

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 54 комбинированного вида  
Красносельского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
Образовательного учреждения  
протокол от 06.10.2017 № 2

УЧТЕНО  
мотивированное мнение  
совета родителей  
Образовательного учреждения  
протокол от 06.10.2017 № 2

УТВЕРЖДЕНО  
приказом от 09.10.2017 № 108-09



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ ВТОРОЙ МЛАДШЕЙ ГРУППЫ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
(3-4 ГОДА)  
НА 2017-2018 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Автор составитель  
инструктор по физической культуре  
**Черепанова Оксана Владимировна**

Санкт-Петербург  
2017 год

## СОДЕРЖАНИЕ

I	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.1.1	Цели и задачи реализации программы	4
1.1.2	Принципы и подходы к формированию программы	6
1.1.3	Характеристика особенностей развития детей	7
1.2	Планируемые результаты освоения программы	9
II	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	10
2.1	Содержание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»	10
2.2	Особенности работы в летний период	14
2.3	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы	15
2.4	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	18
III	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	18
3.1	Модель организации образовательного процесса	18
3.2	Организация развивающей предметно-пространственной среды	19
3.3	Система педагогической диагностики индивидуальных достижений детьми планируемых результатов освоения программы	21
3.4	Методическое обеспечение образовательного процесса	21

## **І.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### **1.1 Пояснительная записка**

Рабочая программа инструктора по физической культуре по освоению образовательной области «Физическое развитие» детьми младшего дошкольного возраста (3-4 года) была разработана в соответствии со следующими нормативными документами: Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»; Постановления от 15.05.2013 № 26 Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"; на основе Основной образовательной программы дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 54 комбинированного вида Красносельского района Санкт-Петербурга (далее – образовательное учреждение).

В общей системе образования и воспитания физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Формирование физических качеств, двигательных умений и навыков тесно связано с психическим здоровьем ребенка, с воспитанием эстетических чувств и нравственно – волевых черт личности.

Программа обеспечивает развитие детей двигательных умений и навыков, направлена на воспитание их физических качеств, развитие координации движений, пространственной ориентации и способствует укреплению физического и психического здоровья в формах, специфических для детей каждой возрастной группы, с учетом их индивидуальных особенностей, усвоение теоретических знаний из области физической культуры, интереса и потребности в физическом совершенствовании, всестороннем формировании личности ребёнка.

Физическое воспитание дошкольников должно предусматривать систему физических упражнений, приносящих ребёнку положительные эмоции, исключение стрессовых ситуаций и страха перед выполнением движений; достаточную интенсивность и большое разнообразие двигательных действий; многовариативность форм физкультурно – оздоровительной работы и активного отдыха детей, возможность индивидуального и дифференцированного подхода к подбору упражнений; частую смену нагрузок и отдыха в режиме дня ребёнка; преемственность в деятельности детей разных возрастных групп дошкольной образовательной организации; гибкий график проведения оздоровительных мероприятий в зависимости от состояния здоровья, утомления, климатических и погодных условий; сезонность применения физических упражнений; ежедневное проведение занятий по физической культурой; взаимосвязь задач физического воспитания с другими сторонами воспитания.

Приоритетным направлением в работе с детьми дошкольного возраста должно быть физическое воспитание дошкольников, направленное на повышение сопротивляемости детского организма к неблагоприятным факторам внешней и внутренней среды, усвоение теоретических знаний из области физической культуры, формирование двигательных умений и навыков, развитие физических и психических качеств и способностей, интереса и потребности в физическом совершенствовании, всестороннем формировании личности ребёнка. Физическое воспитание дошкольников должно предусматривать систему

физических упражнений, приносящих ребенку положительные эмоции, исключение стрессовых ситуаций и страха перед выполнением движений; достаточную интенсивность и большое разнообразие двигательных действий; многовариативность форм физкультурно – оздоровительной работы и активного отдыха детей, возможность индивидуального и дифференцированного подхода к подбору упражнений; частую смену нагрузок и отдыха в режиме дня ребенка; преемственность; гибкий график проведения оздоровительных мероприятий в зависимости от состояния здоровья, утомления, климатических и погодных условий; сезонность применения физических упражнений; ежедневное проведение занятий по физической культурой; взаимосвязь задач физического воспитания с другими сторонами воспитания. Организационными формами работы по физической культуре в образовательном учреждении являются: физкультурные занятия; физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры, физкультминутки, закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями); активный отдых (физкультурные досуги, спортивные праздники, Дни здоровья, туристические походы); самостоятельная двигательная деятельность детей; работа с семьей.

Самостоятельная двигательная деятельность детей дошкольного возраста протекает под наблюдением педагога. Содержание и продолжительность занятий физическими упражнениями определяются самими детьми. Характер этих занятий зависит от индивидуальных данных, подготовленности, возможностей и интересов дошкольников. Успешное решение задач физического воспитания возможно лишь при осуществлении индивидуального подхода к детям во взаимосвязанной работе образовательного учреждения и семьи.

Все формы и виды работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим, обеспечивающий ежедневные занятия ребенка физической культурой.

Основой физического здоровья ребенка следует считать уровень развития и особенности функционирования его органов и систем. Уровень развития обусловлен программой, которая природой заложена в каждом ребенке и опосредована его базовыми потребностями. Именно удовлетворение доминирующих базовых потребностей является условием индивидуально – гармоничного развития ребенка.

Современный педагог, работая с дошкольниками, призванный заботиться о здоровье ребенка, не вправе относиться к нему как к уменьшенной копии взрослого человека, так как каждому возрастному периоду свойственны свои особенности строения и функционирования.

### **1.1.1 Цели и задачи реализации программы**

Целью программы является создание благоприятных условий для гармоничного физического и психического развития ребенка, для сохранения и укрепления здоровья, для совершенствования функций формирующегося организма и полноценного развития основных движений.

Целью физического воспитания становится формирование привычки к здоровому образу жизни. Между тем, поставленная цель может реализоваться только в комплексности решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач во всех направлениях работы с дошкольниками.

Решение обозначенных в рабочей программе целей и задач воспитания возможно только при систематической и целенаправленной поддержке педагогом различных форм детской активности и инициативы. Заботясь о здоровье и всестороннем воспитании детей, педагоги дошкольных образовательных

учреждений совместно с семьёй должны стремиться сделать счастливым детство каждого ребёнка.

### **Задачи физического развития:**

**Оздоровительные задачи** направлены на охрану жизни и укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости к заболеваниям, неблагоприятным воздействиям внешней среды и работоспособности организма. Более того, охрана и укрепление физического здоровья воспитанников ДОО являются одной из основных задач детского сада.

Учитывая специфику данного термина, оздоровительные задачи физического воспитания определяются применительно к каждой возрастной группе воспитанников в более конкретной форме:

помогать формированию изгиба позвоночника, развитию сводов стопы, укреплению связочно – суставного аппарата, способствовать развитию всех групп мышц (особенно – мышц-разгибателей), формированию опорно – двигательного аппарата и развитию двигательного анализатора;

способствовать правильному соотношению частей тела и правильному функционированию внутренних органов, совершенствованию деятельности сердечно – сосудистой и дыхательной систем, развитию органов чувств, функции терморегуляции и центральной нервной системы (тренировать процессы возбуждения и торможения, их подвижность).

**Образовательные задачи** предполагают формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств и двигательных способностей, передачу простейших понятий о физической культуре и доступных знаний о спорте.

**Воспитательные задачи**, направленные на формирование культурно – гигиенических навыков и потребности в здоровом образе жизни, формирование культуры чувств и эстетического отношения к физическим упражнениям. Благодаря физическому воспитанию создаются благоприятные условия:

для воспитания волевых качеств личности (смелость, решительность, выдержка, настойчивость и т.д.);

для формирования положительных черт характера (организованность, скромность и др.);

для нравственных основ личности (чувства собственного достоинства, справедливости, товарищества, взаимопомощи и т.п.).

Решение обозначенных в программе цели и задач возможно только при построении целостной системы по физическому воспитанию детей с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия работы по формированию физических способностей и качеств детей, с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей, обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, а также формирование основ здорового образа жизни.

Система работы по физическому воспитанию включает в себя три направления:

#### **Работа с детьми**

Построение модели приобщения детей к физической культуре и спорту, способствующей 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 и саморегуляции в двигательной сфере; овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирование у них привычки заботиться о своем здоровье:

Организация благоприятных условий для формирования здоровой и физически крепкой личности, воспитания у детей созидательного отношения к своему здоровью.

Обновление содержания образовательного процесса здоровьесберегающими технологиями, ориентированными на развитие целостной, физически подготовленной, культурно-нравственной личности ребенка; формирование у него основ здоровья и физических качеств, соответствующих возрастным, индивидуальным и личностным особенностям и возможностям; воспитание у детей чувства ответственности за свое здоровье, формирование целостного понимания здорового образа жизни.

Использование приемов интеграции в процессе приобщения детей к здоровому образу жизни.

Организация предметно-развивающей среды, повышающей двигательную компетентность детей в разных видах деятельности.

Забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребёнка.

Создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству.

Максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности образовательного процесса.

Творческая организация образовательного процесса.

Вариативность использования образовательного материала, позволяющее развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребёнка.

Уважительное отношение к результатам детского творчества.

Единство подходов к воспитанию детей в условиях дошкольного образовательного учреждения и семьи.

#### **Работа с педагогами**

Повышение уровня профессиональной компетентности педагогического коллектива в вопросах физического развития и оздоровления детей:

Построение целостного педагогического процесса по физическому воспитанию и оздоровлению дошкольников, обеспечение качественной и эффективной поддержки педагогов в вопросах здоровье сбережения и здоровье сохранения.

Обеспечение освоения внедряемых здоровьесберегающих технологий в процессе физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

#### **Работа с родителями**

Обеспечение педагогической поддержкой в вопросах охраны и укрепления здоровья детей.

Формирование у родителей (законных представителей) воспитанников активной позиции на единство подходов в воспитании.

Вовлечение родителей (законных представителей) воспитанников в образовательный процесс.

### **1.1.2 Принципы и подходы к формированию программы**

Наряду с общепедагогическими дидактическими **принципами** (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

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

*Принцип разностороннего и гармоничного развития личности*, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и

художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.

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

*Принципа комфортности* в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

*Принцип индивидуализации* позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию, учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя

*Принцип возрастной адекватности физических упражнений.*

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

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

*Принципа интеграции образовательных областей* в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей

Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непрерывной образовательной деятельности, но и организация образовательной деятельности в режимных моментах.

### 1.1.3 Характеристики особенностей развития детей

Младший возраст — важнейший период в развитии дошкольника, который характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В это время происходит переход ребенка к новым отношениям с взрослыми, сверстниками, предметным миром.

В раннем возрасте ребенок многому научился: он освоил ходьбу, разнообразные действия с предметами

Психологи обращают внимание на «*кризис трех лет*», когда младший дошкольник, еще недавно такой покладистый, начинает проявлять нетерпимость к опеке взрослого, стремление настоять на своем требовании, упорство в осуществлении своих целей. Это свидетельствует о том, что **прежний тип взаимоотношений взрослого и ребенка должен быть изменен в направлении предоставления дошкольнику большей самостоятельности и обогащения его деятельности новым содержанием.** Если же новые отношения с ребенком не складываются, его инициатива не поощряется, самостоятельность постоянно ограничивается, то возникают собственно кризисные явления в системе ребенок — взрослый, что проявляется в капризах, упрямстве, строптивости, своеволии по отношению к взрослым (в контактах со сверстниками этого не происходит).

Характерное для младшего дошкольника требование «я сам» отражает прежде всего появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень возможностей. Поэтому задача взрослого, в том числе и инструктора по физической культуре — поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать его веру в собственные силы, высказывая нетерпение по поводу его медленных и неумелых действий. **Необходимо помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности (Я — молодец!).**

Самостоятельность формируется у младшего дошкольника в совместной деятельности со взрослыми и непосредственно в личном опыте. В совместной деятельности инструктор помогает ребенку освоить новые способы и приемы действий. Он постепенно расширяет область самостоятельных действий ребенка с учетом его растущих возможностей и своей положительной оценкой усиливает стремление без помощи взрослого добиться лучшего результата.

*Три года* — это возраст, когда ребенок вступает в период дошкольного детства. Основные показатели физического развития ребенка на этот момент таковы: рост  $96 \pm 4,3$  см, вес  $12,5 \pm 1$  кг, окружность грудной клетки  $51,7 \pm 1,9$  см, окружность головы 48 см, количество молочных зубов 20. Объем черепной коробки трехлетнего ребенка составляет уже 80% от объема черепа взрослого. Особенности опорно-двигательного аппарата. Физиологические изгибы позвоночника ребенка четвертого года жизни неустойчивы, кости и суставы легко подвергаются деформации под влиянием неблагоприятных воздействий. Суставы пальцев могут деформироваться (например, если малыш часто лепит из слишком жесткого пластилина). Неправильные позы (сведение плеч, опускание одного плеча, постоянно опущенная голова) могут стать привычными, нарушается осанка. А это, в свою очередь, отрицательно сказывается на функции кровообращения и дыхания. В период 3—4 лет диаметр мышц увеличивается в 2—2,5 раза, происходит дифференциация мышечных волокон. Детям, особенно в начале четвертого года жизни, легче даются движения всей рукой (прокатить мяч, машину), поскольку крупная мускулатура в своем развитии опережает мелкую. Но постепенно в процессе изобразительной деятельности, в строительных и дидактических играх совершенствуются движения кисти и пальцев. Поднимание рук вверх, в стороны, наклоны, покачивания и повороты туловища одновременно способствуют овладению своим телом. Дыхательные пути у детей отличаются от таковых у взрослых. Просветы воздухоносных путей (гортань, трахея, бронхи, носовые ходы) у ребенка значительно уже. Слизистая оболочка, их выстилающая, нежна и ранима. Это создает предрасположенность к воспалительным заболеваниям органов дыхания. Ребенок трех-четырёх лет еще не может сознательно регулировать дыхание и согласовывать его с движением. Важно приучать детей дышать носом естественно и без задержки. Очень полезны для малышей упражнения, требующие усиленного выдоха: игры с пушинками, легкими бумажными изделиями. Сердечно-сосудистая система по сравнению с органами дыхания лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребенка работает хорошо лишь при условии посильных нагрузок. Скорость кровотока у детей больше, чем у взрослых. Кровяное давление в среднем составляет 95/58 мм ртутного столба. В дошкольном возрасте происходит совершенствование строения и деятельности центральной нервной системы. К трем годам у ребенка бывает обычно достаточно развита способность к анализу и синтезу воздействий окружающей среды. В этих процессах значительная роль принадлежит не только непосредственному восприятию, но и речи, с помощью которой ребенок обобщает и уточняет воспринимаемое. Развивающаяся способность к концентрации возбуждения облегчает сосредоточение детей на учебном материале. Однако оно легко нарушается при изменении обстановки под влиянием возникающего ориентировочного рефлекса. Если на занятии в момент объяснения с улицы донесся какой-то шум или в комнату вошел



посторонний, дети мгновенно отвлекаются. Воспитатели на этот случай должны знать приемы, с помощью которых можно с минимальной затратой времени переключить внимание детей на учебное задание. Процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга легко иррадируют. Внешне это выражается в лишних движениях, суетливости, дети много говорят или, наоборот, замолкают. Часто наблюдается повышенная возбудимость, и это приводит к быстрой утомляемости детей. У ребенка 3—3,5 лет взаимодействие сигнальных систем еще несовершенно. Уровень межанализаторных связей таков, что в момент выполнения упражнений дети порой не могут воспринимать словесные коррективы воспитателя. Более эффективным будет оказать ребенку непосредственную помощь: повернуть его корпус, руки, задавая правильную амплитуду движений, и т.д. На этом этапе важно гармонично сочетать непосредственные и словесные воздействия на детей.

*Основные направления физического развития в младшем возрасте:*

Содействовать гармоничному физическому развитию детей.

Способствовать становлению и обогащению двигательного опыта: выполнению основных движений, общеразвивающих упражнений, участию в подвижных играх.

Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.

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

Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

То или иное эмоциональное состояние ребенка проявляется в индивидуальной манере движения, называемой выразительной моторикой (мимика, пантомимика). Большая часть внешних проявлений эмоциональной сферы в движении характеризует, так называемый, эмоциональный фон ребенка (его эмоциональное отношение к миру вообще, будь то мир людей или предметов), его чувствительность (одно и то же событие у кого-то вызывает переживания», а кого-то оставляет равнодушным), глубину эмоциональных переживаний, подвижность эмоции в движении. Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя.

## **1.2 Планируемые результаты освоения программы**

Требования к результатам освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Ребенок владеет соответствующими возрасту основными движениями. Проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности. Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях. Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время). Ребенок самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры. Самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания. Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1 Содержание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»

Цель: формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой; Гармоничное физическое развитие воспитанников.

Задачи:

- 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.
- 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.  
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни
  - Дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение
  - 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
- Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта
- Развивать умение ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрёстную координацию движений рук и ног.
  - Приучать действовать совместно.
  - Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить своё 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 лазания, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.
  - Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
  - Развивать умения энергично отталкиваться двумя ногами на месте и с продвижением вперёд; 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, трехколёсном велосипеде, лыжах.
- 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.

Физическое воспитание дошкольника предполагает не только формирование различных двигательных умений и навыков, но и приобретение опыта чувственного познания собственных двигательных возможностей и своего места в окружающем мире. Физическое воспитание в современном дошкольном учреждении, как указывают многие исследователи, должно опираться на создание предпосылок для интегративного развития средствами физической культуры интеллектуальных способностей. Отличительная черта физического воспитания детей дошкольного возраста – это органическая связь с умственным воспитанием.

Включение олимпийского образования в процесс обучения дошкольного учреждения способствует формированию у детей интереса к физическому совершенствованию. Основные теоретические сведения излагаются воспитателем один раз в неделю в форме бесед, игр, рассматривание репродукций и видеоматериала. Ребенок пополняет словарный запас и накапливает тот теоретический опыт, который в дальнейшем он повторит и закрепит в сюжетной двигательной деятельности.

### **Общие задачи на первый квартал**

#### Построения.

Учить строиться в шеренгу, в колонну по одному, в круг по ориентирам.

#### Ходьба, бег.

Ходить и бегать в прямом направлении стайкой, в колонне по одному, по кругу по ориентирам. Чередовать ходьбу и бег, меняя движение по сигналу воспитателя. Останавливаться по сигналу во время движения. сохранять правильную осанку, перекрёстную координацию движений рук и ног.

#### Равновесие.

Учить сохранять устойчивое равновесие при движении между предметами и по ограниченной площади опоры.

Техника. Направление взгляда вперёд, положение туловища, головы.

### Прыжки.

Учить умению отталкиваться и мягко приземляться при подпрыгивании на месте на двух ногах, в прыжках с продвижением вперёд, вокруг предметов, через линию, между предметами, вверх до предмета.

Техника. Одновременное отталкивание от пола, координация движений, положение головы, стоп, взмах руками.

### Школа мяча, метание.

Упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении. Учить: прокатывать мяч друг другу из разных и.п., до ориентира, через воротики, между предметами; бросать и ловить мяч в паре с воспитателем; метанию вдаль правой и левой рукой.

Техника: обрабатывать толчок мяча пальцами обеих рук одновременно; направление движения; работа рук при броске и ловле, положение рук на мяче.

### Ползание, лазание.

Упражнять в ползании на четвереньках по прямой, вокруг предметов, между предметами, под воротиками.

Техника: взгляд вперёд, положение головы, координация движений.

Спортивные упражнения. Катание на самокате и трёхколёсном велосипеде (при наличии). Ездить в прямом направлении.

Техника: учить правильно вставать на самокат и садиться на велосипед, слезать с него. Сохранять равновесие. Управлять рулём.

## **Общие задачи на второй квартал**

Построения. Учить детей строиться в шеренгу, парами (с помощью взрослого), размыкаться шагом. Закреплять ранее полученные навыки построений и перестроений.

Ходьба, бег. Ходить в рассыпную между предметами, парами, приставным шагом боком. Бегать в рассыпную, «змейкой», с изменением направления движения. Развивать координацию движений.

Равновесие. Учить сохранять устойчивое равновесие при движении по ограниченной и повышенной площади опоры, при перешагивании через предметы. Техника: положение туловища, головы, постановка ног, направление взгляда.

Прыжки. Учить умению прыгать последовательно через 5-6 предметов на двух ногах, спрыгивать с высоты, допрыгивать вверх до предмета с места, передвигаться прямым галопом, прыгать ноги врозь – ноги вместе.

Техника: толчок одновременно двумя ногами, положение туловища и головы, мягкое приземление, положение рук, ног.

Метание. Учить: броску мяча из-за головы, от груди двумя руками через шнур, прокатыванию мяча вокруг предмета, метанию вдаль правой и левой рукой.

Закрепить умение бросать мяч в горизонтальную цель двумя руками от груди и снизу.

Техника: толчок мяча пальцами, и.п. рук и ног, положение метаемой руки, работа рук, работа рук при ловле и броске.

Лазание. Учить пролезать в обруч, в группировке (с мячом в руках) под шнур. Закрепить умение ползать на четвереньках по прямой и наклонной доске.

Техника: и. п. рук, работа рук и ног, хват сбоку; положение головы, туловища.

## Общие задачи на третий квартал

### *Построения.*

Учить детей производить смыкание шагом при построениях в шеренге и колонне. Учить детей делать повороты на месте направо и налево переступанием. Учить детей строиться в три звена с помощью воспитателя.

### *Ходьба, бег.*

Учить детей маршировать на месте. Учить двигаться приставными шагами вперёд. Учить ходить с высоким подниманием колен. Учить ходить в полуприседе. Учить ходить «змейкой» между предметами.

Учить детей бегать: в медленном темпе, с ловлей и увёртыванием, с высоким подниманием колен, в быстром темпе (наперегонки).

### *Равновесие.*

Учить детей: кружиться на месте переступанием, ходить по извилистой дорожке, по наклонной поверхности, перешагивать через препятствия (15 см), ходить на носках по скамейке, ходить по скамейке с предметом в руке, по шнуру боком приставными шагами

### *Прыжки.*

Продолжать учить детей прыгать на двух ногах с продвижением вперёд, в длину с места. Учить детей: перепрыгивать через препятствия (5-10 см), запрыгивать с места на высоту 10-15 см, прыгать поскаками с ноги на ногу, прямым галопом, выпрыгивать вверх с места.

### *Метание.*

Учить детей: прокатывать мяч в цель 1-1,5 м, метать в вертикальную и горизонтальную цель правой и левой рукой с 1-2 м, бросать (вверх, вниз, вдаль снизу, из-за головы, от груди, через шнур, в парах) и ловить мяч.

### *Лазание.*

Учить детей: ползать по наклонной и повышенной поверхности, подлезать под шнур в группировке, лазать по гимнастической лестнице прямой и наклонной, перелезть через препятствия на четвереньках (прямо и боком).

*Спортивные упражнения.* Закрепить умение кататься на трёхколёсном велосипеде в прямом направлении.

### **Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений.**

#### *Основные движения*

**Ходьба.** Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег и наоборот, с изменением направления, в рассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны. Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20-25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках).

**Бег.** Бег подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30-40 секунд (непрерывно), с изменением темпа. Бег между двумя шнурами, линиями (расстояние между ними 25-30 см).

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20-30 см; по гимнастической скамейке.

Подлезание под воротца, веревку (высота 30-40 см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом.

**Катание, бросание, метание.** Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50-100 см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1-1,5 м, через

сетку, натянутую на уровне роста ребенка. Метание мячей, набивных мешочков, шишек на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель - двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1 м. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50-100 см.

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через **шнур** (линию); через две параллельные линии (10-30 см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10-15 см выше поднятой руки ребенка.

#### *Общеразвивающие упражнения*

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать руки вперед, вверх, в стороны; скрещивать их перед грудью и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их. Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед-назад, вниз-вверх.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться вперед и в стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лежа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ногу в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку. Шевелить пальцами ног (сидя).

#### *Подвижные игры*

**С ходьбой и бегом.** «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмета

**С ползанием.** «Доползи до погремушки», «Проползи в воротца», «Не переползай линию!», «Обезьянки».

**С бросанием и ловлей мяча.** «Мяч вкругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!».

**С подпрыгиванием.** «Мой веселый звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».

**На ориентировку в пространстве.** «Где звенит?», «Найди флажок».

**Движение под музыку и пение.** «Поезд», «Зайка», «Флажок».

## 2.2 Планирование работы в летний период

### **Цель:**

1. Увеличить длительность пребывания детей на свежем воздухе в течение всего дня, с этой целью прием осуществлять на прогулке, увеличить длительность прогулок.
2. Утреннюю гимнастику и физкультурные мероприятия проводить на свежем воздухе в облегченной одежде.
3. Ежедневно проводить тематические наблюдения, труд в природе, организовывать элементарную опытно-экспериментальную деятельность.
4. С учетом погодных условий проводить игры с водой и песком.
5. В ходе свободной деятельности детей организовывать на участке творческие игры: сюжетно-ролевые, театрализованные, конструктивные.

### **Задачи:**

1. Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и укрепление здоровья детей, предупреждение заболеваемости и травматизма.
2. Создавать условия для закаливания детей, используя благоприятные факторы летнего времени (солнце, воздух, вода), способствовать их физическому развитию путём

оптимизации двигательной активности каждого ребенка.

3. Реализовать систему мероприятий, направленных на развитие самостоятельности, инициативности, любознательности и познавательной активности в различных образовательных областях.
4. Расширять и уточнять доступные детям знания и представления об объектах природы и природных явлениях, формировать основы экологической культуры.
5. Проводить осуществление просвещения родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.
6. Продолжать формировать основы безопасности собственной жизнедеятельности.
7. Формировать интересы и потребности в чтении книг.

#### **Спортивно-массовые мероприятия в летний период**

Месяц	Форма - Тема
Июнь	Музыкально-спортивный праздник, посвященный Дню защиты детей
Июль	Игровые досуги тематические
Август	Музыкально-спортивный праздник «Лето чудесное»

Занятие по физическому развитию во всех возрастных группах организуются на свежем воздухе в соответствии с расписанием непрерывной образовательной деятельности, образовательной деятельности в режимных моментах и организации самостоятельной двигательной деятельности детей в условиях активной развивающей предметно-пространственной среды.

### **2.3 Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы** **Наглядные методы, к которым относятся:**

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

К **словесным методам** относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы

к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

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

Наряду с методами значительное внимание отводится средствам физического воспитания.

**К средствам физического развития** и оздоровления детей относятся:

Гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;

Естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;

Физические упражнения, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

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

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

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей. Поэтому, кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, составляет модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

Оценка эффективности организации двигательного режима и всех форм оздоровительно – образовательной деятельности в детском саду, направленной на физическое развитие его воспитанников, оценивается с помощью следующих критериев:

1. Все физкультурные мероприятия (двигательный режим) должны составлять 50 – 60 % периода бодрствования.

Разученные движения для закрепления и совершенствования переносятся в повседневные формы работы: утренняя гимнастика, подвижные игры и гимнастика пробуждения с закаливающими процедурами, физкультминутки, динамический час, занятия по интерес

2. Физические досуги и праздники повышают интерес к физическим упражнениям. При этом используется соревновательный метод, который является средством повышения двигательной активности.

3. Самостоятельная двигательная деятельность является критерием, определяющим степени овладения двигательными умениями.

4. Если дети легко, свободно и творчески используют движения, значит, они в полной мере освоили их в организованных формах работы.



5. С детьми, отстающими в двигательном развитии необходимо систематически проводить коррекционную, дифференцированную и индивидуальную работу.

6. Вся физкультурно – оздоровительная работа проводится в тесном единстве с семьей. Родителей ( законных представителей) воспитанников знакомят с физкультурной работой в детском саду, информируют об уровне подготовленности ребенка (индивидуальная карта), приглашают участвовать в совместных занятиях (непрерывная образовательная деятельность по физической культуре, досуги, праздники, Дни здоровья, походы и экскурсии); рекомендуют организовать здоровый образ жизни (двигательный режим) в семье; предлагают специальную литературу и видеофильмы, изучают опыт использования физической культуры в семье.

Очень важной, составной частью гармонической личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства.

### **Интеграция с другими образовательными образовательной области «Физическое развитие»**

<b>По задачам и содержанию психолого-педагогической работы</b>	<b>По средствам организации и оптимизации образовательного процесса</b>
<p><i>Социально-коммуникативное развитие</i> - приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности; накопление двигательного опыта, овладение навыками ухода за физкультурным инвентарем и спортивной одеждой.</p> <p><i>Речевое развитие</i> - развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования и по поводу здоровья и здорового образа жизни человека.</p> <p><i>Познавательное развитие</i> - формирование целостной картины мира в части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения составом различных видов детской деятельности, формирования элементарных математических представлений (ориентировка в пространстве, временные, количественные отношения и т. д.) и расширение кругозора в части представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека.</p> <p><i>Художественно – эстетическое развитие</i> - развитие музыкально- ритмической деятельности, выразительности движений, двигательного</p>	<p><i>Развитие речи, художественно – эстетическое развитие</i> - использование художественных произведений, музыкально- ритмической и продуктивной деятельности, с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики.</p> <p><i>Социально-коммуникативное развитие</i> - накопление опыта здоровьесберегающего поведения в труде, освоение культуры здорового труда.</p>

творчества на основе физических качеств и основных движений детей.	
--	--

## 2.4 Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

### Перспективный план работы с родителями

Месяц	Содержание
Сентябрь	Выступление на родительском собрании Оформление информации «Физическое развитие в младшем дошкольном возрасте»
Октябрь	Анкетирование родителей «Физическое воспитание в семье»
Ноябрь	Совместные досуги «Навстречу друг другу» День здоровья
Декабрь	День открытых дверей по физкультурной работе Подготовка и проведение праздника «Зимушка зима – спортивная страна»
Январь	Информация: «Комплексы упражнений для укрепления здоровья малыша»
Февраль	Информация: «Зимняя прогулка»
Март	Информация «Закаливание» Физкультурно - валеологический досуг «Встреча с Мойдодыром» (дети +родители)
Апрель	День здоровья
Май	Смена информационного материала «Прогулки весной»
Июнь	Спортивный праздник «День защиты детей»
Июль	Смена информационного материала «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки», «Использование природных факторов», «Оздоровительные упражнения для красивой осанки»

## III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

### 3.1 Модель организации образовательного процесса

Образовательная деятельность в режимных моментах	Непрерывная образовательная деятельность	Самостоятельная деятельность детей
<p>Закаливающие процедуры, ходьба по ребристым дорожкам). Гимнастика (утренняя, бодрящая, дыхательная). Пальчиковые игры. Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок. Подвижные игры. Игры-имитации, хороводные игры. Дидактические игры. Свободное общение, ситуативные разговоры с детьми о физической культуре и спорте.</p>	<p>Физкультурные занятия (сюжетные, тематические, комплексные, контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера). Физминутки и динамические паузы Физические упражнения. Подвижные игры, игры с элементами спорта, игры-соревнования. Игры-имитации, хороводные игры. Специальные оздоровительные (коррекционно-оздоровительные)игры. Пальчиковые игры. Ритмическая</p>	<p>Рассматривание иллюстраций о физической культуре и спорте. Подвижные игры, игры с элементами спорта. Игры-имитации, хороводные игры. Физические упражнения. Отражение впечатлений о физкультуре и спорте в продуктивных видах деятельности. Двигательная активность во всех видах самостоятельной деятельности детей.</p>

<p>Рассказы, беседы, чтение и обсуждение познавательных книг о физкультуре и спорте. Рассмотрение иллюстраций. Игровые беседы с элементами движений. Создание коллажей, тематических альбомов. Изготовление элементарных физкультурных пособий: флажков, мишеней для метания и др. Физкультурные досуги и праздники. Проектная деятельность: «Олимпийские чемпионы нашего города»; «Спортивные сооружения нашего города» и др. Дни и недели здоровья.</p>	<p>гимнастика, игры и упражнения под музыку. Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок.</p> <p>Занятия по физическому развитию - 3 раза в неделю в каждой возрастной группе. 2 раза проводит инструктор по физической культуре. 1 раз - воспитатель, в форме игр и игровых упражнений. Праздники- по плану работы. Развлечения - 1 раз в месяц (воспитатель и инструктор по физической культуре) Другие формы совместной деятельности - индивидуальная работа; По подгруппам</p>	<p>Создание условий для самостоятельной двигательной деятельности детей в режимных моментах в группах</p>
---	--	---

Личностно-ориентированный подход к развитию воспитанников осуществляется в соответствии с индивидуальными возможностями детей, с учетом их интересов и предпочтений.

### **3.2 Организация развивающей предметно-пространственной среды** **Список спортивного оборудования**

1. Гимнастическая стенка - 3 пролета
2. Гимнастическая скамейка-3 шт.
3. Гимнастическое бревно-1шт.
4. Гимнастические маты-2шт.
5. Мягкие изделия производства ООО "Альма":  
бревна-2шт.  
черепахи-2шт.  
змея-1шт.
6. Комплекс "Кузнечик" (для пролезания, прыжков и т. п.)-1шт.
7. Тренажеры: беговая дорожка, шаговая дорожка, велотренажер по 1-ой шт.
8. Мишень для метания в вертикальную цель
9. Подвесные баскетбольные корзины - 2шт. и 2штуки на стойках
10. Мягкие поролоновые пуфики, бревна - 12 шт.
11. Воротики на деревянных стойках 6 шт. для пролезания и прокатывания мячей
12. Сухой бассейн.
13. Гимнастические подвесные доски: 20см. и 15 см. ребристая доска.
14. Изделия для профилактики плоскостопия и нарушений осанки: следы, дорожки, пробки, массажные дорожки-2шт. коврики массажные-4шт..
15. Футбольные воротики малые для зала-2шт..
16. Футбольная сетка на уличу для ворот - 1шт..

17. Волейбольная сетка на улицу - 1 шт..
18. Баскетбольные сетки на кольцо - 8 шт.(на улицу)
19. Прибор для профилактики заболеваний.
20. Ограничители круглые - 10 шт..
21. Ограничители конусы - 13 шт.
22. Канаты длинные(10 метров) - 2 шт..
23. Канаты короткие(5 метров) - 3 шт..
24. Летающие тарелки - 10 шт.
25. "Городки" - 3 комплекта

### **Спортивный инвентарь**

1. Мячи: Д-80см.-30шт..
2. Мячи фитбольные:16 шт. разного диаметра
3. Мячи массажеры твердые - 18шт.
4. Мячи массажеры мягкие - 20шт.
5. Мячи утяжелители: 500 гр.-2шт.,1кг.-2шт.
6. Мячи теннисные - 22шт.
7. Мячи для метания - 26шт.
8. Мячи футбольные - 1шт.
9. Мяч баскетбольный - 1шт.
10. Мяч волейбольный - 1шт.
11. Мячи мякиши - 2шт.
12. Мячи поролоновые малые - 10 шт
13. Мячи цветные для улицы Д-65-70 см.=30шт.
14. Мячи для метания на улице малого диаметра -25шт.
15. Скакалки для улицы -30шт.
16. Обручи Д-58см. с утяжелителями-24шт.,72см.-2шт.,легкие 30 шт. - три цвета.
17. Гимнастические палки:большие деревянные -24шт.,короткие-22шт.,пластмассовые длинные - 12шт.
18. Колдьебросы-11шт
19. Кегельбаны -2шт + кегли 30шт.
20. Ходунки-8шт.
21. Мягкие лесенки,столбики,бревнышки разных цветов-20шт.
22. Мешочки для метания - 30шт.
23. Мешки для равновесия-25шт.
24. Кубики 6см.=60 шт.
25. Флажки разных цветов-154шт.
26. Погремушки-60шт.
27. Маски,шапочки для подвижных игр-
28. Ленты - 30шт.
29. Платочки для игр - 40шт
30. Помпоны для черлиндеров -40шт.
31. Игра "Мистер-Твистер" - 2 компл.
32. Утяжелители на липучках -40 шт.
33. Наборы для бадминтона -13 компл.
34. Ключки хоккейные:13шт.-большие,11шт-средние;шайбы-4шт.
35. Сюжетные игрушки:куклы;мягкие и пластмассовые игрушки
36. Дидактические игры по физическому воспитанию.

### 3.3 Система педагогической диагностики индивидуальных достижений воспитанниками программы

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в образовательной области «Физическое развитие»	- Наблюдение; - Наблюдение на занятии; - Специальные педагогические пробы; - Беседы	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Май

### 3.4 Методическое обеспечение образовательного процесса

1. "Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ" - О.Н.Моргунова ТЦ "Учитель" Воронеж 2005
2. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения - под рук. С.О.Филипповой изд. "Детство-пресс" Санкт-Петербург 2005
3. "Са-фи - Дансе"-танцевально-игровая гимнастика для детей- Е.Г.Ситкина, Ж.Е.Фирилева. изд. "Детство - пресс". Санкт-Петербург. 2001
4. Нормативно-правовые основы физического воспитания детей дошкольного возраста - "Айрис Пресс " и "Айрис дидактика". Москва. 2004
5. Формирование здорового образа жизни дошкольников - "Санкт-Петербургская Академия постдип. пед. образования". Санкт-Петербург. 2007
6. Нетрадиционные занятия физкультурой в ДОУ - Н.С.Голицина Москва. 2004
7. Тридцать уроков здоровья для детей - Л.А.Обухова, Н.А.Лемякина. "Творческий центр" Москва. 2001
8. Занятия по физической культуре с детьми 2-4 лет- Г.В.Хухлаева. Москва. 1992
9. "Навстречу друг - другу" - М.Н.Попова. Санкт-Петербург. Лен. обл. инст. развития. 2001
10. Современные программы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста - "АРКТИ" Москва. 2002 . автор: С.С.Бычкова
11. Развивать у дошкольников ловкость, силу, выносливость - Е.Н.Вавилова "Просвещение". Москва 1981 .
12. Занятия по физической культуре для подг. группы в д/саду - З.И.Ермакова. Минск. 1977
13. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет - Л.И.Пензуляева. "Просвещение" г. Москва. 1988г.
14. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста - Л.И.Пензуляева. "Владос". Москва 2001
15. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет - Л.И.Пензуляева. "Владос". Москва. 2002
16. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет- Л.И.Пензуляева. "Владос". Москва. 2002
17. Профилактика плоскостопия и осанки в ДОУ - О.Н.Моргунова. ТЦ "Учитель". Воронеж. 2005 .
18. Плоскостопие у детей 6-7 лет. Профилактика и лечение. - В.С.Лосева. "Творческий центр" Москва 2004
19. "Физкульт-Привет! минуткам и паузам" - Е.Г.Сайкина, Ж.Е.Фирилева: "Детство-пресс". Санкт-Петербург. 2004
20. Пальчиковая гимнастика - О.В.Узорова, Е.А.Нефедова. "Астраль". Москва. 2004

21. "Физкультурная минутка"-динамические упражнения для детей от 6 лет - Е.А.Каралишвили "Творческий центр" .Москва 2001
- 22.Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников - Л,П.Савина."Родничок".Москва. 1999
23. Умные пальчики - Е.Синицина ."Лист".Москва.1998
- 24.Спортивные праздники и развлечения старшего дошкольного возраста - В.Я.Лысова,Т.С.Яковлева,М.Б.Зацепина,О.И.Воробьева."АРКТИ".Москва .2000
- 25.Спортивные праздники и развлечения младшего и среднего возраста - В.Я.Лысова,Т.С.Яковлева,М.Б.Зацепина,О.И.Воробьева."АРКТИ".Москва.2000
- 26.Спортивные праздники в детсаду - З,Ф.Аксенова."Творческий центр".Москва.2004
- 27.Физкультурные праздники в детсаду - В.П.Шибeko,Н.Н.Ермак."Просвещение".Москва.2000
- 28.Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста - Н.И.Бочарова."АРКТИ".Москва 2003
- 29.Туристские прогулки в детсаду - Н.И.Бочарова."АРКТИ".Москва.2004
- 30.Физкультурно - оздоровительная работа в ДОУ - И.М.Воротилкина.Н.Ц.Э.НАС.2004
- 31.Лыжи в детском саду -М.П.Голощекина."Просвещение".Москва.1977
- 32.Коньки в детском саду - Л.Н.Пустынникова "Просвещение".Москва.1979
- 33.Веселые клюшки - С.Глязер."Физкультура и спорт".Москва.1975
- 34.Проложи свою лыжню - И.М.Бутин."Просвещение".Москва.1985
- 35.Футбол в детском саду - Е.Ф.Желобович .Москва.2009
- 36.Игры с элементами спорта для детей 3-4 лет - Л.Н.Волошина,Т.В.Курилова."Гном и Д".2004
- 37.Серсо в детском саду - В.Г.Гришин."Просвещение".Москва.1985
- 38.Игры с мячом и ракеткой - В.Г.Гришин."Просвещение".Москва.1975
- 39.Баскетбол для дошкольников - Э.Й.Адашквичене."Просвещение".Москва.1983
- 40.300 подвижных игр для дошкольников и мл.школьников - Л.П.Фатеева."Академия развития".Ярославль.2000
- 41.Русские детские подвижные игры - Е.А.Покровский ."Творческий центр".Санкт-Петербург.2011
- 42.Народные игры Карелии - В.Мальми."Карелия".Петрозаводск.1987
- 43.Детские подвижные игры наших народов - А.А.Конеман,Т.И.Осокина."Просвещение".Москва.1988
- 44.Спортивные игры для детей -О.Е.Громова."Творческий центр".Москва.2009
- 45.Занятия на тренажерах в детском саду - Н.Ч.Железняк.Изд-во "Скрипторий".Москва.2009
- 46.Спортивные игры для детей - О.Е.Громова."Творческий центр".Москва.2003
- 47.Учиться бегать,прыгать,лазать,метать - Е.Н.Вавилова."Просвещение".Москва.1983
- 48.Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях - Т.Л.Богина."Мозаика синтез".Москва.2005
- 49.Игры детей на все времена - Г.Н.Гришина."Творческий центр".Москва.2008
- 50.Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду - А.И.Фомина."Просвещение".Москва.1984
- 51.Физкультура и здоровье от трех до семи - Е.Янкелевич."Физкультура и спорт".Москва.1977
- 52."Здравствуй зимняя олимпиада!" - "Детство-пресс".Санкт-Петербург.2013
- 53.В детском саду летом - "Санкт-Петербургская академия постдипл.пед.образования".Санкт-Петербург.2006