

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 3общеразвивающего
вида с приоритетным осуществлением познавательно-речевого развития детей
Колпинского района Санкт-Петербурга
196641, Санкт-Петербург, п. Металлострой, ул. Школьная, д.5а, Лит. А
ИНН 7817027316, КПП 781701001, ОГРН 1027808757316, ОКПО 27439008
тел./факс (812) 464-55-18, E-mail: dc_3@mail.ru

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

_____ И.А.Фролова

Приказ 60-О от 31.08.2017

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.
СРЕДНЯЯ ГРУППА

Программа составлена:
Мишуниной Т.А.

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № 1 от

31 августа 2017 г.

Санкт-Петербург

2017 - 2018 учебный год

СОДЕРЖАНИЕ

| Содержание раздела | Стр. |
|---|------|
| ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ | 3 |
| 1. Пояснительная записка | 3 |
| 1.1. Цели и задачи программы | 4 |
| 1.2. Принципы реализации программы | 5 |
| 1.3. Возрастные особенности развития детей | 5 |
| 1.4. Планируемые результаты освоения программы | 7 |
| II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ | 9 |
| 2.1. Содержание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка | 9 |
| 2.2. Формы организации образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие» | 9 |
| 2.2.1. Основными средствами физического воспитания | 10 |
| 2.2.2. Содержание образовательной области «Физическое развитие» | 10 |
| 2.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников | 11 |
| 2.4. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений | 13 |
| III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ | 15 |
| 3.1. Материально-техническое обеспечение Программы | 15 |
| 3.2. Обеспеченность Программы методическими материалами и средствами обучения и воспитания | 16 |
| ПРИЛОЖЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ | 17 |
| <ul style="list-style-type: none"> • Приложение №1, Учебный план • Приложение №2, Система образовательной деятельности • Приложение №3, Система оздоровительной работы • Приложение №4, Режимы дня • Приложение №5 Перспективное планирование по физической культуре на год • Приложение №6 Карта физического развития детей группы | |

І ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа составлена для организации работы с детьми по физическому развитию среднего дошкольного возраста строится с учетом нормативно – правовой базы:

1. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организациях». Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13, утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года № 26, (далее – СанПиН).
3. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 14.11.2013 N 30384).
4. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 13.08.2013г. №1014"Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования".
5. Лицензией (№ 2422 от 10.12.2016г. серия 78ЛО2 № 0001368 на право осуществления образовательной деятельности, срок действия – бессрочно).
6. Уставом ГБДОУ детского сада № 3 Колпинского района СПб.
7. Образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 3 Колпинского района СПб.

Рабочая программа разработана на основании Примерной основной образовательной программы дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15)
Срок реализации данной программы – 1 год

Физическая культура выступает как часть общечеловеческой культуры, охватывающей те стороны жизни и воспитания, которые имеют важнейшее значение для нормального психофизического развития ребенка, укрепления его здоровья и развития двигательной сферы. Физическая культура рассматривается как основа формирования здорового образа жизни ребенка, в результате которого закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненно - важных систем и функций организма. В процессе занятий физической культурой у ребенка развиваются адаптационные возможности, повышается устойчивость к внешним воздействиям, формируются движения, осанка; приобретаются такие физические качества, как координация и гибкость; способствующие 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), овладение подвижными играми с элементарными правилами; вырабатываются гигиенические навыки, становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Настоящая Программа обеспечивает развитие детей от 4 до 5 лет в области физического воспитания с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей и интеграции образовательных областей.

1.1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Ведущей целью рабочей программы является создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника

Содержание раздела «Физическое развитие»

Целей: формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности

Для детей дошкольного возраста(4 -5 лет)

Целесообразна интеграция с образовательными областями: «социально-коммуникативное», «познавательное», «речевое», «художественно-эстетическое»,. Интеграция возможна в освоении сенсорных эталонов, овладении правилами безопасного поведения, социальным опытом, опытом общения с детьми и взрослыми, речевыми умениями (обсуждении движений, вариантов использования различных физкультурных пособий, выражений своих желаний, оценочных суждений, предложений своих вариантов движений, правил), в отражении в подвижных играх различных образов, обыгрывании действий сказочных персонажей, в формировании привычки чередовать малоподвижные виды деятельности с активным двигательным отдыхом, расширении представлений о человеке, его возможностях, благоприятных условиях жизни. Интеграция обеспечивается использованием двигательной деятельности для повышения умственной работоспособности детей, развитие мелкой моторики. Интеграция проявляется в переносе осваиваемых двигательных навыков в другие виды деятельности. В двигательной активности дети могут использовать опыт, полученный при освоении других образовательных областей. Измерение расстояний условными мерками, подсчет количества движений, ориентировка в пространстве, придумывание новых образных названий упражнениям, выполнение различных упражнений, отражающих сезонные явления, объекты природы, выполнение упражнений под музыку. Интеграция физического, математического, природоведческого развития эффективна в овладении способами сравнения, оценки, обобщения исходя из существенных и несущественных признаков. Интеграция проявляется в правильном использовании невербальных средств общения: мимики, жестов, поз.

Задачи:

1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.
2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.
3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.
4. Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

через решение следующих специфических задач:

- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- Развитие интереса к участию в подвижных и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса к спорту.

1.2. ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Программа сформирована в соответствии с принципами и подходами, определёнными Федеральными государственными образовательными стандартами дошкольного образования:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество Организации с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей.

1.3. ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ

На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образцом. Всё это позволяет педагогу приступить к обучению технике выполнения основных движений, отработке их качества.

В средней группе проводятся три физкультурных занятия в неделю, одно из них – на прогулке. Продолжительность каждой части увеличивается по сравнению с предыдущим годом за счёт усложнения упражнений, отработки техники движений и увеличения времени выполнения. Детей следует привлекать к подготовке и раздаче инвентаря и его уборке после занятия.

Поговаривая последовательность движений по ходу их выполнения, воспитатель 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.

Характеристика основных видов движений:

1. Ходьба. В средней группе ставится задача закрепить у ребёнка умение ходить, координируя движения рук и ног. Для этого в вводной части занятия следует использовать ходьбу с ускорением и замедлением, а так же чередовать ходьбу с бегом.
 2. Бег. Упражняя детей в беге, основное внимание воспитатель уделяет развитию ритмичности, обучению активному выносу и подниманию бедра, энергичному отталкиванию носком.
 3. Прыжки. Наряду с закреплением умения занимать исходное положение, энергично отталкиваться двумя ногами, правильно приземляться нужно учить детей сочетать отталкивание со взмахом рук. На пятом году жизни дети начинают осваивать прыжки на одной ноге, при этом руки они держат произвольно. Постепенно детей переводят к прыжкам через скакалку, когда она коснётся пола.
 4. Бросание, ловля, метание. При выполнении упражнений в катании и прокатывании мяча и обруча детей следует учить мягко касаться этих предметов пальцами, точно направлять их движение. Обучая детей приёмам ловли мяча кистями рук, способам бросания его и отбивания о землю (пол), педагог должен показать и объяснить, как это делается.
 5. Ползание, лазанье. В средней группе детей необходимо обучать подлезать под предметы по гимнастической скамейке на животе, с подтягиванием с помощью рук, с опорой на стопы и ладони, перелезать с одного пролёта гимнастической стенке на другой (вправо, влево). К показу этих движений педагог привлекает кого-нибудь из детей, заранее подготовленных, а сам даёт пояснения.
 6. Упражнения в равновесии. В средней группе дети продолжают развивать навыки сохранения равновесия в ходьбе и беге. Упражнения усложняются за счёт дополнительных заданий, нового способа выполнения. Упражнения проводятся в медленном с среднем темпе.
 7. Подвижная игра. На каждом физкультурном занятии организуются одна – две подвижные игры. Проводя их повторно, педагог может менять правила и условия, усложнять движения. В течение года следует всех детей научить исполнять роль ведущего другие ответственные роли и выбирать ведущих, используя считалки, короткие и понятные ребёнку.
- Обучение спортивным упражнениям проводится на каждом третьем физкультурном занятии по подгруппам.

Возрастные особенности средней группы «Радуга»

В группе 24 человека из них: мальчиков - 12, девочек - 12.

Владение основными двигательными навыками выполняют предлагаемые движения с некоторыми неточностями, которые исправляют после показа, действуют по образцу.

Владение основными культурно-гигиеническими навыками выполняют действия утреннего и вечернего туалета (мытьё рук, лица, чистка зубов, расчесывание волос); при выполнении каждого действия нуждаются в четком неоднократном объяснении взрослого; имеет представления о том, как нужно одеваться в разное время года; самостоятельно одеваются и раздеваются в определенной последовательности (надевают и снимают одежду, расстегивают и застегивают пуговицы (у не которых детей возникают затруднение), вешают предметы одежды).

Соблюдение элементарных правил ЗОЖ. Имеют отрывочные, бессистемные представления о здоровье и болезни с учетом влияния окружающей среды; представления о здоровом образе жизни связаны с их личным опытом и носят конкретно-ситуативный характер: трактуют понятие «здоровья» как состояние человека, когда он выздоравливает после болезни; имеют элементарные представления о некоторых способах лечения заболеваний на основе собственного опыта, затрудняются объяснить значение для здоровья знакомых им видов деятельности.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации) дети выполняют физические упражнения, позволяющие демонстрировать качество с полом (сила, ловкость, гибкость, выразительность выполнения). Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями). Дети владеют техникой всех основных движений в соответствии с возрастом. Свободно используют их в самостоятельной деятельности, переносят в игры. Осуществляют перенос двигательного опыта в разнообразные виды детской деятельности.

Формирование у детей потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. У детей есть потребность в двигательной активности. Они проявляют элементы двигательного творчества и сотворчества по образцу педагога. Переживают состояния эмоциональной комфортности от участия в подвижных играх и досугах. Некоторые дети могут организовать совместные подвижные игры в группе, зале и на улице.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Для решения задач, определённых ОП, анализа профессиональной деятельности воспитателей группы, организации образовательного процесса в средней группе, определения социально-нормативных возрастных характеристик возможных достижений ребёнка 4-5 лет, используется система мониторинга с ориентиром на образовательные области и с учётом целевых ориентиров, обозначенные ФГОС.

В средней группе дошкольного возраста определяют следующие физические качества: устойчивый интерес к движениям, поэтому необходимо всячески поощрять игры с мячами, обручами, игрушками-двигателями, побуждать к самостоятельному использованию физкультурного оборудования, инвентаря, атрибутов для подвижных игр. Выполнение педагогом упражнений вместе с детьми, участие в играх повышают интерес к двигательной деятельности.

Планируемые результаты:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Овладение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Для решения мониторинговых задач используется система мониторинга с учётом целевых ориентиров, обозначенные ФГОС ДО, задач образовательной области «Физическое развитие» и возрастных особенностей группы.

Основными формами для проведения педагогического мониторинга в средней группе являются:

- * наблюдение за активностью ребёнка в ходе различной двигательной деятельности;
- * анализ развития физических качеств в беге, метании, прыжках и т.п.

Методика организации мониторинга подобрана специалистом (воспитателям по физической культуре) в соответствии с реализуемой программой. (Это тестовые упражнения, наблюдения за детьми, беседы, анализ и т.д.)

Полученные данные заносятся в Карту физического развития группы (см. таблице в приложении №6)

В заключении составляется Анализ физического развития группы с рекомендациями воспитателям и родителям.

II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка

Содержание работы по «Физическому развитию» включает в себя интеграцию образовательных областей: «Социально-коммуникативное развитие» (социализация, общение; нравственное воспитание; семья и общество; самообслуживание и трудовое воспитание; основы безопасности), «Познавательное развитие» (предметный и социальный мир; мир природы; формирование элементарных математических представлений; познавательно-исследовательская деятельность), «Речевое развитие» (развитие речи, знакомство с книжной культурой, детской литературой); «Художественно-эстетическое развитие» (приобщение к искусству).

Задачи в каждой образовательной области соответствуют задачам, перечисленным в «ОП ДО ГБДОУ детского сада № 3 Колпинского района СПб».

2.2. Формы организации образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»

В соответствии с ФГОС дошкольного образования, педагогический коллектив ДОО ставит перед собой определенные цели и задачи, которые позволяют структурировать содержание области «Физическое развитие» по следующим разделам:

«Гармоничное физическое развитие дошкольников» Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте. Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе, выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны, повороты. Основные движения. Подводящие упражнения. Ходьба с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного). Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами. Бросание, ловля, метание. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. Ползание разными способами; пролезание. Прыжки. Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки через предметы. Подвижные игры с элементами соревнования. Ритмические танцевальные позиции.

«Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой», «Формирование у детей основ здорового образа жизни». Представления об элементарных правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека; о вредных привычках, приводящих к болезням; об опасных и безопасных ситуациях для здоровья, а также как их предупредить. Основные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

«Обеспечение эмоционального благополучия каждого ребенка, развитие его положительного самоощущения» Создание доброжелательной атмосферы эмоционального принятия, способствующей проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере.

2.2.1. Основными средствами физического воспитания в ДОО являются физические упражнения, гигиенические и природные факторы:

Физические упражнения:

- Гимнастика: основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазанье, метание, упражнения в равновесии), общеразвивающие упражнения, построения и перестроения, танцевальные упражнения.
- Подвижные игры (сюжетные, бессюжетные).

Гигиенические и природные факторы:

- Закаливание: с использованием природных факторов – солнце, воздух и вода, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.
- Полоскание рта.

Правила проведения утренней гимнастики

- Утренняя гимнастика проводится в среднем и быстром темпе, без длительных пояснений и пауз. В комплекс необходимо включать шесть – семь общеразвивающих упражнений, которые выполняются по четыре – шесть раз из разных исходных положений. Следует предусматривать упражнения, способствующие формированию правильной осанки, укреплению мышц стопы. Дозировка и темп устанавливаются с учётом сложности упражнений, а также физической подготовленности детей.

Основы здорового образа жизни

- наличие ценностного отношения у ребенка к здоровью и жизни человека;
- наличие системных и устойчивых представлений о здоровье и здоровьесберегающих правилах поведения, здоровом образе жизни;
- наличие умений и навыков здоровьесберегающей деятельности;
- проявление позиции субъекта здоровьесозидания.

В целях сохранения здоровья и активного формирования здорового образа жизни и здоровья воспитанников в ДОО реализуются следующие здоровьесберегающие технологии:

- Цикл занятий «Уроки здоровья»
- Цикл занятий ПДД

2.2.2. Содержание образовательной области «Физическое развитие» реализуется в различных видах деятельности:

| Образовательная деятельность в режимных моментах | Занятия | Самостоятельная деятельность детей | Совместная деятельность с семьей |
|---|--|---|--|
| Утренняя гимнастика (традиционная; сюжетная; игрового характера; с использованием элементов ритмической гимнастики, танцевальных движений). Бодрящая гимнастика после сна. Закаливающие | Физкультурные занятия: сюжетные, игровые, комплексные. Элементарная проектная деятельность тематического характера. | Рассматривание познавательных книг, тематических иллюстраций, фотографий о спорте Подвижные игры «лягушки и цапля», «совушка», «угадай, чей голосок?». Игры-имитации, хороводные игры | Вовлечение родителей в образовательный процесс ДОУ: семейные проекты; онлайн квест- игра «Знатоки Правил Дорожного Движения» физкультурные досуги и праздники; родительский Физкультурный |

| | | | |
|--|--|--|---|
| <p>процедуры. Дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз Подвижные игры. Решение игровых задач и элементарных проблемных ситуаций, дидактические игры .</p> | | | <p>тренинг для родителей с детьми «Навстречу друг другу». Психолого-педагогическое просвещение родителей через «Спортивная страничка», информационные листы, беседы и консультации Анкетирование, брошюры, конкурсы</p> |
|--|--|--|---|

2.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и ведущая задача, стоящая перед дошкольным учреждением.

Семья и детский сад – те структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка.

Организуя взаимодействие с семьей по вопросам оздоровления детей, используются следующие формы работы:

Папки передвижки, консультации специалистов

Анкетирование - этот метод позволяет получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество проводимой работы с родителями.

Нетрадиционные формы (спортивные картинки, спортивный калейдоскоп, спортивный альманах, устный журнал, и др.)

Использование нетрадиционных форм позволяет в оживленной, интересной беседе с родителями, обмениваться опытом оздоровления детей, общаться и получать исчерпывающие ответы от специалистов, высказывать свое мнение.

Конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей

Спортивные мероприятия в детском саду проводятся в течение года и участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.

План взаимодействия с родителями воспитанников

Сентябрь

- 1 неделя. Шпаргалка для родителей «Требования к форме одежды детей на занятиях по физической культуре»
- 2 неделя. Наглядная информация «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой»
- 3 неделя. Индивидуальные беседы «Прогулки осенью»
- 4 неделя. Ознакомление с результатами уровня физической подготовки ребёнка, рекомендации (в индивидуальном порядке).

Октябрь

- 1 неделя. Консультация на тему: «Лечебное воздействие дыхательной гимнастики»
- 2 неделя. Фотовыставка «Моя спортивная семья»
- 3 неделя. Мини консультация «Учимся правильно дышать»

- 4 неделя. Наглядная информация. Спортивные картинки «Зачем заниматься утренней гимнастикой»

Ноябрь

- 1 неделя. Рекомендация «Идеи игр на свежем воздухе»
- 2 неделя. Консультация «зарядка для красивой осанки»
- 3 неделя. Шпаргалка «Как приучить ребенка заботиться о своем здоровье»
- 4 неделя. Интернет информация в группе в Контакте : «развивающие упражнения с мячом»

Декабрь

- 1 неделя. Наглядная информация: «Здоровый ребёнок в ваших руках»
- 2 неделя. Консультация: «Мяч – полезная игрушка. Возможность развивать ребёнка в играх с мячом»
- 3 неделя. Наглядная информация. Спортивный магазин «Физкультурное оборудование своими руками»
- 4 неделя. Индивидуальные беседы по интересам родителей

Январь

- 1 неделя. Консультация «Зарядка – это весело».
- 2 неделя. Консультация. Спортивные картинки. «Физкультура вместе с мамой и папой»
- 3 неделя. Интернет консультация в группе в Контакте «Игры зимой»
- 4 неделя. Индивидуальные беседы на тему «Домашний спортзал»

Февраль

- 1 неделя. Индивидуальные беседы по интересам родителей
- 2 неделя. Праздник с папами
- 3 неделя. Консультация «Дома не скучаем» развитие двигательных навыков и умений в домашних условиях.
- 4 неделя. Интернет-консультация в группе в Контакте «Держим спинку»

Март

- 1 неделя. Наглядная информация: «Выбираем вид спорта»
- 2 неделя Консультация: «Погоуляем, поиграем»
- 3 неделя. Рекомендации (брошюра) по формированию основных движений «Любим прыгать»
- 4 неделя. Наглядная информация «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой»

Апрель

- 1 неделя. Консультация - рекомендации «Как научить ребенка кататься на двухколесном велосипеде»
- 2 неделя. Консультация «Закаливание детского организма»
- 3 неделя. Консультация на тему: «Игры, которые лечат»
- 4 неделя. Индивидуальные беседы на тему: «Если ребёнок не хочет заниматься спортом»

Май

- 1 неделя. Консультация «Ролики – пособие для начинающих»
- 2 неделя. Спортивный альманах «Где можно заниматься спортом в п. Металлострой»
- 3 неделя. Консультация. Памятка для родителей по оздоровлению детей.
- 4 неделя. Наглядная информация: «Чем занять ребёнка летом»

2.4. ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений в ГБДОУ детский сад № 3 представлена:

- Технология программы Авдеевой Н.Н. и др. «Основы безопасности детей дошкольного возраста» Программа для дошкольных образовательных учреждений СПб.: «Детство-Пресс», 2010.
- Системой валеологического сопровождения детей

Программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста» предусматривает следующие цели и задачи:

Цели:

- Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности и формирование предпосылок экологического сознания (безопасности окружающего мира).

Задачи:

- формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них;
- приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения;
- передачу детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства;
- формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям.

Формы работы:

- проведение игровых спортивных упражнений и подвижных игр, включающих в себя содержательную сторону некоторых разделов программы (например: «красный, желтый, зеленый», «стоп», «к своим знаком», «на пожар», «задымленный коридор»);
- пополнение РППС элементами, направленными на освоение детьми норм и правил безопасного поведения в физкультурном зале, на участке;
- беседы-размышления, тематические спортивные досуги, видео презентации для детей, игры с «парашютом», совместное изготовление плакатов и коллажей по темам здоровья, дорожная безопасность и т.д..

Система валеологического сопровождения детей.

Цель: Формирование у детей дошкольного возраста правильного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Задачи:

- охрана и укрепление здоровья;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование знаний о своём организме;
- формирование чувства ответственности за своё здоровье и здоровье окружающих.

Формы работы:

- Рассмотрение иллюстраций. «Полезная и вредная пища», «Мои органы чувств», «Моё тело», «Руки людей», «Для чего людям нужны ноги»
- Наблюдение. «Я и моё тело»,
- Ситуативные разговоры с детьми «Почему я вижу» «Как я распознаю запахи» «Руки, ноги – мои помощники»

- Комплексы закаливающих процедур (воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам, полоскание горла, гимнастика (утренняя, бодрящая, дыхательная), использование приемов самомассажа и др.)
- Рассказы, беседы. «Путешествие в страну «Неболейка»
- Чтение, рассматривание и обсуждение познавательных книг о здоровье и здоровом образе жизни человека.
- Дидактические игры. «В мире сказок и приключений», «Зачем ножки малышам», «Зачем носик малышам», «Малыши-крепыши», «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».
- Проектная деятельность на темы: «Я расту», «Кладовая витаминов», «Мы все такие разные» .
- Создание коллажей, о ЗОЖ. здоровом образе жизни человека.
- Тематические досуги: «В гостях у Айболита»; «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья».
- Вовлечение родителей в образовательный процесс ДОУ (совместные проекты «Наш выходной», «Папа, мама, я – спортивная семья»; игротренинги «Навстречу друг другу» с детьми и родителями).

III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально-техническое обеспечение Программы

В ДОУ имеется совмещенный музыкально-физкультурный зал, который оснащён нестандартным спортивным оборудованием (модули), атрибутам для спортивных и подвижных игр; имеется мультимедийное оборудование.

Для занятий физической культурой имеются следующие атрибуты для проведения ОРУ, О.В.Д. и подвижных игр:

Для ОРУ:

1. кегли;
2. ленты;
3. верёвочки;
4. платочки;
5. обручи разных размеров;
6. флажки;
7. кубики;
8. султанчики;
9. мячи резиновые, мячи пластмассовые (разного размера);
10. гимнастические палки;

Для О.В.Д.:

1. набивные мячи;
2. мешочки с песком;
3. скакалки;
4. туннели;
5. дуги;
6. ребристая доска, массажная дорожка;
7. канат;
8. гимнастическая скамейка;
9. мячи – футбольные, баскетбольные, волейбольные;
10. мат;
11. кольцо для игры баскетбол;

Для подвижных и спортивных игр:

1. ленты;
2. бубен большой и маленькие;
3. колокольчики;
4. бадминтон;
5. маски;
6. рули;
7. дидактические игры на темы: «спорт», «здоровье»;
8. Дидактический материал по теме «Спорт. Спортивные профессии»;
9. Презентации на тему «зимние спортивные виды спорта».
10. «парашют»

3.2.Обеспеченность Программы методическими материалами и средствами обучения и воспитания

- Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. М.; Мозаика - Синтез, 2015.
- Т.Е. Харченко. Бодрящая гимнастика для дошкольников. Санкт-Петербург ДЕТСТВО – ПРЕСС, 2015.
- Т.Е. Харченко Спортивные праздники в детском саду. «Сфера» Москва 2013.
- О.Н.Козак. Зимние игры для больших и маленьких. «Союз» С.-Петербург. 1999.
- Э.Й.Адашкявичене. Спортивные игры и упражнения в детском саду. Книга для воспитателя детского сада. Москва «Просвещение» 1992.
- Т.А. Шорыгина беседы о здоровье. Методическое пособие. «Сфера» Москва 2005.
- М. Борисова. Тематические подвижные игры для дошкольников. Методическое пособие. Москва, обруч, 2015.
- Т.О. Крусева справочник инструктора по физической культуре. В детских дошкольных учреждениях. Ростов – на – Дону, Феникс 2005.

Перспективное планирование по физической культуре на год

на сентябрь – октябрь – ноябрь 2017-2018уч.г.

Содействовать гармоничному физическому развитию детей.

Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта:

- ✓ Выполнять основные элементы ОРУ, основные движения, спортивные упражнения
- ✓ Соблюдать и контролировать правила в подвижных играх
- ✓ Воспринимать показ педагога как образец для самостоятельного выполнения упражнений
- ✓ Формировать потребность в двигательной активности
- ✓ Развивать быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, координацию, силу.

Интеграция образовательной области «физическое развитие» с другими образовательными областями:

- ✓ «Социально-коммуникативное развитие» - воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр; развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.
- ✓ «Познавательное развитие» - обсуждение временных интервалов и некоторых их показателей (скорость: быстрее – медленнее), определение удаленности (дальше – ближе); упражнять в счете (счет движений), использование цифр и геометрических фигур, закрепление цвета и форм разных фигур, умение ориентироваться в пространстве.
- ✓ «Речевое развитие» - продолжать побуждать детей к проговариванию своих действий, употреблять тексты стихотворений и потешек в играх и упражнениях, использовать сюжеты прочитанных сказок на физкультурных занятиях
- ✓ «Художественно-эстетическое развитие» - приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр; воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.

на декабрь – январь – февраль 2017-2018уч.г.

Содействовать гармоничному физическому развитию детей.

Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта:

- ✓ Формировать умение правильно выполнять движения, развивать произвольности во время выполнения движений;
- ✓ Воспитывать личностные качества (активности, самостоятельность, инициативу, творчество);
- ✓ Закреплять умение ориентироваться в пространстве.
- ✓ Формировать умение построениям, перестроениям, соблюдая дистанцию во время движения.
- ✓ Продолжать учить размыканию и смыканию на вытянутые руки.
- ✓ Формировать умения выполнять ведущую роль в подвижной игре, соблюдать правила в подвижных играх

Интеграция образовательной области «физическое развитие» с другими образовательными областями:

- ✓ «Социально-коммуникативное развитие» - воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр; развивать у детей умения организованность, самостоятельность, инициативность.
- ✓ «Познавательное развитие» - упражнять в умении в счете (счет движений), использование цифр и геометрических фигур, закреплять умение ориентироваться в пространстве.
- ✓ «Речевое развитие» - продолжать побуждать детей употреблять тексты стихотворений и потешек в играх и упражнениях, использовать сюжеты прочитанных сказок на физкультурных занятиях.

- ✓ «Художественно-эстетическое развитие» - приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр. Формировать умения к красоте, грациозности, выразительности движений.

на март – апрель – май 2017-2018уч.г.

Содействовать гармоничному физическому развитию детей.

Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта:

- ✓ уверенному и активному выполнению основных элементов техники основных движений.
- ✓ соблюдения и контролю правил в подвижных играх.
- ✓ самостоятельному проведению подвижных игр и упражнений.
- ✓ умение ориентироваться в пространстве.
- ✓ Целенаправленно развивать быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость.
- ✓ Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

Интеграция образовательной области «физическое развитие» с другими образовательными областями:

- ✓ «Социально-коммуникативное развитие» - развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.
- ✓ «Познавательное развитие» - обсуждение временных интервалов. Упражнять в счете (счет движений). Использование цифр и геометрических фигур, закрепление форм и цвета разных фигур. Умение ориентироваться в пространстве.
- ✓ «Речевое развитие» - продолжать побуждать детей к проговариванию текста стихотворений и считалок в играх и упражнениях.
- ✓ «Художественно-эстетическое развитие» - продолжать приучать детей к самостоятельному использованию физкультурного инвентаря и атрибутов в подвижных играх. Продолжать воспитывать красоту и выразительность движений.

«Летний период 2017-2018уч.г.

Содействовать гармоничному физическому развитию детей.

Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта:

- ✓ уверенному и активному выполнению основных элементов техники основных движений.
- ✓ соблюдения и контролю правил в подвижных играх.
- ✓ умение ориентироваться в пространстве.
- ✓ продолжать развивать быстроту, скорость, общую выносливость.
- ✓ формировать потребность в двигательной активности
- ✓ продолжать учить воспринимать показ упражнения педагога как образец для самостоятельного выполнения упражнений.

Интеграция образовательной области «физическое развитие» с другими образовательными областями:

- ✓ «Социально-коммуникативное развитие» - развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Продолжать воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр на занятиях и занятиях на улице.
- ✓ «Познавательное развитие» - Упражнять в счете (счет движений). Использование цифр и геометрических фигур. Умение ориентироваться в пространстве.
- ✓ «Речевое развитие» - продолжать побуждать детей к проговариванию текста считалок в играх и упражнениях.
- ✓ «Художественно-эстетическое развитие» - продолжать приучать детей к самостоятельному использованию физкультурного инвентаря и атрибутов в подвижных играх. Привлекать внимание детей к их внешнему виду на физкультурном занятии.

Карта физического развития детей средней группы «Радуга».

| № п/п | Фамилия Имя ребенка | Возраст | Бег 10 м | Прыжок в длину с места | Выносливость Поднимание ног в положение лежа на спине | Метание мешочка | | Статическое равновесие | Гибкость Наклон туловища вперед |
|-------|---------------------|---------|----------|------------------------|--|-----------------|------------|------------------------|------------------------------------|
| | | | | | | Правая рука | Левая рука | | |
| 1. | | | | | | | | | |
| 2. | | | | | | | | | |
| 3. | | | | | | | | | |
| 4. | | | | | | | | | |
| 5. | | | | | | | | | |
| 6. | | | | | | | | | |
| 7. | | | | | | | | | |
| 8. | | | | | | | | | |
| 9. | | | | | | | | | |
| 10. | | | | | | | | | |
| 11. | | | | | | | | | |
| 12. | | | | | | | | | |
| 13. | | | | | | | | | |
| 14. | | | | | | | | | |
| 15. | | | | | | | | | |
| 16. | | | | | | | | | |
| 17. | | | | | | | | | |
| 18. | | | | | | | | | |
| 19. | | | | | | | | | |
| 20. | | | | | | | | | |
| 21. | | | | | | | | | |
| 22. | | | | | | | | | |
| 23. | | | | | | | | | |

«-» не сформировано; «- +» частично сформировано; «+» сформировано полностью.