занятие по физической культуре, которое проводится 2 раза в неделю в спортивном зале. Продолжительность занятия в младшей группе не более 15 минут, в средней группе не более

20 минут.

Длительность занятия и физические нагрузки строго индивидуализированы и могут меняться в зависимости от особенностей психофизического состояния детей, метеоусловий, времени года и т. п.

Каникулы. В середине года (январь) для воспитанников дошкольных групп организуются недельные каникулы, во время которых проводят деятельность только эстетически-оздоровительного цикла (музыкальные, спортивные развлечения и досуги). В дни каникул и в летний период учебная непрерывно образовательная деятельность не проводится.

**Проводятся:** спортивные и подвижные игры, спортивные праздники, экскурсии, творческие конкурсы, викторины, развлечения и другие, а также увеличивается продолжительность прогулок.

### 3.3. Режим двигательной активности воспитанников ДОУ

Особенности организации режимных моментов подробно см. Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ № 4 комбинированного вида Пушкинского района Санкт-Петербурга.

#### Режим двигательной активности

Формы организации	Младший возраст	Средний возраст
<i>1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности ДОУ</i>		
	3-4 года	4-5 лет
1.1 <u>Утренняя гимнастика:</u> Традиционная. Игрового характера. В форме ритмической гимнастики. Логоритмика. Имитация движений животных. В форме хороводной игры. С предметами. С элементами дыхательных упражнений. С использованием полосы препятствий. С включением оздоровительных пробежек.	5-6 минут ежедневно	6-8 минут ежедневно
1.2 <u>Физкультминутки</u> Логоритмические. Для глаз. На внимание. Пальчиковая. «Театр в руке».	Ежедневно по мере необходимости (до 3-х минут)	
1.3 Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 6-10 минут	Ежедневно 10-15 минут
1.4. Подвижные игры	В свободной деятельности. На прогулке.	
1.5. <u>Закаливание:</u>	3-4 года	4-5 лет
- воздушные ванны	Ежедневно после дневного сна	
- ходьба по массажным дорожкам		

1.6. Дыхательная гимнастика	Ежедневно после дневного сна	
1.7. Динамические паузы Логоритмика. Пальчиковая гимнастика. Дыхательная гимнастика. Звуковая гимнастика. Гимнастика для глаз	в течение дня	
<i>2. Образовательная деятельность</i>		
2.1. Совместные занятия в спортивном зале Традиционные. Образно – игровые. Сюжетно – игровые. В форме ритмической гимнастики. Комплексное. В форме эстафет и соревнований.	2 раза в неделю по 15 минут	2 раза в неделю по 20 минут
2.2 Физкультурные занятия на свежем воздухе	1 раз в неделю 15 минут	1 раз в неделю 20 минут
<i>3. Пропаганда ЗОЖ</i>		
3.1. Валеологические игры-занятия; Курс мини-лекций и бесед; Спецзанятия по ОБЖ, ПДД.	По плану и запросу родителей	
<i>4. Спортивный досуг</i>		
4.1 Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)	
3.2 Физкультурные праздники	-	3 раза в год
3.3 Досуги и развлечения	1 раз в месяц	1 раз в месяц
3.4 Неделя здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал
<i>5. Совместная деятельность с семьей</i>		
4.1 Веселые старты	1 раз в год	1 раз в год
4.4. Консультации для родителей	Ежеквартально	

### 3.4. Расписание НОД, физкультурно-оздоровительных мероприятий.

<b>Организованная образовательная деятельность</b>		
<b>Базовый вид деятельности</b>	<b>Периодичность</b>	
	<b>Вторая младшая</b>	<b>Средняя</b>
Физкультура в помещении	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физкультура на прогулке	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Итого	10 занятий в неделю	11 занятий в неделю
<b>Образовательная деятельность в ходе режимных моментов</b>		
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно	ежедневно
Гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно
Прогулки	ежедневно	ежедневно
<b>Самостоятельная деятельность детей</b>		
Игра	ежедневно	ежедневно
Самостоятельная деятельность детей в уголках (центрах) развития	ежедневно	ежедневно

*(Расписание праздников, физкультурно – оздоровительных досугов см Приложение №1 План образовательной деятельности)*

### 3.5. КУЛЬТУРНО-МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

В соответствии с требованиями Стандарта в обязательную часть Программы включен раздел «Культурно – массовая деятельность», посвященный особенностям традиционных событий, праздников, мероприятий с примерными задачами образовательными задачами по каждой возрастной группе.

В каждой возрастной группе существуют определенные мероприятия, которые стали традиционными для всего детского сада в целом.

*(см Приложение №1 План образовательной деятельности)*

### **3.6. ОБЕСПЕЧЕНИЕ МЕТОДИЧЕСКИМИ МАТЕРИАЛАМИ**

1. Борисова М. М.. ФГОС Малоподвижные игры и игровые упражнения (3-7 лет).
2. Пензулаева Л. И. ФГОС Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
3. Пензулаева Л. И. ФГОС Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа (3-4 года).
4. Пензулаева Л. И. ФГОС Физическая культура в детском саду. (6-7 лет). Подготовительная к школе группа.
5. Степаненкова Э.Я. ФГОС Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2 – 7 лет.
6. Интернет ресурсы, аудио материалы с записями музыкальных фрагментов и музыки, видео материалы по физической культуре и спорту РФ.

## **IV. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **4.1. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ.**

Образовательная программа инструктора по физической культуре разработана и реализуется в соответствии с образовательной программой дошкольного образования ГБДОУ № 4. Составлена с учетом основных принципов и требований к организации содержанию различных видов физкультурной деятельности в ДОУ, возрастных особенностей детей дошкольного возраста 3-4 лет и 6-7 лет, а также разработана в соответствии с законом РФ и другими нормативно — правовыми актами РФ, Уставом ГБДОУ № 4.

Рабочая программа обеспечивает разностороннее развитие детей от 3 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по образовательной области «Физическое развитие».

В содержательном разделе программы отражены формы и методы работы с детьми, принципы организации занятий, взаимодействие с семьями воспитанников (планирование работы с родителями). Рабочая программа содержит перспективное планирование образовательной деятельности по физическому развитию в процессе занятий физической культурой по всем возрастным группам.

В организационном разделе представлено описание развивающей предметно — пространственной среды (РППС) физкультурного зала. Рабочая программа рассчитана на один учебный год