

Муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №12» с. Новоселище



УТВЕРЖДАЮ

Заведующая МБДОУ д/с №12

И.П.Е.В.

Рабочая программа
по физической культуре (2020- 2021 учебный год)

вторая младшая группа

Воспитатель: Лысак В.А

Муниципальное бюджетное
дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №12» с. Новоселище

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая мбДОУ д/с №12

_____Цап Е.В.

Рабочая программа по физической культуре (2020- 2021 учебный год)

вторая младшая группа

Воспитатель: Лысак В.А

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Разделы программы	Стр.
I Целевой раздел		
	1.Пояснительная записка	
1.1	Общие положения	3
1.2	Цели и задачи реализации программы	3
1.3	Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.4	Возрастные и индивидуальные особенности детей 2 младшей группы	6
II Содержательный раздел		
2.1	Содержание образовательной деятельности с детьми	7
2.2	Физическое развитие в ДОУ. Комплексно-тематическое планирование непосредственно образовательной деятельности по физической культуре	8
2.3	Виды интеграции образовательных областей	14
2.3.1	Современные здоровьесберегающие технологии в ДОУ	14
2.4	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	18
III Организационный раздел		
3.1	Организация образовательного процесса	22
3.2	Материально-техническое обеспечение образовательного процесса	25
3.2.1	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	25
3.2.2	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	29
Список литературы		31

1. Пояснительная записка

1.1. Общие положения

Рабочая программа по физической культуре для детей второй младшей группы (Далее - Программа) разработана в соответствии с основной общеобразовательной программой мб ДОУ «Детский сад №12», с Федеральными государственными стандартами дошкольного образования (ФГОС ДО, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 года № 1155) , приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам- дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2013 №30038), санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13 (утверждены постановлением главного государственного санитарного врача РФ №26от 15 мая 2013 г.) .

Программа формируется как программа развития детей дошкольного возраста по физической культуре и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

Структура образовательной программы построена по трем разделам:

1)Целевой раздел. Целевой раздел включает в себя цели, задачи и планируемые результаты освоения программы; принципы и подходы к организации образовательной деятельности с детьми; характеристики особенностей современного ребенка дошкольного возраста.

2) Содержательный раздел представлен содержанием образования по физическому развитию, обозначенным в ФГОС ДО.

3) Организационный раздел включает в себя описание особенностей организации развивающей предметно-пространственной среды, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания по данной программе.

1.2 Цели и задачи реализации Программы

Задачи по направлению «Физическая культура»:

1) Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

2) Формировать умение ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать

действовать сообща, придерживаясь определенного направления движения во время ходьбы и бега в соответствии с указаниями педагога.

3) Развивать движения в ходе обучения разнообразным формам двигательной

4) Закреплять навыки ползания, лазанья, разнообразные действия с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать).

5) Развивать умение прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

6) Воспитывать желание выполнять физические упражнения на прогулке.

7) Развивать стремление играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Развивать умение играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений (ходьба, бег, бросание, катание).

8) Формировать выразительность движений, умение передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята и т.п.).

Задачи по направлению «Здоровье»

1).Осуществлять комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды. Приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.

2).Формировать представления о значении каждого органа для нормальной жизнедеятельности человека: глазки- смотреть, ушки- слышать, носик- нюхать, язычок- пробовать (определять) на вкус, ручки- хватать, держать, трогать; ножки- стоять, бегать, ходить; голова- думать, запоминать; туловище- наклоняться и поворачиваться в разные стороны.

1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

Программа разработана в соответствии с основными принципами и ценностями личностно-ориентированного образования, которые позволяют эффективно реализовать поставленные цели и задачи.

Основные принципы дошкольного образования:

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 мБДОУ 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);

1.4.Возрастные и индивидуальные особенностей детей 2 младшей группы

На четвертом году жизни ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга, общение становится вне ситуативным. Взрослый становится не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции, а желание ребенка выполнять такие же функции приводит к противоречию с его реальными возможностями, что разрешается в игре, которая становится ведущим видом деятельности в данном возрасте. Особенно ярко в ходе игр проявляется воображение, Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами, эти нормы могут выступать основанием для оценки своих и чужих действий. Начинает развиваться самооценка, ориентиром для ребенка , в значительной степени служит оценка воспитателя. Продолжает развиваться их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек.

В совместной игре испытывает положительные эмоции в самостоятельной двигательной деятельности.

Ребенок владеет соответствующими возрасту основными движениями.

II Содержательный раздел

2.1. Содержание образовательной деятельности с детьми

Задачи работы по формированию физических качеств детей решаются интегративно в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области.

При этом решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках непосредственно-образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов – как в совместной деятельности, так и в самостоятельной деятельности детей.

2.2 Физическое развитие в ДОУ.

Комплексно-тематическое планирование непосредственно образовательной деятельности по физической культуре

Годовое тематическое планирование

Период	Тема
1 – 2 неделя сентября	Детский сад
3 – 4 неделя сентября	Осень
1 – 2 неделя октября	Даря осени: ягоды и грибы
3 – 4 неделя октября	Даря осени: ягоды и грибы
1 – 2 неделя ноября	Одежда и обувь
3 – 4 неделя ноября	Домашние и дикие животные
1 – 2 неделя декабря	Зима
3 – 4 неделя декабря	Новый год
1 – 3 неделя января	Зимние развлечения
4 неделя января	Безопасность
1 - 2 неделя февраля	Профессии
3 – 4 неделя февраля	День Защитника Отечества
1 - я неделя марта	Мамин праздник. Профессии наших мам
2 – я неделя марта	Моя семья
3 – 4 неделя марта	Народная игрушка
1 неделя апреля	Здоровье
2 неделя апреля	Космос
3 – 4 неделя апреля	Весна
1 неделя мая	Насекомые
2 неделя мая	День Победы
3 неделя мая	Транспорт. Правила дорожного движения
4 неделя мая	Мой дом и моя улица.

СЕНТЯБРЬ				
Темы Этапы занятия	1-я неделя 1-3 занятие	2-я неделя 4-6 занятие	3-я неделя 7-9 занятие	4-я неделя 10-12 занятие
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление, может ползать на четвереньках, энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, может бросать мяч от груди; проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, умеет посредством речи налаживать контакты, взаимодействовать со сверстниками.				
Вводная часть	Развивать ориентировку в пространстве, при ходьбе в разных направлениях; учить ходить по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие; прыжки на двух ногах на месте; умение действовать по сигналу воспитателя.			
ОРУ	Без предметов	Без предметов	С мячом	С кубиком
Основные виды движений	Ходьба и бег между двумя параллельными линиями (ширина – 25см).	Прыжки на двух ногах на месте (2-3 раза).	Прокатывание мячей.	Ползание с опорой на ладони и колени.
Подвижные игры	«Бегите ко мне», «Пойдём в гости»	«Птички»	«Кот и воробышки»	«Быстро в домик»
Малоподвижные игры	«Ходьба стайкой за воспитателем в обход зала».	«Найдем птичку»	«Сорви яблоко»	«Найдем жучка»

ОКТЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя 1-3 занятие	2-я неделя 4-6 занятие	3-я неделя 7-9 занятие	4-я неделя 10-12 занятие
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками, проявляет положительные эмоции при физической активности, откликается на эмоции близких людей и друзей, делает попытки пожалеть сверстника, обнять его, помочь, имеет положительный настрой на соблюдение элементарных правил поведения в детском саду.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне с изменением направления; бег между предметами; ходьба с перешагиванием через бруски; ходьба врассыпную, на сигнал – построение в шеренгу; с перешагиванием через шнуры, на пятках			
ОРУ	Без предметов	Без предметов	С осенними листочками	На стульчиках
Основные виды движений	1. Упражнения в сохранении равновесия «Пойдем по мостику»; 2. Прыжки.	1. Прыжки из обруча в обруч; 2. Прокатывание мяча друг другу (игра «Прокати мяч») 3. бег по залу в разных направлениях.	1 Прокатывание мячей в прямом направлении; 2. Ползание между предметами не задевая их	1 Ползание «Крокодилы» (ползание под перекладиной поставленной на высоте 50 см. от пола); 3. Упражнение в равновесии «Пробеги - не задень»

Подвижные игры	«Догони мяч»	«Ловкий шофер»	«Зайка серый умывается»	«Кот и воробушки»
Малоподвижные игры	Ходьба в колонне по одному с мячом в руках.	«Машины поехали в гараж»	Ходьба с осенними листочками и положением рук: за спиной, в стороны, за головой	Имитация «Деревья и кустарники»

НОЯБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
<div>Темы</div> <div>Этапы занятия</div>	1 -я неделя 1-3 занятие	2 – я неделя 4-6 занятие	3 неделя 7-9 занятие	4 неделя 10-12 занятие
<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать на четвереньках, энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, умеет взаимодействовать со сверстниками, ситуативно проявляет доброжелательное отношение к окружающим, умение делиться с товарищем; имеет опыт правильной оценки хороших и плохих поступков.</p>				

Вводная часть	Ходьба и бег по кругу, бег между предметами, на носках в чередовании с ходьбой, с изменением направления движения, высоко поднимая колени; бег врассыпную, с остановкой на сигнал			
ОРУ	С ленточками	С обручем	Без предметов	С флажками
Основные виды движений	1 Упражнение в сохранении равновесия (ходьба в умеренном темпе сначала по одной доске, затем по другой, положенным параллельно друг другу (ш- 25 см., д- 2-3 м.)); 2. Прыжки на двух ногах «Воробышки»	1. Прыжки через «болото»; 2. прокати мяч «точный пас»;	1. Игровое задание с мячом «прокати – не задень» (между предметов); 2. Игровое задание «проползи - не задень» (ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени) между предметами не задевая их. 3. Игровое задание «быстрые жучки» (ползание).	1. Игровое задание «Паучки» (ползание); 2. Упражнение в сохранении равновесия.
Подвижные игры	«Птички»	«Кот и воробышки»	«По ровненькой дорожке»	«Поймай комара»
Малоподвижные игры	«Найдем птичку»	«Где спрятался цыпленок»	«Назови одежду и обувь» (игры с мячом)	Ходьба в колонне по одному за комаром.

ДЕКАБРЬ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1 -я неделя 1-3 занятие	2-я неделя 4-6 занятие	3 – неделя 7-9 занятие	4 неделя 10-12 занятие

<p>Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, может ползать произвольным способом, катать мяч в заданном направлении, проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях, проявляет умение взаимодействовать и ладить со сверстниками в непродолжительной совместной игре.</p>				
Вводная часть	Ходьба и бег в колонне по одному, перестроение в пары на месте, в три звена, между предметами (поставленными врассыпную), по гимнастической скамейке. Ходьба с поворотами на углах, со сменой ведущего. Бег врассыпную с нахождением своего места в колонне			
ОРУ	С кубиками	С мячом Л. И. Пензулаева стр. 40	С кубиками	На стульчиках
Основные виды движений	1. Игровое упражнение в сохранении равновесия «Пройди не задень» (ходьба между кубиками); 2. Игровое упражнение «Лягушки попрыгушки» (прыжки на двух ногах).	1. Прыжки со скамейке (высота 20 см.) на мат. 2. Прокатывание мячей друг другу	1. Прокатывание мяча между предметами, расположенными в 50-60 см. друг от друга; 2. Ползание под дугу «Проползи – не задень» (высота 50 см.).	1. Ползание под доской с опорой на ладони и колени (игровое упражнение «Жучки на бревнышке»); 2. Упражнение в сохранении равновесии. Ходьба по доске в умеренном темпе боком приставным шагом (игровое упражнение «Пойдем по мостику»)
Подвижные игры	«Коршун и птенчики»	«Котята и щенята»	«Снежинки-пушинки»	«Птица и птенчики»
Малоподвижные игры	«Найдем птенчика»	«Кошечка крадется»	«Найдем Снегурочку»	«Найдем птенчика»

МАЙ

Содержание организованной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя 1-3 занятие	2-я неделя 4-6 занятие	3-я неделя 7-9 занятие	4-я неделя 10-12 занятие
Планируемые результаты развития интегративных качеств: умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями, может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, катать мяч в заданном направлении, бросать его двумя руками, ударять об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности, доброжелательность, доброту, дружелюбие по отношению к окружающим.				
Вводная часть	Ходьба и бег: со сменой ведущего; между предметами; с высоко поднятыми коленями; в полуприседе; бег «Лошадка»			
ОРУ	С кольцом от кольцеброса	С мячом	С флажками	Без предметов
Основные виды движений	1. упражнения в сохранении равновесия (ходьба боком приставным шагом, по гимнастической скамейке (высота 30 см.)); 2. прыжки на двух ногах через шнуры (расстояние между ними 30-40см.	1. прыжки со скамейке на полусогнутые ноги «Парашютисты»; 2. прокатывание мяча друг другу.	1. Броски мяча вверх и ловля его двумя руками 2. ползание по скамейке на четвереньках.	1. лазание на наклонную лесенку; 2. ходьба по доске руки на поясе
Подвижные игры	«Поймай комара»	«Воробышки и кот»	«Пятнашки с ленточками»	«У медведя во бору»
Малоподвижные игры	Пальчиковая гимнастика «Семья»	«Давайте вместе с нами»	«Солнышко лучистое»	«Воздушный шар»

2.3 Виды интеграции образовательных областей

Здоровьесберегающие: создавать условия для систематического закаливания организма, формирования и совершенствования ОВД; воспитывать бережное отношение к своему телу, к своему здоровью, здоровью других детей; продолжать укреплять здоровье детей; дать им представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; познакомить детей с упражнениями, укрепляющими организм; приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде; осуществлять постоянный контроль за выработкой правильной осанки; формировать желание вести здоровый образ жизни; формировать умение сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред своему здоровью.

Социализация: способствовать участию детей в совместных играх, поощрять игры с мячом, игры в которых развиваются навыки ползания и лазания; развивать активность детей в двигательной деятельности, умение общаться спокойно, без крика; развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх; постепенно вводить игры с более сложными движениями и их сменой; поощрять попытки помочь сопернику; развивать умение в ходе игры соблюдать правила.

Коммуникация: помогать детям доброжелательно общаться друг с другом ; развивать инициативную речь в ходе игры со взрослыми и сверстниками; формировать умение слушать и понимать заданный вопрос, понятно отвечать на него, говорить в нормальном темпе, не перебивая взрослого; формировать потребность делиться своими впечатлениями; на основе обогащения представлений о ближайшем окружении продолжать расширять и обогащать, активировать словарный запас детей; развивать диагностическую форму речи.

Безопасность: продолжать знакомить детей с элементарными правилами поведения в детском саду; учить соблюдать правила безопасного передвижения в помещении, осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держась за перила; помогать детям посредством речи взаимодействовать и налаживать контакт друг с другом; развивать диалогическую форму речи; не разговаривать с незнакомыми людьми на улице, сообщать взрослому о появлении постороннего человека на участке.

2.3.1 Современные здоровьесберегающие технологии в ДОУ

Современные здоровьесберегающие технологии используемые в системе дошкольного образования отражают две линии оздоровительно-развивающей работы:

- приобщение детей к физической культуре

- использование развивающих форм оздоровительной работы.

Акцент смещается от простого лечения и профилактики болезней на укрепление здоровья как самостоятельно культивируемой ценности, необходим комплекс эффективных лечебно-профилактических мер, система надежных средств коррекции психофизического развития на протяжении всего дошкольного детства.

Стремление к комплексности понятно и оправдано, т.к. здоровый ребенок рассматривается в качестве целостного телесно-духовного организма, требующего индивидуально-дифференцированного подхода.

Принципы, лежащие в формировании единства.

1. принцип развития творческого воображения – внутреннее условие оздоровительной работы, здесь ребенок условно предстает объектом тех или иных педагогических и медицинских воздействий. И, как показала статистика, благодаря включению ребенком воображения, можно добиться существенных результатов в профилактике и лечении ряда заболеваний.
2. принцип формирования осмысленной моторики – движение может стать произвольным и управляемым только тогда, когда оно будет осмысленным и ощущаемым. Ребенку предстоит научиться слушать, понимать, уважать и любить свое тело.
3. принцип создания и закрепления целостного позитивного психосоматического состояния при различных видах деятельности, который реализуется благодаря многофункциональным развивающим формам здоровьесберегающей работы.
4. принцип формирования у детей способности к сопереживанию и содействию.

Формы организации здоровьесберегающей работы:

- физкультурные занятия
- самостоятельная деятельность детей
- подвижные игры
- утренняя гимнастика (традиционная, дыхательная)
- двигательно-оздоровительные физкультминутки
- физические упражнения после дневного сна
- физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами
- физкультурные прогулки
- физкультурные досуги
- спортивные праздники
- оздоровительные процедуры в водной среде.

Существующие здоровьесберегающие образовательные технологии можно выделить в три подгруппы:

- Организационно-педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующие предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;

- Психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми;
- Учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья.

Здоровьесберегающие технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья:

1.Динамические паузы - во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

2.Подвижные и спортивные игры – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В детском саду мы используем лишь элементы спортивных игр.

3. Гимнастика пальчиковая – с младшего возраста индивидуально, либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).

4.Гимнастика для глаз – ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.

5.Гимнастика дыхательная – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Обеспечить проветривание помещения.

6. Гимнастика – ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.

7.Гимнастика корригирующая– в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей.

8.Корректирующая гимнастика – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы

9.Физкультурное занятие – 2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Младший возраст – 15-20 мин.. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.

Коррекционные технологии

Технологии музыкального воздействия – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей. Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Закаливание, важное звено в системе физического воспитания детей. Оно обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение его устойчивости к воздействию постоянно изменяющихся условий внешней среды. Закаливание дает оздоровительный эффект только при условии его грамотного осуществления и обязательного соблюдения следующих принципов:

1. закаливающие мероприятия гармонично вписываются во все режимные моменты;
2. проводятся систематически на фоне оптимального теплового состояния детей, на фоне их положительного эмоционального настроения;
3. проводятся с учетом индивидуальных, возрастных особенностей детей, состояния здоровья, уровня закаленности;
4. сила воздействия и длительность закаливающих процедур увеличивается постепенно.

Из всего богатого выбора существующих форм закаливания можно выделить наиболее доступные:

1. Нахождение детей в групповой комнате в облегченной одежде в течение дня;
2. Проведение утренней гимнастики на свежем воздухе в летний период;
3. Прогулки на свежем воздухе. При правильной организации прогулка является одним из важных моментов закаливания.

Использование специальных форм здоровьесберегающих технологий с применением развивающей программы оздоровления, приводит не только к сохранению, но и к развитию здоровья воспитанников.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

2.4. Взаимодействие ДОО с родителями воспитанников в процессе реализации задач образовательных областей «Физическая культура» и «Здоровье».

Вся работа по физическому воспитанию детей должна строиться с учетом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

Поэтому главная задача педагога ДОО знать состояние здоровья, физическом развитии, особенностях поведения, характере, интересах, эмоциональных проявлениях воспитанников, т. е. провести диагностику (мониторинг).

Одной из основных форм работы по физическому воспитанию являются физкультурные занятия.

Чтобы физкультурные занятия были действительно развивающими,

интересными, увлекательными и познавательными, используя разные формы их проведения (традиционные, тренировочные, контрольно-проверочные, игровые, тематические, сюжетные и интегрированные).

Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора или воспитателя от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя.

Очень важно, чтобы музыка на занятии не звучала только ради того, чтобы прозвучать, она должна естественно вплестаться в занятие, в каждое движение. Поэтому если на утренней гимнастике, занятии или развлечении мне необходимо музыкальное сопровождение мы вместе подбираем музыкальные произведения к различным упражнениям и играм. Энергичный бодрый марш для ходьбы, легкая танцевальная музыка для прыжков – полька, галоп. Общеразвивающие упражнения имеют свою структуру, поэтому для них подбираем произведения определенного строения. И самое главное сначала попробовать самой выполнить эти упражнения под музыку. При необходимости можно подбирать музыку и к ОВД

Проводятся музыкально-спортивные праздники и развлечения. Такие мероприятия планируются согласно годовому календарно-тематическому планированию.

Физкультурные праздники и досуги

Период	Тема	Итоговое мероприятие
1 неделя ноября		«Веселые старты»
1-3 неделя января	Зимние развлечения	Путешествие к Снежной Королеве
4 неделя января	Безопасность	Школа Аркадия Паровозова
4 неделя февраля	День защитника Отечества	Спортивное развлечение
2 неделя марта	Моя семья	«Веселые старты»
1 неделя апреля	Здоровье	«Приключения Айболита и его друзей»
2 неделя апреля	Космос	Спортивно-музыкальный досуг «Поможем Звездочету»
3 неделя мая	Дорожная безопасность	«Приключение Светофорчика»

Совместная работа с родителями воспитанников ГБДОУ

№	Тема консультации	Дата проведения	Ответственный
1	Основные направления физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ в	сентябрь	воспитатель

	новом учебном году		
2	Артикуляционная и дыхательная гимнастика	октябрь	
3	Анкетирование «Место спорта в вашей семье».	ноябрь	
4	Как провести выходные с детьми	декабрь	
5	Использование элементов зимних спортивных игр на прогулке в самостоятельной деятельности детей	январь	
6	Подвижные игры – одна из форм повышения двигательной активности дошкольников	февраль	
7	Мама, папа, я –здоровая семья	март	
8	Упражнения для формирования правильной осанки и предупреждения плоскостопия ,виды коррекционных гимнастик (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз).	апрель	
9	Спорт в жизни ребёнка	май	

III Организационный раздел

3.1. Организация образовательного процесса

Ежедневная организация жизни и деятельности детей строится на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

Режим дня разработан на основе:

- Основной общеобразовательной Программы дошкольного образования, разработанной коллективом детского сада.
- Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.1.3049-13).

Цикличность процессов жизнедеятельности обуславливают необходимость выполнения режима, представляющего собой рациональный порядок дня, оптимальное взаимодействие и определённую последовательность периодов подъёма и снижения активности, бодрствования и сна. Режим дня в детском саду организуется с учётом физической и умственной работоспособности, а также эмоциональной реактивности в первой и во второй половине дня.

При составлении и организации режима дня учитываются повторяющиеся компоненты:

- время приёма пищи;
- укладывание на дневной сон;
- общая длительность пребывания ребёнка на открытом воздухе и в помещении при выполнении физических упражнений.

Расписание непосредственной образовательной деятельности по физической культуре

понедельник	Физическое развитие (Физическая культура) 08.50-09.05
вторник	-
среда	Физическое развитие (Физическая культура) 08.50-09.05

четверг	-
пятница	Физическое развитие (Физическая культура) 08.50-09.05

3.2. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса в группе соответствует государственным и местным требованиям и нормам.

Образовательный процесс организуется в соответствии с:

- санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;

правилами пожарной безопасности;

- требованиями, предъявляемыми к средствам обучения и воспитания детей дошкольного возраста (учет возраста и индивидуальных особенностей развития детей);

- требованиями к оснащённости помещений, развивающей предметно-пространственной средой;

- требованиями к материально-техническому обеспечению программы (учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы).

3.2.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Организация предметно-развивающей среды является неизменным элементом для осуществления педагогического процесса, носящего развивающий характер. Предметно-развивающая среда как организованное жизненное пространство, способна обеспечить социально-культурное становление дошкольника, удовлетворить потребности его актуального и ближайшего развития.

В соответствии с ФГОС была проанализирована предметно-развивающая среда физкультурного зала

- * Принцип педагогической целесообразности, согласно которому в ДОУ предусмотрено необходимое и достаточное наполнение предметно-развивающей среды, а также обеспечена для каждого воспитанника возможность самовыражения с учетом их интересов, желаний, потребностей и особенностей, что обеспечивает индивидуальную комфортность и эмоциональное благополучие каждого ребенка. Для этого в физкультурном зале имеется: модули, мячи, обручи, ракетки..

- * Принцип полифункциональности реализуется за счет обеспечения всех составляющих общеобразовательного процесса и возможностью разнообразного использования различных составляющих предметно-развивающей среды.

В ДОУ учитывается этот принцип путем приобретения специфичных материалов для девочек и мальчиков, пример: мешочки для выполнения упражнений красного и синего цвета, гимнастические ленты, клюшки хоккея.

- * Принцип трансформируемости, обеспечивающий возможность гибкого построения и периодического изменения предметно-развивающей среды, позволяет вывести на первый план ту или иную функцию пространства по ситуации, в зависимости от целей и задач взаимодействия с детьми педагог имеет возможность изменить пространство зала за счет установки мягких модулей,

* Принцип информативности обеспечивается разнообразием тематического материала и оборудования и активизации воспитанников во взаимодействии с предметным окружением, проводимая в системе работа по физическому направлению развивает у детей умение пользоваться физкультурным оборудованием, знать его предназначение. Все оборудование ДОУ отвечает гигиеническим, педагогическим и эстетическим требованиям, а также санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам. Подбор оборудования осуществляется с учетом ведущего вида деятельности детей дошкольного возраста и исходит из того, что при реализации ООП дошкольного образования основной формой работы с детьми является игра.

Таким образом, анализ предметно -развивающей среды ДОУ показал, что в учреждении выполняются требования ФГОС к условиям реализации основной общеобразовательной программы дошкольного воспитания по общеобразовательной области «Физическая культура», а также требования к созданию здоровьесберегающего пространства дошкольного образовательного учреждения.

В физкультурном зале ДОУ имеется:

- * разнообразное спортивное оборудование для развития основных видов движений—ходьбы, бега, прыжков, лазания, метания), предупреждения нарушений осанки и плоскостопия, формирования пространственной ориентировки: шведская стенка, дуги, гимнастические скамейки, маты, бревна, дорожки, индивидуальные коврики, мешочки для метания, бруски, зрительные ориентиры, ребристые и наклонные доски.
- * спортивный игровой инвентарь: кегли, мячи, гантели, скакалки, обручи, кубики
- * атрибуты и игрушки для подвижных игр

- * магнитофон
- * подборка дисков с комплексами утренней гимнастики, пальчиковой гимнастики, музыкальные произведения
- * подборка методической литературы и пособий
- * нестандартное физическое оборудование

Особенности организации физкультурного уголка в группе

Главная цель физкультурного уголка:

Физкультурный уголок служит удовлетворению потребности дошкольника в движении и приобщению его к здоровому образу жизни.

Задачи физкультурного уголка:

- развитие движений и совершенствование двигательных функций;
- достижение необходимой для возраста физической подготовленности;
- предупреждение нарушений опорно – двигательного аппарата;
- создание благоприятных условий для активного отдыха, радостной содержательной деятельности в коллективных играх и развлечениях;
- приобщение детей к занятиям физической культуры и спорту.

Задача воспитателя:

Научить детей самостоятельной двигательной активности в условиях ограниченного пространства и правильному использованию физкультурного оборудования.

Требования к спортивному уголку

1. Безопасность размещения: спортивный уголок не следует размещать рядом с окнами, уголком природы и зоной самостоятельной художественной деятельности детей. Он может быть размещен: в приемной, групповой или спальном комнате.
2. Отвечать гигиеническим и педагогическим требованиям, а расположение принципу целесообразности.
3. Уголок должен логично вписываться в интерьер комнаты и быть эстетически оформлен.
4. Уголок должен быть доступным в использовании каждым ребенком.
5. Уголок должен соответствовать возрасту детей и требованиям программы, учитывать интересы, как мальчиков, так и девочек.
6. Наличие символики физкультуры и спорта.

Физкультурные пособия в младшем дошкольном возрасте важно разместить таким образом, чтобы они способствовали проявлению двигательной активности детей. Все имеющиеся пособия лучше вносить постепенно, чередуя их. В среднем возрасте дети стремятся к выполнению движений разными способами, выбирая наиболее рациональный.

Необходимо в этот период варьировать местоположение оборудования, периодически убирая то, что наскучило детям.

Во второй половине года необходимо пополнять уголок иллюстрированным материалом, дидактическими и настольными играми для ознакомления детей с видами спорта.

1. Теоретический материал:

- картотека подвижных игр в соответствии с возрастом детей;
- картотека малоподвижных игр в соответствии с возрастом детей;
- картотека физкультминуток в соответствии с возрастом детей;
- картотека утренних гимнастик в соответствии с возрастом детей;
- картотека бодрящих гимнастик в соответствии с возрастом детей;
- картотека считалок
- иллюстрированный материал по зимним видам спорта;
 - иллюстрированный материал по летним видам спорта
 - 4. Для профилактики плоскостопия и развития мелкой моторики рук:
- мешочки с крупой (бобы, горох, фасоль и т. д.) в разных формах для ходьбы;
- коврики и массажные дорожки с рельефами, «ребрами», резиновыми шипами и т. д. ;
- бросовой материал (шишки, яйца от киндер сюрпризов и т. д.) для захвата и перекладывания с места на место стопами и пальцами ног.
- нестандартное оборудование, сделанное своими руками;
- мячики – ежики;
- мешочки с разной крупой

5. Для игр и упражнений с прыжками:

- скакалки;
- обручи;
- шнуры;
- бруски.

6. Для перешагивания, подъема и спуска:

- бруски деревянные.

7. Для игр и упражнений с бросанием, ловлей, метанием:

- кольцоброс;
- мячи резиновые разных размеров;
- мячи или мешочки с песком для метания
- кегли;
- нестандартное оборудование.

8. Выносной материал :

- мячи резиновые;
- скакалки;
- обручи;

9. Наличие бубна для проведения утренней гимнастики

Примеры оформления спортивных уголков:

Игры с «тихим тренажером»

"ТИХИЙ ТРЕНАЖЕР" - это наклеенные на стене силуэты детских ладошек в различных вариациях от пола и до 1, 5м, силуэты ножек от пола до 70см; разноцветные полосы (5-10 штук) длиной до 1м для подпрыгивания: "Достань ягодку"; "Пройди по стене"; "Допрыгни до полосочки" и т. д.

3.2.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Психолого-педагогическая работа по освоению детьми образовательных областей обеспечивается использованием следующих программ, технологий и методических пособий:

Направление «Физическое развитие»

Физическая культура

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.

1. Программа	Основная общеобразовательная программа дошкольного образования ГБДОУ д/с №3
2. Дополнительная программа	Физическое воспитание в детском саду, Э Я.Степаненкова. М., 2006

<p>Технологии и методические пособия</p>	<p>Физкультура для всей семьи. Козлова Т.В., Рябухина Т.А.:изд-во «Физкультура и спорт», 1989</p> <p>Подвижные игры для детей. Т.Н.Образцова «Гамма Пресс 2000», 2004</p> <p>Творим здоровье души и тела . Л.Лахонина, Т.Андрус изд. «Пионер» 2000</p> <p>Оценка физического и нервно – психического развития детей раннего и дошкольного возраста. Ноткина Н.А. –СПб.,1995.</p> <p>Физкульт-Ура! Физическая культура дошкольников, Москва «Школьная Пресса» 2003</p> <p>Творим здоровье души и тела. Л.И.Латохина- Спб., 1997</p> <p>Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке. В.Г.Фролова Москва «Просвещение» 1986</p> <p>Физическое воспитание детей дошкольного возраста В.А.Андерсон.,-М.:Просвещение, 1991</p> <p>Укрепляйте здоровье детей.Е.Н.Вавилова. Москва-Просвещение 1986</p> <p>Спортивные праздники и развлечения для дошкольников. В.Я.Лысова,Т.С.Яковлева Москва Аркти 1999</p>
---	--

Здоровье

Цель – охрана 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 здоровом образе жизни.

<p>1. Программа</p>	<p>Основная общеобразовательная программа дошкольного образования мб ДОУ «Детский сад№12»</p>
<p>2. Дополнительная программа</p>	<p>-Здоровый малыш, под редакцией З.И.Бересневой. М., ТЦ Сфера, 2003</p>

3. Технологии и методические пособия	-Формируем у детей правильное отношение к своему здоровью. Л.Ф. Тихомирова, Ярославль, 1997 -Укрепляйте здоровье детей. Пособие для воспитателей детских садов. Е.Н.Вавилова. М., Просвещение. -Беседа о здоровье: Методическое пособие.- М.:ТЦ Сфера, 2005. -Уроки Айболита. Г.Зайцев. СПб, Издательство Акцидент,1996 -Уроки Мойдодыра. Г.Зайцев. СПб, Издательство Акцидент, 1998.
---	---

Список литературы

1. Ахутина Т. В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально – ориентировочный подход / Школа здоровья, 2000.
2. Доронова Т.Н. Взаимодействие дошкольного учреждения с родителями. Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений. – М. – 2002.
3. Инструктор по физической культуре / Сфера, 2014.
4. Маханева М.: С физкультурой дружить - здоровым быть! Методическое пособие / изд. «Сфера», 2009.
5. Образцова Т. Н.: Подвижные игры для детей / изд. «Лада/Москва», 2005.
6. Овчинникова Т. С. Организация здоровье - сберегающей деятельности в ДОУ. – СПб, 2006.
7. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-7 лет. М., «Мозаика Синтез», 2009г.
8. Степанкова Э.Я. Сборник подвижных игр (2-7 лет). М., «Мозаика Синтез», 2011г.
9. Степанкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. М., «Мозаика Синтез», 2005г.
10. Тимофеева Л.Л., Корнеичева Е.Е., Грачева Н.И. Планирование образовательной деятельности в ДОО: Младшая группа: Методическое пособие: Составлено в соответствии с ФГОС ДО / Центр педагогического образования. – М., 2014.
11. Чупаха, И.В., Пужаева Е.З., Соколова И.Ю. Здоровьесберегающие технологии в образовательно- воспитательном процессе – М., 2003.

