

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Начальная школа «Мозаика» с.Таврово Белгородского района
Белгородской области»**

Приложение №9

Принята в содержании ООП ДО
МОУ «Начальная школа с. Таврово»
структурное подразделение
«детский сад»
Педагогическим советом
Протокол №1 от 30.08.2022г.
Приказ №158-од от 30.08.2022г.

**Рабочая программа
инструктора физической культуры для средней
группы общеразвивающей направленности (4-5
лет)**

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Организация режима пребывания детей в МОУ. Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей.....	4
3. Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура».....	7
3.1. Основные задачи и содержание работы по физическому развитию.....	9
4. Планируемые промежуточные результаты освоения программы.....	14
5. Мониторинг достижений детьми планируемых результатов освоения программы.....	15
6. Условия реализации образовательной программы дошкольного образования МОУ.....	16
6.1. Управление реализацией программы.....	19
6.2. Создание и обновление предметно-развивающей среды.....	19
6.3. Перспективно-тематический план работы по физической культуре.....	21
8. Список методической литературы и материально-технического обеспечения.....	21

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа инструктора физической культуры для детей 3-4 лет разработана на основе Основной образовательной программы дошкольного образования МОУ «Начальная школа с. Таврово» (далее ООП ДО). Рассчитана на 1 учебный год.

При разработке обязательной части ООП ДО учитывалась Примерная основная образовательная программа дошкольного образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15), а так же использована инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. (2020г.), разработанная на основе ФГОС ДО, как программа обогащенного развития детей дошкольного возраста, обеспечивающая единый процесс социализации — индивидуализации личности через осознание ребенком своих потребностей, возможностей и способностей.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений, разработана с учетом парциальных программ:

1. «Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет»/Л.Н.Волошина, Т.В. Курилова. – Москва: Изд. Вентана-Граф. – 2015.

Рабочая программа соответствует требованиям основных нормативных документов:

– Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

– «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования». Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155

– Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31 «О внесении изменения в федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 »

– Приказ Министерства просвещения России от 31.07.2020 года № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и

обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 N 32 "Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 24.12.2020 N 44 "Об утверждении санитарных правил СП2.1.3678-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к эксплуатации помещений, зданий, сооружений, оборудования и транспорта, а также условиям деятельности хозяйствующих субъектов, осуществляющих продажу товаров, выполнение работ или оказание услуг"

– Устав МОУ

– Лицензия на право ведения образовательной деятельности серия 31Л01 регистрационный номер 8898 выдана Департаментом образования Белгородской области 01.10.2020 г.

Программа максимально учитывает условия и специфику деятельности МОУ.

МОУ «Начальная школа с. Таврово» структурное подразделение детский сад осуществляет партнерские взаимоотношения с социальными организациями: Центр культурного развития села Таврово им. Юрия Михайловича Куценко, Детская районная библиотека МУК «ЦБ Белгородского района», Областное государственное бюджетное учреждение здравоохранения «Белгородская центральная районная больница»: Тавровская амбулатория, ОГИБДД ОМВД России по Белгородскому району.

Обобщёнными целями физического развития детей являются:

- преодолевать детский инфантилизм, развивать тонкую и общую моторику, повышать уровень осознанного выполнения движений детьми;
- вызывать интерес и поддерживать самостоятельность в организации подвижных игр, спортивных упражнений и игр, свободного использования спортивного инвентаря и физкультурного оборудования;
- развивать двигательную память, обогащать представление о видах спорта;
- продолжать развивать двигательный аппарат
- обеспечение эмоционально-психологического благополучия, охраны и укрепления здоровья детей.

2. Организация режима пребывания детей в МОУ. Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей

В режимах дня сбалансировано время, отведенное на: занятия, сон, питание, игры, прогулку, закаливающие и культурно-гигиенические процедуры, индивидуальную работу.

В период адаптации и активированных дней возможно небольшое увеличение сна некоторых детей, подъем проводится по мере пробуждения детей.

В теплый период года утренний приём осуществляется на улице, в зимний период длительность времени утреннего приёма на свежем воздухе сокращается в зависимости от температуры воздуха, при этом увеличивается время для самостоятельной и игровой деятельности детей.

Утренняя гимнастика проводится в спортивном зале, а в тёплое время года утренняя гимнастика проводится на улице.

В сетке занятий предусмотрено 3 физкультурных занятия в спортивном зале, продолжительностью в – 20 минут

Система физкультурно-оздоровительной работы

№	Мероприятия	Группа	Периодичность	Ответственный
I. МОНИТОРИНГ				
1	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Все	2 раза в год (в сентябре и мае) В середине года проводится обследование детей с низким уровнем физического развития и детей подготовительных к школе групп.	Старшая медсестра Инструктор по физ. культуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	Средняя, старшая, подготовительная	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, старшая медсестра, врач-педиатр
II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ				
1	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп и инструктор по физической культуре

2.	Физическая культура	Все группы	3 раза в неделю	Инструктор по физкультуре Воспитатели групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Физкультурные досуги	Все группы	1 раз в месяц	Воспитатели, инструктор по физ. культуре
6.	Физкультурные праздники	Все группы	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
7.	День здоровья	Все группы	2 раз в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
8.	Динамические паузы	Все группы	ежедневно	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели

III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

1.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)	Ст. медсестра
2.	Кварцевание групп и кабинетов	ежедневно	В течение года	воспитатели
3.	Самомассаж	Всем детям	В течение года	Инструктор по физической культуре, воспитатели
4.	Гимнастика для глаз	Всем детям	В течение года	воспитатели

ЗАКАЛИВАНИЕ

1.	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна, на физкультурных занятиях	Воспитатели, инструктор по физкультуре
2.	Ходьба босиком	Все группы	После сна	Воспитатели
3.	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели
4.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели
5.	Занятия физической культурой на свежем воздухе	Все группы	Один раз в неделю	Инструктор по физической культуре и воспитатели

3. Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическая культура».

В программе выделены оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания. Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание у него бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций; совершенствование всех функций организма, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной деятельности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно-волевых качеств.

Физическое воспитание в дошкольном образовательном учреждении осуществляется как на специальных физкультурных занятиях, так и в игровой деятельности, в повседневной жизни детей.

В детском саду создаются благоприятные санитарно-гигиенические условия, соблюдается режим дня, обеспечивается заботливый уход за каждым ребенком на основе лично-ориентированного подхода; организуется полноценное питание, ежедневное пребывание на свежем воздухе; систематически во все времена года проводятся закаливающие мероприятия, утренняя гимнастика. Во всех возрастных группах большое внимание уделяется выработке у детей правильной осанки.

Программа предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и двигательным действиям. Детей обучают четко, ритмично, в определенном темпе выполнять различные физические упражнения по показу и на основе словесного описания, а также под музыку.

Важными задачами программы являются воспитание физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости, силы и др.), развитие координации движений, равновесия, умения ориентироваться в пространстве, формирование способности к самоконтролю за качеством выполняемых движений.

В физическом воспитании большое место отводится физическим

упражнениям, которые проводятся в игровой форме, и подвижным играм. В программу старшей и подготовительной к школе группы включено обучение детей отдельным спортивным упражнениям и элементам спортивных игр (баскетбола, футбола, хоккея, бадминтона, настольного тенниса; игр в городки, кегли и др.).

Программа ориентирует на создание в детском саду обстановки, способствующей формированию навыков личной гигиены. Детей учат осознавать ценность здорового образа жизни, знакомят с элементарными правилами безопасного поведения.

Особенности методики физического воспитания детей младшего, среднего и старшего дошкольного возраста обусловлены степенью самостоятельности ребенка, его сознательным отношением к занятиям, к повторению усвоенного, что соответствует примерной основной общеобразовательной программе «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой.

Цель: формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

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

Организованная образовательная деятельность:

Физкультурные занятия игровые, сюжетные, тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развития речи, математики, конструирования), контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера, физкультминутки; игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек; ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений.

Образовательная деятельность при проведении режимных моментов

Физическое развитие: комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна, контрастные ножные ванны), утренняя гимнастика, упражнения и подвижные игры во второй

половине дня.

Самостоятельная деятельность детей

Физическое развитие: самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.)

Оздоровительно-закаливающие процедуры

Осуществлять оздоровительно-закаливающие процедуры с использованием естественных факторов: воздуха, солнца, воды. В групповых помещениях поддерживать постоянную температуру воздуха (+21 + 22 °С). Одежда детей в помещении должна быть двухслойной.

Во время сна поддерживать в спальне прохладную температуру (+15 + 16 °С). Осуществлять закаливание детей во время одевания после сна и при переодевании в течение дня.

Одним из эффективных закаливающих мероприятий является прогулка с детьми в любую погоду не менее 4 часов (в зимнее время — до температуры -15 °С).

В теплое время года на прогулке предусмотреть кратковременное (3-5 минут) пребывание детей под прямыми лучами солнца. В конце прогулки разрешать походить 2-3 минуты босиком по теплomu песку (убедившись предварительно в его чистоте и безопасности).

После окончания прогулки в летнее время сочетать гигиенические и закаливающие процедуры при умывании и мытье ног, при этом учитывать состояние здоровья каждого ребенка и степень его привыкания к воздействию воды. Вопрос о характере специальных закаливающих процедур решается администрацией и медицинским персоналом дошкольного учреждения с учетом пожеланий родителей.

3.1. Основные задачи и содержание работы по физическому развитию.

Задачи рабочей программы:

-Содействовать приобретению двигательного опыта детей, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

-Развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость;

-Создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки), овладения подвижными играми с правилами;

-Развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта;

-Способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Направление «Физическое развитие»

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

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

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

Продолжать укреплять и охранять здоровье детей, создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования основных видов движений.

Осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки.

Осуществлять под руководством медицинского персонала комплекс закаливающих процедур с использованием различных природных факторов (воздух, солнце, вода).

Обеспечивать в помещении оптимальный температурный режим, регулярное проветривание.

Приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде. Обеспечивать их пребывание на воздухе в соответствии с режимом дня.

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 5-6 минут. При наличии условий организовывать обучение детей плаванию.

Создавать условия для глубокого и продолжительного сна и активного бодрствования;

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Развивать умение детей различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представления о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах,

молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Дать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. детей.

Воспитывать бережное отношение к своему телу, своему здоровью, здоровью других.

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

Образовательная область «Физическая культура»

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

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

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

Ходьба. Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег и наоборот, с изменением направления, враспынную, 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.

Подрезание под воротца, веревку (высота 30-40 см), перерезание 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.

У четырехлетних детей возросли физические возможности: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае неудовлетворения этой потребности, ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, насытить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями.

Задачи образовательной деятельности:

1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных

упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.

2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.

3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.

Направление «Физическое развитие»

Образовательная область «Здоровье»

Продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.

Осуществлять под руководством медицинских работников комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов (воздух, солнце, вода). Обеспечивать пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня.

Организовывать и проводить различные подвижные игры (зимой — катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах; в теплый период года — катание на велосипеде).

Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 6-8 минут.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека. Дать представления о функциональном назначении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Дать представления о необходимых телу человека веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Познакомить с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием (Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми),

«Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Развивать умение заботиться о своем здоровье.

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

Спортивные упражнения

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

Скольжение. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

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

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо и налево.

Подвижные игры С бегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Бездомный заяц», «Ловишки». С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается» С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята» С бросанием и ловлей. «Подбрось - поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку» На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки». Народные игры. «У медведя во бору» и др.

4. Планируемые промежуточные результаты освоения программы

Промежуточные результаты освоения Программы формулируются в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами (ФГОС) через раскрытие динамики формирования интегративных качеств воспитанников в каждый возрастной период освоения Программы по направлениям физического развития детей.

К четырехлетнему возрасту при успешном освоении Программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

- Антропометрические показатели (рост, вес) в норме.
- Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
- Сформирована потребность в двигательной активности: 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). 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.

Интегративное качество «Овладевший необходимыми умениями и навыками»

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

Образовательная область «Здоровье»

Приучен к опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).

Владеет простейшими навыками поведения во время еды, умывания.

Образовательная область «Физическая культура».

Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление. Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя. Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.

Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.

Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.

Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

5. Мониторинг достижений детьми планируемых результатов освоения программы

В соответствии с образовательной программой МОУ обследование уровня физической подготовленности детей проводится два раза в год: начальное - в сентябре месяце, итоговое в мае месяце. Для детей с низким уровнем развития проводится промежуточное диагностическое обследование в январе месяце, с ними проводится индивидуальная работа на занятиях и в группе.

Результаты диагностики предоставляются в форме справки на

педагогическом часе МОУ и совещании при заведующем: справка по результатам обследования детей дошкольного возраста.

Два раза в месяц ведется медико-педагогический контроль за соблюдением СанПин и физической нагрузки детей на занятиях физкультуры во всех возрастных группах. Ежедневно ведется учет переболевших детей для проведения физкультурных занятий во всех возрастных группах.

6.Условия реализации образовательной программы дошкольного образования МОУ

Развитие ребенка в МОУ обеспечивается за счет насыщенности развивающей предметной среды. Развивающая предметная среда в МОУ оборудована с учетом возрастных особенностей ребенка.

Оборудование кабинета

№ п/п	Наименование	Кол-во в шт.
1	Мяч малый резиновый	
2	Мяч мягкий средний	22
3	Мяч баскетбольный	2
4	Дуги для подлезания	5
5	Массажный мяч	15
6	Доска с ребристой поверхностью	2
7	Фитбол	7
8	Малые мягкие мячи	16
9	Мяч резиновый	24
10	Конусы	4
11	Мяч утяжелённый	30
12	Кегли	42
13	Гантели	32
14	Гиря полая	4
15	Бревно спортивное	1
16	Цветные модули	
17	Канат для перетягивания	1
18	Стойка баскетбольная.	2

19	Доска наклонная навесная	2
20	Шнур плетённый короткий	15
21	Мат	3
22	Физкультурный коврик «Йога»	10
23	Спортивные лесенки	3
24	Шведская стенка.	2
25	Лыжи	6
26	Обруч гимнастический	24
27	Палка гимнастическая.	39
28	Диск здоровья	12
29	Скакалка гимнастическая	39
30	Цветные ленты для ОРУ	
31	Кольцеброс	2
32	Гимнастическая скамейка	2
33	Беговая дорожка	2
34	Кольца для ОРУ	
35	Мешочки для метания с песком	7
36	Флажки для ОРУ	40
37	Доска «Мостик»	12
38	Батут детский	1
39	Дорожка мат	1
40	Дорожка змейка канат	2
41	Доска массажёр	2
42	Доска наклонная ребристая	1
43	Качалка мостик	1
44	Ролик гимнастический	10
45	Шест гимнастический	2

46	Детский игровой конструктор 13 единиц	1
47	Доска гладкая с зацепами	1
48	Стойки переноски для прыжков	1
49	Кубик деревянный малый	10
50	Кубик деревянный большой	4
51	Лента длинная с палкой	10
52	Лента короткая с палкой	20
53	Мишень навесная	2

Мелкий инвентарь для спортивных игр (сетки, мячи, клюшки, городки и т.п.), пособия для подвижных игр и упражнений (скакалки, обручи, шнуры, кольца, шары и др.) выносятся на спортивную площадку по мере необходимости.

В МОУ хорошо оборудована спортивная площадка, что особенно важно для оптимизации двигательной активности дошкольников в летний – оздоровительный период.

Спортивная площадка состоит из собственно площадки и ряда спортивно – игровых зон: дорожки с препятствиями, минифутбол, хоккей. Спортивно – игровые зоны примыкают непосредственно к спортивной площадке. Такое функциональное разделение спортивной площадки позволяет одновременно организовывать игры и занятия с большим количеством детей разного возраста и разной физической подготовленности. Каждая из зон оснащена соответствующим оборудованием. Основное пространство спортивной площадки, как правило, остается свободным. Все необходимое - гимнастические стенки, бумы, и т.д. – размещены по периметру. Посередине установлены баскетбольные щиты.

Спортивная площадка:

1. Стойки баскетбольные – 3 шт.
2. Ворота – 2 шт.
3. «Гусеница»-шагалка – 1 шт.
4. Бревно – 1 шт.
5. Лесенка для лазания – 1 шт.
6. Лесенка-дуга-1 шт.

7. Стенка для лазания- 1 шт.

6.1. Управление реализацией программы Условия реализации образовательной программы Система предметно-развивающей среды в МОУ

Элементы ПРС	Функциональная роль	Формы и методы работы
1	2	3
Медицинский кабинет	Оздоровительная, лечебно-профилактическая, просветительская	Координация лечебно-оздоровительной работы, работа с родителями
Физкультурно-музыкальный зал	Оздоровительная, развивающая, игровая	Занятие физкультурой, досуговая деятельность, соревнования
Прогулочная площадка	Оздоровительная, игровая, познавательная	Занятия физической культурой на воздухе, соревнования, подвижные игры, спортивные упражнения, познание видов спорта и их назначение в развитии человека, совместные с родителями спортивные мероприятия

6.2. Создание и обновление предметно-развивающей среды

Предметная среда должна:

- быть системной, отвечающей целям воспитания и обучения, а также требованиям проектной культуры;
- инициировать деятельность ребенка: ее объекты, средства, цели и способы их достижения задаются предметной средой;
- учитывать специфику возрастных этапов развития ребенка, т.е. специфику ведущей деятельности (общение, предметной деятельности, игры), так и других, возникающих рано и развивающихся к старшему дошкольному возрасту, т.е. обеспечивать переход ребенка к следующему этапу развития. Иначе говоря, способствовать решению задач создания «зоны ближайшего развития» через организацию предметной среды;
- обеспечивать возможность взаимодействия детей между собой и со взрослыми, что способствует формированию у них навыков коллективной работы;
- иметь, наряду с консервативными компонентами, часто меняющиеся составляющие, которые проблематизируют взаимодействие с ней, побуждают детей к их познанию через практическое экспериментирование с ними, а также в связи с этим и

к наделению новыми смыслами консервативных компонентов. Это порождает новые идеи, образы, способы, что обогащает как саму детскую деятельность (игру, конструирование и т.д.), так и развитие детей в ней;

- обеспечивать возможность ребенка жить в 3-мерном предметном пространстве: с масштабными действиями его рук (масштаб «глаз-рука»), его росту и предметному миру взрослых.

С опорой на реализацию названных принципов и с учетом конкретных условий работы МОУ педагоги выстраивают развивающую среду своей группы.

6.3. Перспективно-тематический план работы по физической культуре

Сроки выполнения		Средняя группа (4-5 лет)	
месяц	период	Тема воспитателя	Тема Инструктора по ФК
сентябрь	01-14.09	Азбука безопасности.	Мониторинг
	15-30.09	«Детский сад и спорт»	Спортивная неделя
октябрь	03-14.10	Осенние дары.	Осень.
	15-31.10	Дикие и домашние животные.	Дикие и домашние животные.
ноябрь	01-14.11	Страна, в которой я живу. Здоровье.	Здоровый образ жизни.
	15-30.11	Дом. Семья. День матери.	Мама, папа, я – спортивная семья!
декабрь	01-14.12	Пришла зима.	Зимние виды спорта
	15-30.12	Новый год у ворот!	Новый год.
январь	09-18.01	Рождественское чудо!	Рождественские забавы.
	19-31.01	Зимние забавы и хлопоты.	Зимние забавы.
февраль	01-14.02	Транспорт.	Транспорт.
	15-28.02	Защитники Отечества (23 февраля).	Защитники Отечества.
март	01-17.03	Весна пришла.	Весна пришла.
	18-31.03	Книжника неделя.	Что за чудо эти сказки!
апрель	03-14.04	В воздухе, на земле и под водой.	В воздухе, на земле и под водой.
	17-28.04	Земля – наш общий дом.	Земля – наш общий дом.
май	04-18.05	День победы.	Мир вокруг нас.
	19-31.05	Скоро лето.	Летние виды спорта

8. Список методической литературы и материально-технического обеспечения

- 1.«От рождения до школы». Инновационная программа дошкольного образования. / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. — Издание пятое (инновационное), исп. и доп. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019. — с. 336
2. «Малоподвижные игры и игровые упражнения». Методическое пособие для занятий с детьми 3-7 лет. – 3-е изд. – М. Мозаика-синтез, 2020. – 48 с.

3. «Утренняя гимнастика в ясельных группах детского сада». Комплексы упражнений для работы с детьми 2-3 лет. – 2-е изд., испр. И доп. – М. Мозаика-синтез, 2021. – 64 с.
4. «Сборник подвижных игр». Для занятий с детьми 2-7 лет / Авт.-сост. Э. Я. Степанькова. – М. Мозаика-синтез, 2020. – 168 с.
5. «Физическая культура в детском саду. Старшая группа» М. Мозаика-синтез, 2014, – СДС.
6. «Физическая культура в детском саду». Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. – М. Мозаика-синтез, 2021, – 160 с.
7. «Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет»/Л.Н.Волошина, Т.В. Курилова. – Москва: Изд. Вентана-Граф. – 2015.