

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида «Радуга»**

СОГЛАСОВАНА
на педагогическом совете
от «26» августа 2016 года
протокол № 05

УТВЕРЖДЕНА
Заведующим
МБДОУ «ДСОВ «Радуга» С.Г. Сумкиной

«__» _____ 2016 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

реализации основной образовательной программы
дошкольного образования
на основе примерной основной образовательной программы
«От рождения до школы»
(авторы Н. Веракса, Т. Комарова, М. Васильева)
Образовательная область «Физическое развитие»
для детей 6-7 лет
(подготовительная к школе группа)

Составитель программы:
Заболотская Лиана Ильгисовна

**пгт Приобье
2016 год**

Содержание

1.Целевой раздел Рабочей программы:

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Цели и задачи реализации Рабочей программы

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Рабочей программы

1.1.3. Основания разработки Рабочей программы

1.1.4. Возрастные особенности детей группы

1.1.5. Социальный портрет группы

1.2. Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования (планируемые результаты освоения Рабочей программы)

1.3. Оценка результатов освоения Рабочей программы

1.4. Срок реализации Рабочей программы

2. Содержательный раздел Рабочей программы:

2.1. Содержание совместной деятельности руководителя физического воспитания с детьми

2.1.2. Содержание образовательной деятельности

2.2. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями)

3. Организационный раздел Рабочей программы:

3.1. Расписание непосредственной образовательной деятельности

3.1.1. График проведения занятий

3.2. Условия реализации Рабочей программы

3.2.1. Особенности организации РППС для физического развития

3.3. Максимально допустимая образовательная нагрузка

3.4. Методическое обеспечение рабочей программы

3.4.1. Спортивные пособия и инвентарь

3.4.2. Методическая литература

Приложения

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1.Пояснительная записка

1.1.1 Цели и задачи реализации Рабочей программы

Настоящая рабочая программа разработана для подготовительной к школе группы детского сада на основе ОП ДОО в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Целью Рабочей программы является:

- создание благоприятных условий для полноценного проживания каждым ребенком дошкольного детства
- создание условий для формирования у детей основ базовой культуры личности, всестороннего развития психических и физических качеств каждого ребёнка в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями
- подготовка дошкольников к жизни в современном обществе
- обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника

Для достижения целей программы первостепенное значение имеют:

- забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
- создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволит растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;
- максимальное использование разнообразных видов детской деятельности; их интеграции в целях повышения эффективности образовательного процесса;
- творческая организация процесса воспитания и обучения;
- вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка;
- уважительное отношение к результатам детского творчества;
- единство подходов к воспитанию детей в условиях ДООУ и семьи;
- соблюдение в работе детского сада и начальной школы преемственности, исключающей умственные и физические перегрузки в содержании образования детей дошкольного возраста, обеспечивающей отсутствие давления предметного обучения.

Исходя из поставленных целей Рабочей программы, формируются следующие задачи:

1. Укреплять здоровье воспитанников, приобщать их к здоровому образу жизни, развивать двигательную и гигиеническую культуру детей.
2. Реализовать формы организации совместной взросло-детской (партнерской деятельности) в ходе непосредственной образовательной деятельности, в самостоятельной деятельности, в режимных моментах, в работе с родителями.
3. Формировать жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств.
4. Создавать условия для реализации потребности детей в двигательной активности,
5. Воспитывать потребности в здоровом образе жизни,
6. Обеспечить физическое и психическое благополучие.

1.2 Принципы и подходы к формированию Рабочей программы

Рабочая программа базируется на основных принципах дошкольного образования (см. п.1.4. ФГОС ДО):

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

- 5) сотрудничество Организации с семьей;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

В рабочей программе используются основные научные подходы, лежащие в основе ФГОС ДО:

1. Культурно-исторический подход.
2. Личностный подход.
3. Деятельностный подход.

1.1.3. Основания разработки рабочей программы

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- ✓ Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 -ФЗ.
- ✓ «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организациях». Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13, утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года № 26.
- ✓ Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования".
- ✓ Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 13.08.2013г. №1014 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования".
- ✓ Уставом МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида «Радуга»

1.1.4. Возрастные особенности детей подготовительной группы (6-7 лет)

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны.

Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений.

Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным,

ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

1.1.5 Социальный портрет группы

Группу посещают 33 ребёнка 6 – 7 лет. Из них с I группой здоровья – 17 детей (52%), со II группой здоровья 14 детей (42%), с III группой здоровья 2 ребёнка (6%).

Анализ социального статуса семей выявил, что в группе 27 семей (82%) - полные семьи, 6 семей (18%) - неполные семьи (ребёнок проживает с мамой), 2 семьи (6%) - многодетные. Уровень жизни семей удовлетворительный.

Анализ этнического состава воспитанников группы: 28 детей - русские (85%), 3 ребёнка - ханты (9%), 1 ребенок – азербайджанец(3%), 1 ребенок – татарин(3%) .

В группе 19 мальчиков (58%) и 14 девочек (42%).

Дети активные, дружелюбные. Родители принимают участие в жизни группы и детского сада, интересуются жизнью детей, радуются их успехам, оказывают посильную помощь в воспитании и развитии детей.

1.2. Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования (планируемые результаты освоения программы.

- Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.
- Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.
- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
- Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.
- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения.
- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
- Следит за правильной осанкой.
- Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км., поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.
- Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).
- У ребёнка развиты крупная и мелкая моторика, он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Ребёнок имеет начальные представления о здоровом образе жизни, воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

1.3. Оценка результатов освоения Рабочей программы

При реализации Рабочей программы может производиться оценка индивидуального развития детей. Формы и методы педагогической диагностики – наблюдение и анализ продуктов детской деятельности. Такая оценка производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста), связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования.

Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

- Индивидуализации образования
- Оптимизации работы с группой детей

Общероссийская система мониторинга

В настоящее время в дошкольных учреждениях различных регионов России проводится оценка физической подготовленности детей по программе общероссийской системы мониторинга. Мониторинг представляет собой систему мероприятий по наблюдению, анализу, оценке и прогнозу состояния здоровья и физического развития детей на достаточно продолжительном отрезке времени. Как непрерывный процесс наблюдения за детьми, мониторинг позволяет фиксировать различные показатели физической подготовленности в определенные моменты, своевременно оценивать характер их изменений, осуществлять прогноз и предупреждать нежелательные тенденции в физическом развитии детей.

В отличие от текущего педагогического контроля система мониторинга имеет четко заданный для всех типов и видов образовательных учреждений единый набор тестовых упражнений и форм отчетной документации, что позволяет проводить массовое обследование дошкольников в определенные сроки.

Тестирование уровня физической подготовленности детей

Представляется, что наиболее объективными и интегральными показателями уровня развития физической подготовленности детей являются количественные и качественные результаты выполнения определенных двигательных заданий:

- *прыжок в длину с места с приземлением на обе ноги одновременно.* Это самый популярный тест для исследования скоростносиловых способностей мышц ног. Результаты выполнения прыжка обладают высокой информативностью, что делает его приемлемым для проведения массового обследования физической подготовленности детей дошкольного возраста;

- *бросок мяча весом 1 кг (медбола) вдаль двумя руками из положения стоя.* Выполнение этого движения из положения стоя связано с активным включением в работу группы крупных мышц туловища. Как показывает практика, выполнение теста вызывает затруднения у детей 4-5 лет, хотя 6-7-летние дети в основном справляются с этим заданием без посторонней помощи;

- *бег по прямой с высокого старта на 30 м* (для оценки быстроты);

- *бег змейкой между предметами*, расположенными на расстоянии между собой в 1 м, общая дистанция бега – 10 м (для оценки ловкости);

- *сохранение статического равновесия*, стоя на линии – пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги (от 15-20 с);

- *подбрасывание и ловля мяча двумя руками* (15 раз, диаметр мяча 15-20 см);

- *метание вдаль мешочков с песком* весом 150-200 г удобной рукой (5-8 м);

- *наклон вперед из положения сидя* (5-7 см за линию пяток).

В качестве дополнительных тестов можно рекомендовать:

- исследование мышечной силы правой и левой кисти;
- непрерывный бег в медленном темпе в течение 3 мин;

- подъем туловища в сед за 30 с (8-10 раз).

Данные тесты прошли широкую апробацию в ДОУ различного вида; утверждены Министерством образования РФ; полностью соответствуют анатомофизиологическим особенностям дошкольников; имеют минимум медицинских противопоказаний; не требуют больших временных затрат; позволяют проследивать динамику показателей, дают возможность сравнительного анализа результатов тестирования современных детей с данными прошлых лет.

Алгоритм тестирования

Для обеспечения объективности результатов обследования необходимо знать определенную последовательность выполняемых действий по организации и проведению тестирования. Строгая регламентация процесса оптимизирует достижение основных задач диагностики, а именно:

- определение исходного уровня двигательных умений и физических качеств каждого ребенка и группы в целом (“зоны ближайшего развития”);
- изучение динамики состояния развития двигательных навыков и качеств детей;
- разработка программы физкультурно-оздоровительных и коррекционных мероприятий.

В соответствии с новыми санитарными правилами для детского сада тестирование физической подготовленности детей проводит руководитель физического воспитания. Заместитель заведующего по воспитательной и методической работе должен контролировать его проведение. Воспитатели групп оказывают необходимую помощь в организации этой работы. Как правило, медицинская сестра осуществляет наблюдение за состоянием детей, их реакцией на выполнение двигательного задания.

Для проведения в одной возрастной группе необходимо присутствие не менее двух человек (один педагог регистрирует результаты, другой – объясняет двигательные задания). Очень важно четко и правильно заполнить протокол тестирования.

Организация и проведение программы тестирования невозможны без ряда согласований, в частности, с руководителем образовательного учреждения. Целью данного взаимодействия является составление расписания обследования дошкольников по группам, уточнение списков, распределение обязанностей педагогического коллектива и медицинского персонала (сопровождение детей, регистрация результатов и пр.).

Необходимые условия при выборе тестов для оценки физических качеств:

- доступность двигательных заданий для детей различного уровня физического развития;
- соответствие тестов возрастным особенностям физического развития детей;
- использование тех движений, которые не требуют предварительного обучения и которыми дети достаточно свободно владеют, например основные движения (бег, прыжки, метание, поскоки и др.);
- простота методики проведения обследования (не требует больших затрат времени на освоение упражнений), отсутствие необходимости в сложной измерительной аппаратуре и специальном помещении для проведения тестирования;
- соответствие двигательных заданий основополагающим критериям – надежности, объективности, информативности;
- возможность использования приемов, позволяющих стимулировать проявление положительных эмоций и наглядно оценивать достигнутый результат;
- повторяемость двигательных заданий для воспитанников разных возрастных групп, что позволяет проводить “сквозное” тестирование, отслеживая динамику показателей физической подготовленности каждого ребенка и детей от 4 до 7 лет;
- использование тестовых упражнений в игровой форме, чтобы процедура диагностики была для детей интересной и увлекательной.

Целесообразно разделить показатели физической подготовленности по половозрастным группам с указанием возраста (месяц, год) и пола детей (мальчики и девочки).

Для получения объективных данных первичное и повторное обследования должны осуществляться в одинаковых условиях. Если скорость бега в первый раз измерялась на участке, то вторичное обследование бега проходит там же. Обследование происходит в утреннее время во время занятий по физической культуре и на прогулке.

Необходимым требованием должны отвечать и условия, в которых выполняются обследования: наличие специального оборудования, ямы для прыжков, грунтовой дорожки для бега.

Обязательно следует четко соблюдать методику тестирования. Заранее отрабатывается единая методика подачи команд.

Результат теста засчитывается, если ребенок справился с заданием в соответствии с методикой.

Во время выполнения тестовых заданий недопустимы комментарии и разбор ошибок детей со стороны педагогов. Они должны рассматриваться в процессе обучения.

Требования по безопасности тестирования

Все тесты должны соответствовать возрастным особенностям детей с учетом их состояния здоровья и развития. В ДОУ используются тесты, официально утвержденные не только органами образования, но и здравоохранения. В полной мере должен действовать принцип “не навреди”.

К обследованию допускаются дети, не имеющие противопоказаний к выполнению контрольных тестов по состоянию здоровья (в соответствии с заключением врача). Дошкольники 2-й медицинской группы освобождаются от тестов, которые им противопоказаны. При нарушенной функции зрения или при выраженной форме плоскостопия они могут быть освобождены, например, от бега на 30 м. Тест “прыжок в длину” для них допускается только на мягком покрытии (гимнастический мат, ковер). При пупочной грыже и грыже белой линии живота дети освобождаются от теста “подъем в сед” и т. п. Дошкольники 3й и 4-й медицинских групп и дети, имеющие врожденные пороки развития органов или систем, от тестирования по обязательной программе освобождаются полностью, в протоколе фиксируется только их медицинская группа или делается отметка “ЛФК”, если они занимаются по программе лечебной физической культуры.

Тестирование не проводится в течение месяца с детьми, перенесшими острое заболевание, обострение хронического заболевания. Всю необходимую информацию о состоянии здоровья детей медицинская сестра предоставляет воспитателю по физической культуре в начале учебного года.

В связи с тем, что у большинства детей отмечается слабость связочно-мышечного аппарата и возникает риск получения серьезной травмы, не рекомендуются использовать в качестве тестов “висы”, элементы акробатики (“мостик”, кувырки), перебрасывание друг другу утяжеленного мяча. Необходимо строго дозировать упражнения на силовую выносливость – подъем туловища в сед из положения лежа. Анализ состояния здоровья современных детей выявил, что многим детям не показан бег в максимальном темпе на длинные дистанции (на 90 м – до 5 лет, на 300 м – с 5 лет).

Особое внимание следует уделять детям с повышенной возбудимостью и двигательной расторможенностью. Такие дошкольники нуждаются в постоянном контроле со стороны воспитателя и медицинской сестры. Перед тестированием воспитателю желательно провести сбор дополнительной информации:

- характер последнего заболевания (диагноз, продолжительность в днях, наличие выраженных осложнений);

- параметры сна накануне (продолжительность, спокойный или тревожный);
- настроение (хорошее, нормальное, бодрое, вялое, подавленное, раздражительное);
- наличие у ребенка жалоб на плохое самочувствие.

Обследование следует выполнять не ранее 30 мин после принятия пищи. Целесообразно проводить тестирование в часы наибольшей биологической активности – с 9 до 13 ч, перед тестированием необходимо организовать небольшую разминку для подготовки организма дошкольников к предстоящей мышечной нагрузке.

Участок или физкультурный зал, где проводится тестирование детей, должен быть подготовлен (не иметь посторонних предметов; быть хорошо проветриваемым; стандартное, апробированное оборудование должно быть прочно закреплено, не иметь острых краев и т. д.).

Обязательна страховка детей при выполнении двигательных заданий, особенно это важно для беговых упражнений, прыжков, упражнений на выносливость.

К выполнению двигательных тестов дети допускаются в соответствующей спортивной форме, подобранной по сезону и удобной для занятий.

Анализ и обработка полученных данных тестирования

Оценка полученных результатов – сложная задача. Старший воспитатель обязан владеть основными способами правильного анализа исследуемых показателей.

При оценке двигательных умений и физических качеств используются количественные и качественные показатели.

Первый, наиболее распространенный способ оценки физической подготовленности – это сопоставление средних показателей по группе с данными оценочных таблиц по возрастно-половым показателям физической подготовленности детей, разработанных на основе стандартов, как правило, для определенного географического региона.

В результате анализа принято выделять детей со средним, высоким и низким уровнем физической подготовленности. Уровень определяется по большинству показателей, которые подпадают под соответствующую градацию. Например, высокая физическая подготовленность предполагает большинство показателей выше средних и отсутствие низкого результата; наличие большинства показателей ниже среднего свидетельствует о низкой подготовленности.

Не следует рассматривать данные оценочных таблиц в качестве строгих нормативов (эталонов) и подгонять к ним результаты анализа тестирования дошкольников. Сопоставительная норма характеризует лишь место испытуемого среди обследованных детей. Важнее проследить динамику индивидуальных показателей развития каждого ребенка. В этой связи наиболее эффективным методом оценки служит прирост показателей двигательных навыков и физических качеств. Например, двигательное развитие ребенка оценивается по таблицам как высокое, однако существенных изменений в результатах выполнения заданий в течение года не произошло. И наоборот, у ребенка могут быть низкие показатели тестирования в сравнении со средними значениями при высоких темпах личного роста результатов.

Для оценки темпов прироста индивидуальных показателей физических качеств в течение года можно использовать следующую шкалу:

- до 8% – неудовлетворительно;
- 8-10% – удовлетворительно;
- 10-15% – хорошо;
- свыше 15% – отлично (данные В.И. Усакова).

Анализ и оценка динамики норм индивидуального продвижения очень важны для своевременного внесения коррекций в образовательный процесс с целью осуществления индивидуально-дифференцированного подхода.

Оценка групповых показателей прироста включает средний результат по группе и коэффициент вариации. Если коэффициент вариации уменьшается, то это положительная тенденция в осуществлении индивидуального подхода к каждому ребенку.

Перечень показателей развития двигательных навыков и качеств детей 5–7 лет, рекомендованных для оценки физической подготовленности

Показатели развития (базовые и дополнительные)
<ul style="list-style-type: none"> • Прыжки с высоты до 40 см. • Прыжки в длину с места, с разбега; в высоту с разбега; через скакалку. • Перебрасывание набивного мяча, бросок предметов в вертикальную и горизонтальную цель. • Метание правой и левой рукой в движущуюся цель.

Тесты общероссийской системы мониторинга для оценки физической подготовленности детей 4–7 лет в ДОУ

Возраст, лет	Тестовые упражнения (мальчики, девочки)
4-7 лет	Бег на 30 м с высокого старта. Бег на 90 м (до 5 лет), 300 м (с 5 лет). Подъем туловища в сед за 30 с. Прыжок в длину с места

1.4. Срок реализации Рабочей Программы

2016 - 2017 учебный год (сентябрь 2016 – май 2017 года).

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

2.1. Содержание совместной деятельности руководителя физической культуры с детьми

Рабочая программа определяет содержание и организацию совместной деятельности руководителя физической культуры и детей в подготовительной к школе группе детского сада. Она направлена на развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств детей 6-7 лет, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем 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; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Содержание работы ориентировано на разностороннее развитие дошкольников с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

2.1.2. Содержание образовательной деятельности

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

1. Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

- двигательная активность, связанная с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)
- выполнение упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук;
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;
- овладение подвижными играми с правилами;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и т.д.)

Основные цели и задачи:

- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни
- физическая культура.

Неотъемлемой частью образовательной области «Физическое развитие» также являются:

1. Проведение подвижных игр, спортивных мероприятий, досугов и праздников.

2. Физминутки (двигательно-речевые, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика, релаксационные упражнения), это необходимая составляющая каждой НОД статического плана (методическая разработка «Физминутки нам нужны, для детей они важны!»)

3. Бодрящая гимнастика, ежедневно проводимая после дневного сна

4. Утренняя гимнастика, проводимая ежедневно в утреннее время.

5. Точечный самомассаж и дыхательная гимнастика (холодный период года, риск заболевания ОРЗ, ОРВИ)

6. Система закаливающих мероприятий:

- Контрастные воздушные ванны (групповое помещение и спортивный зал) - после дневного сна и на физкультурных занятиях

- Ходьба босиком (групповое помещение) - после дневного сна

- Облегчённая одежда детей (групповое помещение) - в течение дня

- Мытьё рук, лица, шеи прохладной водой (групповое помещение) - в течение дня.

Рабочая программа основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса; предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

КАЛЕНДАРНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Автор методического пособия: Л.И. Пензулаева Физкультурные занятия с детьми 6-7 лет.

дата	тема	задачи	Количество НОД	примечание
05.09.16	Занятие 1	Мониторинг уровня освоения программы воспитанниками	3	
07.09.16	Занятие 2			
08.09.16	Занятие 3			
01.09.16	Занятие 4	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча.	1	
12.09.16	Занятие 5	Упражнять детей в беге колонной по одному, в умении переходить с бега на ходьбу; в сохранении равновесия и правильной осанки при ходьбе по повышенной опоре. Развивать точность движений при переброске мяча	1	
15.09.16	Занятие 6	Упражнять детей в равномерном беге и беге с ускорением; знакомить с прокатыванием обручей, развивая ловкость и глазомер, точность движений; повторить прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	1	
19.09.16	Занятие 7	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.	1	
22.09.16	Занятие 8	Упражнять детей в равномерном беге с соблюдением дистанции; развивать координацию движений в прыжках с доставанием до предмета; повторить упражнения с мячом и лазанье под шнур, не задевая его.	1	
26.09.16	Занятие 9	Игровое занятие на улице. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей друг другу; развивать внимание и быстроту движений.	1	
28.09.16	Занятие 10	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир — кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в	1	

		задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.		
29.09.16	Занятие 11	Упражнять детей в ходьбе и беге с четким фиксированием поворотов (ориентир — кубик или кегля); развивать ловкость в упражнениях с мячом, координацию движений в задании на равновесие; повторить упражнение на переползание по гимнастической скамейке.	1	
03.10.16	Занятие 12	Упражнять в чередовании ходьбы и бега; развивать быстроту и точность движений при передаче мяча, ловкость в ходьбе между предметами.	1	
06.10.16	Занятие 13	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры.	1	
10.10.16	Занятие 14	Упражнять в чередовании ходьбы и бега по сигналу воспитателя; в ползании по гимнастической скамейке на ладонях и коленях; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением заданий. Повторить прыжки через шнуры	1	
12.10.16	Занятие 15	Повторить ходьбу и бег в чередовании по сигналу воспитателя, упражнения в прыжках и с мячом; разучить игру «Круговая лапта».	1	
13.10.16	Занятие 16	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	1	
17.10.16	Занятие 17	Закреплять навыки ходьбы и бега между предметами; упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре и прыжках; развивать ловкость в упражнении с мячом.	1	
20.10.16	Занятие 18	Упражнять детей в беге с преодолением препятствий; развивать ловкость в упражнениях с мячом; повторить задание в прыжках.	1	
24.10.16	Занятие 19	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	1	
26.10.16	Занятие 20	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения по сигналу; отрабатывать навык приземления на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; развивать координацию движений в упражнениях с мячом.	1	
27.10.16	Занятие 21	Повторить бег в среднем темпе (продолжительность до 1,5 минуты); развивать точность броска; упражнять в прыжках.	1	
20.10.16	Занятие 22	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.		
31.10.16	Занятие 23	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен; повторить упражнения в ведении мяча; ползании; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.	1	
07.11.16	Занятие 24	Закреплять навык ходьбы с изменением направления движения, умение действовать по сигналу воспитателя; развивать точность в упражнениях с мячом.	1	
10.11.16	Занятие 25	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге враспынную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на	1	

		равновесие при ходьбе по повышенной опоре.		
14.11.16	Занятие 26	Закреплять навык ходьбы со сменой темпа движения. Упражнять в беге врассыпную, в ползании на четвереньках с дополнительным заданием; повторить упражнение на равновесие при ходьбе по повышенной опоре.	1	
16.11.16	Занятие 27	Повторить ходьбу с остановкой по сигналу воспитателя, бег в умеренном темпе; упражнять в прыжках и переброске мяча.	1	
17.11.16	Занятие 28	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	1	
21.11.16	Занятие 29	Закреплять навык ходьбы и бега по кругу; упражнять в ходьбе по канату (или толстому шнуру); упражнять в энергичном отталкивании в прыжках через шнур; повторить эстафету с мячом.	1	
24.11.16	Занятие 30	Закреплять навык ходьбы, перешагивая через предметы; повторить игровые упражнения с мячом и прыжками.	1	
28.11.16	Занятие 31	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	1	
30.11.16	Занятие 32	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; прыжках через короткую скакалку; бросании мяча друг другу; ползании по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине.	1	
05.12.16	Занятие 33	Закреплять навыки бега с преодолением препятствий, ходьбы с остановкой по сигналу; повторить игровые упражнения в прыжках и с мячом.	1	
08.12.16	Занятие 34	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии.	1	
12.12.16	Занятие 35	Упражнять в ходьбе и беге «змейкой» между предметами; повторить ведение мяча с продвижением вперед; упражнять в лазаньи под дугу, в равновесии.	1	
14.12.16	Занятие 36	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с высоким подниманием колен; повторить игровые упражнения с мячом и с бегом.	1	
15.12.16	Занятие 37	Закреплять навык ходьбы и бега между предметами, развивая координацию движений и ловкость; разучить в лазаньи на гимнастическую стенку переход с одного пролета на другой; повторить упражнения в прыжках и на равновесие.	1	
19.12.16	Занятие 38	Повторить лазанье по гимнастической стенке с переходом на другой пролет и спуск вниз (особое внимание при выполнении упражнения уделять положению рук). Равновесие — ходьба на носках по уменьшенной площади опоры (ширина 15—20 см), руки на пояс или за голову. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди (баскетбольный вариант).	1	
22.12.16	Занятие 39	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в поворотах прыжком на месте; повторить прыжки на правой и левой ноге, огибая предметы; упражнять в выполнении заданий с мячом.	1	
09.01.17 11.01.17	Мониторинг	Мониторинг освоения программы воспитанниками	2	
16.01.17	Занятие 42	Упражнять детей в ходьбе с различными положениями рук,	1	

		в беге враспынную; в сохранении равновесия при ходьбе в усложненной ситуации (бокком приставным шагом, с перешагиванием). Развивать ловкость в упражнениях с мячом.		
19.01.17	Занятие 43	Повторить ходьбу в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять детей в продолжительном беге (продолжительность до 1,5 минуты); повторить упражнения в равновесии, в прыжках, с мячом.	1	
23.01.17	Занятие 44	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.	1	
25.01.17	Занятие 45	Упражнять детей в ходьбе с изменением темпа движения, с ускорением и замедлением, в прыжках на правой и левой ноге попеременно; повторить упражнения в ползании и эстафету с мячом.	1	
26.01.17	Занятие 46	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения на равновесие, в прыжках, на внимание.	1	
30.01.17	Занятие 47	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	1	
02.02.17	Занятие 48	Повторить ходьбу с изменением темпа движения с ускорением и замедлением; упражнять в подбрасывании малого мяча, развивая ловкость и глазомер; упражнять в ползании на животе, в равновесии.	1	
06.02.17	Занятие 49	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному; в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; повторить задания с мячом, упражнения в прыжках, на равновесие.	1	
08.02.17	Занятие 50	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие.	1	
09.02.17	Занятие 51	Повторить ходьбу и бег по кругу с поворотом в другую сторону; упражнять в ползании по скамейке «по-медвежьи»; повторить упражнение в прыжках и на равновесие.	1	
13.02.17	Занятие 52	Упражнять детей в ходьбе между постройками из снега; разучить игровое задание «Точный пас»; развивать ловкость и глазомер при метании снежков на дальность.	1	
16.02.17	Занятие 53	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	1	
20.02.17	Занятие 54	Повторить ходьбу и бег по кругу, ходьбу и бег враспынную с остановкой по сигналу воспитателя; упражнения на равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, прыжки на двух ногах через препятствие.	1	
22.02.17	Занятие 55	Упражнять в ходьбе в колонне по одному; беге между предметами; ходьбе и беге враспынную; повторить игровые упражнения с прыжками, скольжение по дорожке; провести подвижную игру «Два Мороза».	1	
27.02.17	Занятие 56	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	1	

02.03.17	Занятие 57	Повторить ходьбу с выполнением заданий для рук; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом и ползании по скамейке.	1	
06.03.17	Занятие 58	Провести игровое упражнение «Снежная королева»; упражнение с элементами хоккея; игровое задание в метании снежков на дальность; игровое упражнение с прыжками «Веселые воробышки».	1	
09.03.17	Занятие 59	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	1	
13.03.17	Занятие 60	Упражнять в ходьбе и беге с дополнительным заданием (перешагивание через шнуры); развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом; повторить лазанье под шнур.	1	
15.03.17	Занятие 61	Упражнять детей в ходьбе между снежками; разучить ведение шайбы клюшкой с одной стороны площадки на другую; повторить катание друг друга на санках.	1	
16.03.17	Занятие 62	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.	1	
20.03.17	Занятие 63	Повторить ходьбу и бег с изменением направления движения; упражнять в ползании на четвереньках; повторить упражнения на сохранение равновесия и в прыжках.	1	
23.03.17	Занятие 64	Повторить ходьбу между постройками из снега; упражнять в скольжении по ледяной дорожке; разучить игру «По местам!».	1	
27.03.17	Занятие 65	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	1	
29.03.17	Занятие 66	Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с выполнением дополнительного задания, закреплять навык энергичного отталкивания от пола в прыжках; повторить упражнения в бросании мяча, развивая ловкость и глазомер.	1	
30.03.17	Занятие 67	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу воспитателя; повторить игровое задание с клюшкой и шайбой, игровое задание с прыжками.	1	
03.04.17	Занятие 68	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу).	1	
06.04.17	Занятие 69	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением упражнений для рук; разучить прыжки с подскоком (чередование подскоков с ноги на ногу); упражнять в переброске мяча; повторить лазанье в обруч (или под дугу).	1	
10.04.17	Занятие 70	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	1	
12.04.17	Занятие 71	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.	1	
13.04.17	Занятие 72	Повторить ходьбу со сменой темпа движения; упражнять в попеременном подпрыгивании на правой и левой ноге (по	1	

		кругу), в метании мешочков, лазаньи на гимнастическую стенку; повторить упражнения на сохранение равновесия при ходьбе на повышенной опоре с выполнением дополнительного задания.		
08.04.17	Занятие 73	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий; повторить игровые упражнения на санках, с клюшкой и шайбой.	1	
17.04.17	Занятие 74	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	1	
20.04.17	Занятие 75	Упражнять в ходьбе колонной по одному с выполнением задания на внимание, в ползании на четвереньках между предметами; повторить упражнения на равновесие и прыжки.	1	
24.04.17	Занятие 76	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания «Найди свой цвет»; повторить игровое задание с метанием снежков с прыжками.	1	
26.04.17	Занятие 77	Подготовка к Губернаторским состязаниям	1	
27.04.17	Занятие 78	Подготовка к Губернаторским состязаниям	1	
04.05.17	Занятие 79	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в сохранении равновесия при ходьбе по повышенной опоре с дополнительным заданием; повторить задание в прыжках, эстафету с мячом.	1	
10.05.17	Занятие 80	Повторить упражнения в беге на скорость, игровые задания с прыжками и мячом.	1	
11.05.17	Занятие 81	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	1	
15.05.17	Занятие 82	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному, беге враспынную; повторить упражнение в прыжках, ползании; задания с мячом.	1	
18.05.17	Занятие 83	Упражнять детей в беге, в прыжках; развивать ловкость в заданиях с мячом.	1	
22.05.17	Занятие 84	Мониторинг уровня освоения программы воспитанниками	1	
25.05.17	Занятие 85	Мониторинг уровня освоения программы воспитанниками	1	
	Всего		85	

Содержание детской деятельности распределено по месяцам и неделям и представляет систему, рассчитанную на один учебный год. Она предназначена для детей 6 - 7 лет (подготовительная к школе группа детского сада) и рассчитана на 34 недели.

Рабочая программа предусматривает решение программных образовательных задач не только в рамках образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов, как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников.

2.2. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями)

Правовой основой взаимодействия дошкольного образовательного учреждения с родителями являются документы международного права (Декларация прав ребёнка и Конвенция о правах ребёнка), а также законы РФ (Конституция РФ, Семейный кодекс РФ, Законы «Об образовании», «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской

Федерации»). Наиболее важные положения этих документов нашли отражение в данной Рабочей программе:

- Право ребенка на образование, гуманистическое по своему характеру, охрану здоровья и отдых, свободное участие в культурной и творческой жизни, занятия искусством;
- Бережное отношение к индивидуальности каждого ребенка, особенностям его развития;
- Право ребенка на защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорблений, отсутствия заботы или небрежного обращения;
- Взаимодействия ДОУ с семьей с целью формирования здоровья, воспитания и полноценного развития ребенка.

Ведущая цель взаимодействия детского сада с семьей — создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания.

Основные формы взаимодействия с семьей.

1. Знакомство с семьей: встречи-знакомства, анкетирование семей.
2. Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, приглашение родителей на детские концерты и праздники, создание памяток, интернет-журналов, переписка по электронной почте.
3. Образование родителей: организация «Родительского всеобуча» (лекции, семинары, семинары-практикумы), проведение мастер-классов, тренингов, создание библиотеки.
4. Совместная деятельность: привлечение родителей к организации вечеров физкультурных развлечений, конкурсов, семейных праздников,

План работы с родителями

Месяц	Содержание работы
Сентябрь 2016	Знакомство с планом работы по физкультурно-оздоровительному направлению на групповых собраниях.
Октябрь 2016	Консультация. «Как заинтересовать ребёнка занятиями физкультурой».
Ноябрь 2016	Консультация. «Гимнастика и зарядка дома».
Декабрь 2016	Консультация. «Подвижные игры с детьми 3-5 лет в семье». Спортивный праздник для детей 6-7 лет и их родителей «Спорт – это здоровье, сила, красота, смех».
Январь 2017	Оформление стенда «Зимние забавы» (подвижные игры и упражнения для детей на прогулке зимой).
Февраль 2017	Лекция «Значение физического воспитания для правильного развития детей». Совместные спортивные развлечения, посвящённые Дню Защитника Отечества.
Март 2017	Консультация. «Как провести выходной день с пользой». Деловая игра для родителей «Здоровье в наших руках».
Апрель 2017	Фотовыставка «Вот так мы спортом занимаемся!» Консультация «Профилактика плоскостопия».
Май 2017	Участие в итоговом общем родительском собрании, подведение итогов физкультурной работы

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

3.1 Расписание непосредственной образовательной деятельности

Структура физкультурного занятия

Структура физкультурных занятий общепринятая: занятие состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Вводная часть (продолжительность 5-6 минут). В эту часть включают упражнения в построениях, перестроениях; различные варианты ходьбы, бега, прыжков с относительно умеренной нагрузкой; несложные игровые задания.

Разучивание упражнений в ходьбе и беге предусматривает обязательное их чередование. Неравномерность этих упражнений, их однообразие могут привести к снижению внимания, интереса, а также отрицательно сказаться на формировании осанки и стопы детей.

Основная часть (продолжительность 20-25 минут). В эту часть включают упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально-волевых качеств личности. Эти общеразвивающие упражнения, проводящиеся с разными темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные группы, способствуют формированию правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве.

Одно из ведущих мест в основной части занятия занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности. В содержание основной части занятия.

При проведении подвижных игр с детьми подготовительной группы возрастает роль педагога. Он должен не только знать содержание и правила каждой игры, но и умело направлять детей на достижение двигательных задач, формирование морально-волевых качеств (смелости, сообразительности, взаимовыручки, поддержки и т.д.), без которых процесс воспитания и обучения невозможен.

Заключительная часть (продолжительность 4-5 минут). В содержание этой части входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

При проведении физкультурных занятий используются общепринятые способы организации детей — фронтальный, поточный, групповой и индивидуальный.

Обучение реализуется в режиме занятий. Продолжительность занятий 30-35 минут, в неделю 2-3 занятия (2 занятия в физкультурном зале, 1 занятие на улице), 10-12 занятий в месяц, 85 занятий в год.

3.1.1. График проведения занятий

группа	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
<u>Подготовительная к школе</u> Воспитатели Вавилина Разида Караметдиновна Михеева Людмила Александровна	09.40		12.05 через неделю	10.20	

3.2. Условия реализации Рабочей программы

Важнейшим условием реализации Рабочей программы является создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды. Пребывание в детском саду должно доставлять ребёнку радость, а образовательные ситуации должны быть увлекательными.

Для выполнения этих условий необходимо выполнение определённых требований к реализации Рабочей программы:

1. Формирование у детей доброжелательных, внимательных отношений.
2. Развитие у детей самостоятельности.
3. Создание условий для развития свободной игровой деятельности.
4. Создание условий для физического развития.

3.2.1. Особенности организации РППС для физического развития

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства физкультурного зала и спортивного участка, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала в нашем детском саду содержательно-насыщенная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная.

Пространство оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем (в соответствии со спецификой Программы).

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) обеспечивает:

- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- возможность самовыражения детей.

Трансформируемость пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

Доступность среды предполагает:

- доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность, в том числе и физкультурного зала и спортивного участка;
- свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
- исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды физкультурного зала предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

Физкультурно-оздоровительная или спортивно-оздоровительная предметная среда помогает содействовать решению как специфических задач развития двигательной активности, моторики детей, так и задач их гармоничного развития.

Использование разнообразных физкультурных и спортивно-игровых пособий повышает интерес детей к выполнению различных движений, ведет к увеличению интенсивности двигательной активности, что благотворно влияет на физическое, умственное развитие и на состояние здоровья ребенка.

В набор спортивно-игровых комплектов обычно входят традиционные пособия: гимнастическая стенка, канат, веревочная лестница, трапеция, кольца, качели и другие приспособления.

Много физкультурно-оздоровительного оборудования воспитатели изготавливают самостоятельно: коврики для массажа стоп с наклеенными из кожи, меха, резины и т.д. стельками, нашитыми на коврик пуговицами разного диаметра или разноцветные полиэтиленовые пробки от пластиковых бутылок. Для оздоровительной дорожки используются ребристые коврики, гимнастические палки, веревки разной толщины, диск «Здоровье», прозрачные коврики для ванн на присосках и другие приспособления.

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. В детском саду необходимо иметь достаточное количество физкультурного оборудования для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников. Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов.

Физкультурные пособия помогают детям добиваться более четкого представления о движении, которое складывается на основе ощущений и восприятий. Самостоятельная двигательная активность детей определяется наличием конкретных знаний о разных способах выполнения упражнений с использованием физкультурного оборудования. Важно, чтобы в процессе обучения детей движениям пособия способствовали более быстрому их освоению.

В процессе выполнения двигательных заданий дети получают знания о свойствах разных предметов и пособий (форме, цвете, весе, качестве материала), знакомятся с особенностями движения в пространстве, с направлениями движений. Следует отметить положительную роль использования разнообразных физкультурных пособий в подвижных играх и упражнениях детей для восприятия пространства и времени, в том числе для формирования умений и навыков ориентировки в окружающей среде. Дети, проявляя свою двигательную активность, действуют в каком-то определенном пространстве, которое может быть разным по величине и форме, предметному насыщению.

Эффективность использования оборудования значительно повышается при рациональном его размещении. Расстановка разных предметов оборудования зависит от их габаритов и предназначения. Гимнастическая стенка устанавливается стационарно, прочно крепится к стене. Имеются дополнительные пособия: лесенка с зацепами, доски, горка-скат. Канаты, шесты, веревочные лестницы укрепляются на потолке с помощью специальных приспособлений: крюков, монорельса и т. п. Крупные предметы оборудования (мягкие модули, гимнастические скамейки, бумы, кубы и т. д.) размещаются вдоль стен зала.

Для досок, лестниц с зацепами предусматривается место, где они могут быть подвешены или положены таким образом, чтобы не мешать детям проявлять свою двигательную активность.

Мелкое физкультурное оборудование (мячи, кольца, мешочки с грузом, кубики, булавы, обручи, гимнастические палки, скакалки, дуги для подлезания и перешагивания и т. д.) хранятся в специальном помещении – комнате для хранения спортивного инвентаря, на специальных полках, стеллажах, в ящиках.

Первостепенной задачей для дошкольного учреждения является сочетание воспитательно – образовательного процесса с сохранением и укреплением здоровья детей. Перед детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и в целом физическому развитию детей как фундаментальной составляющей общечеловеческой культуры.

Средствами решения данной задачи являются: разные формы организации двигательной деятельности детей, закаливающие мероприятия, оздоровительные мероприятия, оздоровительные мероприятия, познавательная непосредственно организованная деятельность. Развитие двигательной сферы обеспечивается через разного вида занятия физической культурой, утреннюю гимнастику на свежем воздухе, проведение спортивных и подвижных игр, спортивных праздников и т.д. для решения всех поставленных задач традиционных форм и методов работы по физическому развитию недостаточно, поэтому педагоги используют в своей работе новые эффективные технологии.

3.4. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

3.4.1. Спортивное оборудование и инвентарь

№	Наименование	Количество
1	Гимнастические маты	2
2	Баскетбольный щит	1
3	Гимнастические скамейки	4
4	Дуги для подлезания	4
5	Коврики для профилактики плоскостопия	6
6	Гимнастические палки	12
7	Мячи разной величины	18
8	Канат	1
9	Лестницы- стремянки	4
10	Дорожки «здоровья»	2
11	Скакалки	18
12	Теннисный стол	1
12	Набор мягких модулей	1
13	Мячи для профилактики плоскостопия	5
14	Велосипеды	3
15	Самокаты	2
16	Лыжи детские	20
17	Лыжи взрослые	2
18	Мячи - прыгунки	4
19	Велотренажер	1
20	Тренажер «Беговая дорожка»	1
21	Тренажер для кардионагрузок	1
22	Тренажер для пресса	1
23	Магнитофон	1
24	Шведская стенка	1

3.4.2. Методическая литература

1. Борисова М.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3 – 7 лет», М. Мозаика-синтез, 2013
2. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. — М.; Мозаика-Синтез, 2009-2010.

3. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа в соответствии с ФГОС ДО под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой, М.Мозаика-Синтез, 2014.
4. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010.
5. Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа (6 – 7 лет)», М. Мозаика-синтез, 2013
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования".
7. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организациях. Санитарно-эпидемиологические требования СанПиН 2.4.1.3049-13, утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года № 26.
8. Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. — М.: Мозаика-Синтез, 2008-2010.
9. Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. — М., 2005.
10. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, — М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.
11. Степаненкова Э.Я. «Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2 - 7 лет», М. Мозаика-синтез, 2013.