**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад № 3 общеразвивающего 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](mailto:dc_3@mail.ru)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
|  | **УТВЕРЖДАЮ**  Заведующий  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.А.Фролова |
|  | Приказ № 87-О от 31.08.2018г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**для детей средней группы**

**на 2018-2019 учебный год**

Составлена:

Мишуниной Т.А.

|  |  |
| --- | --- |
| **ПРИНЯТО**  Педагогическим советом  Протокол № \_1\_\_ от  31 августа 2018 г. |  |

2018г.

СОДЕРЖАНИЕ

|  |  |
| --- | --- |
| Содержание раздела | Стр. |
| I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ | 3 |
| 1. Пояснительная записка | 3 |
| * 1. Цели и задачи программы | 4 |
| * 1. Принципы реализации программы | 5 |
| 1.3Возрастные особенности развития детей | 5 |
| 1.4Планируемые результаты освоения программы | 7 |
| II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ | 8 |
| 2.1. Содержание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка | 8 |
| 2.2. Формы организации образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие» | 8 |
| 2.2.1. Основными средствами физического воспитания | 9 |
| 2.2.2. Содержание образовательной области «Физическое развитие» | 9 |
| 2.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников | 10 |
| 2.4. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений | 12 |
| III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ | 14 |
| 3.1. Материально-техническое обеспечение Программы | 14 |
| 3.2.Обеспеченность Программы методическими материалами и средствами обучения и воспитания | 15 |
| ПРИЛОЖЕНИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ   * Приложение №1, Учебный план * Приложение №2, Система образовательной деятельности * Приложение №3, Система физкультурно оздоровительной работы * Приложение №4, Режимы дня * Приложение №5 Перспективное планирование по физической культуре на год * Приложение №6 Карта физического развития детей группы |  |

I 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. «Образовательная программа дошкольного образования (с приоритетным осуществлением познавательного и речевого развития детей»

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. **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.

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, 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, 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.

Проговаривая последовательность движений по ходу их выполнения, педагог 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 педагог 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. Закрепляется умение ходить,      координирую 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 педагог 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. Детей необходимо  обучать подлезать под предметы по гимнастической скамейке на животе, с подтягиванием с помощью рук, с опорой на стопы и ладони. К показу этих движений педагог привлекает кого-нибудь из детей, заранее подготовленных, а сам дает 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 и 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.

Возрастные особенности средней группы «Капелька»

В группе 24 человека из них: мальчиков - 8 , девочек - 16 .

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

В владение основными культурно-гигиеническими навыками выполняют действия мытье рук, лица, 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).

В 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.

В 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.

В 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.

**1.4.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

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.

**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.

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 «Образовательная программа дошкольного образования (с приоритетным осуществлением познавательного и речевого развития детей».

**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 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.

***«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 проводятся 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 сохранение 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) | Совместная деятельность с семьей |
| Утренняя гимнастика (традиционная; сюжетная; игрового характера; с использованием элементов ритмической гимнастики, танцевальных движений).  Бодрящая гимнастика после сна.  Закаливающие процедуры.  Дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз  Подвижные игры. Решение игровых задач и элементарных проблемных ситуаций, дидактические игры . | Физкультурные занятия:  сюжетные,  игровые,  комплексные.  Элементарная проектная деятельность тематического характера.  Цикл занятий (развлечений) по ПДД (мой друг светофор и его помощники) | Рассматривание познавательных книг, тематических иллюстраций, фотографий о спорте  Подвижные игры «лягушки и цапля», «совушка», «угадай, чей голосок?».  Игры-имитации, хороводные игры  Спортивные праздники и развлечения («Весёлый урок физкультуры») | Вовлечение родителей в образовательный процесс ДОУ:  семейные проекты;  физкультурные досуги и праздники (первые старты с мамой; первые старты с папой);  родительский физкультурный  тренинг для родителей с детьми «Навстречу друг другу».  Психолого-педагогическое просвещение родителей через  «Спортивная страничка», информационные листы, беседы и консультации  Анкетирование, брошюры, конкурсы |

**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**

* Шпаргалка для родителей «Требования к форме одежды детей на занятиях по физической культуры»
* Наглядная информация «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой»

**Октябрь**

* Консультация на тему: «Лечебное воздействие дыхательной гимнастики»
* Фотовыставка «Моя спортивная семья»
* Наглядная информация. Спортивные картинки «Зачем заниматься утренней гимнастикой»

**Ноябрь**

* Консультация «зарядка для красивой осанки»
* Шпаргалка «Как приучить ребенка заботится о своем здоровье»
* Интернет  информация в группе в Контакте : «развивающие упражнения с мячом»

**Декабрь**

* Наглядная информация: «Здоровый ребёнок в ваших руках»
* Консультация: «Мяч – полезная игрушка. Возможность развивать ребёнка в играх с мячом»
* Наглядная информация. Спортивный магазин «Физкультурное оборудование своими руками»

**Январь**

* Консультация «Зарядка – это весело».
* Консультация. Спортивные картинки. «Физкультура вместе с мамой и папой»
* Индивидуальные беседы на тему «Домашний спортзал»

**Февраль**

* Праздник с папами «Первые старты с папой»
* Интернет-консультация в группе в Контакте «Держим спинку»

**Март**

* Наглядная информация: «Выбираем вид спорта»
* Консультация: «Погуляем, поиграем»
* Рекомендации (брошюра) по формированию основных движений «Любим прыгать»

**Апрель**

* Консультация - рекомендации «Как научить ребенка кататься на двухколесном велосипеде»
* Консультация  на тему: «Игры, которые лечат»
* Индивидуальные беседы на тему: «Если ребёнок не хочет заниматься спортом»

**Май**

* Консультация «Ролики – пособие для начинающих»
* Спортивный альманах «Где можно заниматься спортом в п. Металлострой»
* 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.
* Технология системно-деятельностного подхода «Дом я живу»
* 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 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..

**Технология системно-деятельностного подхода «Дом я живу»** предусматривает:

Цель:Во влечение детей среднего дошкольного возраста в разные виды деятельности, способствующие:

• развитию познавательных интересов;

• формированию норм социального поведения;

Задачи: Приобщение ребенка к социальному миру.

* Воспитание любви и уважения к членам своей семьи Формировать чувства уверенности, умения сопереживать.
* Формировать представлений о профессиях взрослых в детском саду, представлений о своем доме ,улице., любимом месте для игр.
* Конструктивного взаимодействовать с семьями воспитанников в целях осуществления полноценного развития каждого ребенка.

Этапы реализации технологии:

I этап: «Вот Я какой!»

II этап: «Я и моя семья»

III этап: «Наш любимый детский сад»

IV этап: «Это твой, это мой, это наш Металлострой»

Вариативные формы работы с детьми:

* Беседы на темы: «Мы все такие разные», «моя семья», «мама, папа, я – спортивная семья»
* Проблемные ситуации социального характера «Что такое хорошо, что такое плохо».
* Привлечение детей к участию в жизни родного поселка (день рождения, масленица, веселые старты).

Способы конструктивного взаимодействия с родителями и социумом

* Изготовление альбомов и /или/ информационных листов: «Мой дом», «Наш спортивный выходной день», «мой спортивный уголок дома».
* Вовлечение родителей в участие в различных мероприятиях посёлка Металлострой спортивной тематики.
* Организация и проведение совместных досуговых мероприятий с родителями (первые старты с мамой, первые старты с папой).
* Составление маршрутного листа «Мой путь от дома до стадиона «Искра»».

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:

* Рассматривание 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 совмещенныймузыкально-физкультурный зал**,** которыйоснащён 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.