

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 63 Фрунзенского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

Приказом от «15» августа 2017г. № 167

Л.А. Петрова



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по физическому развитию  
для детей 3-4 лет в младшей группе**

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом

Протокол от 24.08. 2017г. № 1

СОСТАВИТЕЛИ:

инструктор по физической культуре

Романова Ирина Анатольевна

Санкт-Петербург

2017

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	
<b>1.1 Пояснительная записка</b> .....	2
1.1.1 Цель и задачи реализации программы.....	2
1.1.2 Принципы и подходы к формированию программы .....	2
<b>1.2. Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы</b> .....	3
<b>1.3. Мониторинг образовательной деятельности</b> .....	3
<b>2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
<b>2.1 Комплексно - тематическое планирование</b> .....	5
<b>2.2 Годовой план-график</b> .....	15
<b>2.3 Тематическая программа</b> .....	18
<b>2.4. Физкультурно-массовая работа</b> .....	20
<b>2.5 План взаимодействия с родителями</b> .....	20
<b>3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
<b>3.1. Сетка организованной образовательной деятельности</b> .....	21
<b>3.2. Режим двигательной активности</b> .....	22
<b>3.3. Требования к организации физического воспитания</b> .....	23
<b>3.4. Виды физкультурных занятий</b> .....	24
<b>3.5. Развивающая предметно-пространственная среда</b> .....	24
<b>3.6 Программно-методическое обеспечение</b> .....	25

## **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### **1.1. Пояснительная записка.**

Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана на основе Образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детского сада №63 Фрунзенского района Санкт-Петербурга в части реализации образовательной области «Физическое развитие» в сфере «Физическая культура».

Рабочая программа инструктора по физической культуре основывается на принципах ФГОС с учетом требований к организации и содержанию различных видов двигательной деятельности дошкольников .

#### **1.1.1. Цель и задачи реализации Программы.**

**Цель:** Создание оптимальных условий для развития физической культуры дошкольников, формирование потребности в здоровом образе жизни. Обеспечение охраны здоровья детей и формирование основ культуры здоровья.

**Задачи:**

- Формировать потребности в ежедневной двигательной деятельности и накопление двигательного опыта (овладение ОВД);
- Сохранять и укреплять здоровье детей, способствовать повышению умственной и физической работоспособности;
- Способствовать развитию физических качеств—скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- Способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей;
- Способствовать формированию культурно-гигиенических навыков;
- Формировать начальные представления о здоровом образе жизни, способствовать овладению его элементарными нормами и правилами (в двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек);
- Формировать навыки безопасного поведения;
- Развивать интерес к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, к активности в самостоятельной двигательной деятельности;
- Поощрять развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, мотивировать способность к самоконтролю и самооценке при выполнении движений.

#### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы.**

В основе Рабочей Программы лежат следующие принципы:

1. Поддержка разнообразия детства, для обогащения образовательного процесса с учетом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения.

2. Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.

3. Позитивная социализация ребенка предполагает освоение ребенком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми.

4. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей. .

5. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.

6. Сотрудничество Организации с семьей. Сотрудничество, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учет в образовательной работе являются важнейшим принципом Рабочей программы.

7. Индивидуализация дошкольного образования предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса.

9. Возрастная адекватность образования. Этот принцип предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями детей.

10. Развивающее вариативное образование. Этот принцип предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом его актуальных и потенциальных возможностей усвоения этого содержания и совершения им тех или иных действий, с учетом его интересов, мотивов и способностей.

### **1.2. Целевые ориентиры освоения воспитанниками Рабочей программы.**

- Развита крупная и мелкая моторика; ребенок подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- Строиться в круг, в колонну, парами, находить свое место;
- Начинать и заканчивать упражнение по сигналу;
- Сохранять правильное положение тела;
- Ходить, не опуская головы, согласовывать движение рук и ног;
- Бегать, не опуская головы;
- Одновременно отталкиваться двумя ногами и мягко приземляться в прыжках в длину с места и спрыгиваниях;
- Ловить мяч кистями рук, не прижимая его к груди; отбрасывать мяч, попадать в вертикальную и горизонтальную цели;
- Подлезать под препятствие (высота 40 см), не касаясь руками пола;
- Лазать по гимнастической стенке приставным шагом;
- Имеет начальные представления и соблюдает элементарные нормы здорового образа жизни.

### **1.3. Мониторинг образовательной деятельности.**

Рабочей Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития двигательных навыков детей, динамики их достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

- педагогические наблюдения, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
- индивидуальные карты развития ребенка;

Для определения результатов освоения Программы в каждый возрастной период по образовательной области « Физическое развитие» используется диагностическое пособие, разработанное в соответствии с ФГОС ДО:

Автор, составитель	Наименование издания	Издательство	Год издания
Верещагина Н.В.	Диагностика педагогического процесса во 2 младшей группе	Санкт-Петербург ДЕТСТВО-ПРЕСС	2015
Тарасова Т.А.	Контроль физического состояния детей дошкольного возраста.	Москва	2005

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

### 2.1 Комплексно-тематическое планирование.

№	Тема	Задачи и содержание работы	Формы работы
1	2	3	4
Сентябрь			
1-2 недели			
1	«Здравствуй, детский сад». Правила поведения в физкультурном зале	Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях, учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие.	- Развлечение для детей «Здравствуй, детский сад», П/и « Быстро в домик», «Найди свой домик»., Игровое упражнение « По ровненькой дорожке» Детский инструктаж « Как себя вести в физкультурном зале»
3-4 недели			
2	«Осень щедрая пришла, нам подарки принесла». сезонные изменения	Упражнять детей в ходьбе и беге все группой в прямом направлении за инструктором по физкультуре, прыжках на двух ногах на месте.	Физкультурный досуг «Осенний», П/и «Пойдем в гости», «Бегите ко мне», «Солнышко и дождик», Игровое задание « Птички», п/и « Кот и воробышки»
Октябрь			
1-2 недели			
2	«Осень щедрая пришла, нам подарки принесла». Домашние животные и птицы.	Развивать умение действовать по сигналу инструктора по физкультуре , учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.	Физкультурный досуг «Приключения Колобка» П/и « Кот и воробышки», « Наседка и цыплята», « Быстро в домик», Игровое упражнение « Прокати и догони»,» Мой веселый , звонкий мяч».
3-4 неделя			
3	«Я и моя семья».	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, энергично отталкивать мяч при прокатывании вперед	П/и « Цветные машинки», Игровые задания « С кочки на кочку»- прыжки из обруча в обруч, « Прокати мяч».
Ноябрь			
1,2,3 недели			
4	«Мой дом, мой город».	. Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	Физкультурный досуг с родителями «Физкульт – ура!» П/и «Зайка серый умывается», «Наседка и цыплята». «Цветные машинки».

			Игровые упражнения « Пойдем по мостику»,
4 неделя			
5	«Едем, плаваем, летаем» -транспорт	Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, энергично отталкивать мяч при прокатывании вперед.	«Физ.занятие « Путешественники» П/и « Поезд», «Ловкий шофер», «Цветные автомобили», игровые задания «Через болото», « Точный пас». « Твой кубик».
Декабрь			
1 неделя			
5	«Едем, плаваем, летаем»	Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом.	Физкультурный досуг « Новогодний паровозик» П/и « Поезд», «Ловкий шофер», «Цветные автомобили», игровые задания «Через болото», « Точный пас». « Твой кубик».
2,3,4 недели			
6	«Скоро-скоро Новый год»	Расширять представления о Новом годе, как о веселом и добром празднике. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу, прокатывании мяча между предметами	П/и « Снежинки – пушинки»,« Снежная карусель», « Зайцы и лиса».
Январь			
3-4 недели			
7	«Здравствуй, Зимушка - Зима».	Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках.	п/и «Кролики», «Снежная карусель», « Как на горке снег, снег...», « Вот сидит лохматый пес». Игровые упражнения « « Пройди – не упади», « Из ямки в ямку»
Февраль			
1 неделя			
7	«Здравствуй, Зимушка - Зима».	Упражнять в ходьбе колонной по одному, прыжках из обруча в обруч, упражнять в прокатывании мяча друг другу Развивать умение действовать по сигналу.	Физкультурный досуг с родителями « Карлсон и отважные ребята», П/и « Снежинки- пушинки» Игровые задания «Ловко и быстро», « Пройди по дорожке», « Точный пас», « По ровненькой дорожке».

2-3 недели			
8	«День защитника Отечества». «военные» профессии	Осуществлять патриотическое воспитание. Разучить бросание мяча через шнур, упражнять в ползании под шнур, не касаясь руками пол.	П/и « Самолеты», Игровые упражнения «Снайперы», « Проползи и не задень»
Февраль - Март			
4 неделя- 1 неделя			
9	« Мамин день» - помогаю маме	Знакомить с элементарными правилами дорожного движения. Развивать умение действовать по сигналу, ориентироваться в пространстве, упражнять в ходьбе и беге в врассыпную,	Физкультурный досуг «Путешественники», п/и «Найди свой цвет», «Поезд», «Автомобиль и воробышки».
Март 2 -3недели			
10	«Игрушки, народная игрушка»	Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий, прокатывании мяча.	Игровые упражнения «Матрешки», « Передай игрушку», игры с мячом « Сбей кеглю», « Брось – поймай»
Март 4 неделя - Апрель 1-4 недели			
11	« Весна идет, весне дорогу» - сезонные изменения, -домашние животные и птицы.	Повторить прыжки через шнуры, упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре. Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, развивать ориентировку в пространстве, прокатывание мяча друг другу.	Физкультурный досуг « Подружись с мячом». П/и « Тишина у пруда...», « Кролики и сторож», « Лягушки», « Перелет птиц» Игровые упражнения « Через канавку», « Пройдем по мостику» Физкультурный досуг « Удивительные кегли», П/и « Мишка- лежебока», «Перелет птиц», « Лиса и зайцы», « Пас другу»
май			
1-3 недели			
15	«Здравствуй, Лето красное!»	Упражнять в бросании мяча вверх и его ловлю двумя руками, ползании по гимнастической скамейке	Игровые упражнения «Медвежата», « Брось – поймай», П/и « Коршун и наседка», « Солнышко и дождик», « Огуречик , огуречик»
4 неделя			
18	« Мой дом, мой город» - дом, улица, город	Повторить прыжки на двух ногах,	п/и «Лягушки», «Наседка и цыплята», игровые упражнения « Перепрыгни через ручеек», « С кочки на кочку», « По ровненькой дорожке»

## 2.2. Годовой план-график

### План-график 1 квартал

Основные виды деятельности	1 квартал											
	сентябрь				октябрь				ноябрь			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Утренняя гимнастика	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ												
С предметами	*	*	*	*								
Без предметов					*	*	*	*				
В движении									*	*	*	*
Ходьба	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Бег	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Прыжки			*	*	*	*			*	*	*	*
Метание												
Катание												
Бросание					*	*	*	*		*	*	*
Ловля					*	*	*	*		*	*	*
Ползание					*	*	*	*	*			*
Лазание					*	*	*	*	*			*
Равновесие							*	*			*	
Подвижные игры:												
С бегом				*			*			*		
С прыжками					*			*			*	
С лазанием			*			*			*			*
С бросанием			*			*			*			*
На внимание				*	*		*	*		*	*	
Активный отдых:												
Физкультурный досуг	*				*				*			
День здоровья												
Физкультурный праздник	*											



## План-график 2 квартал

Основные виды деятельности	2 квартал											
	декабрь				январь				февраль			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Утренняя гимнастика	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ												
С предметами	*	*	*	*								
Без предметов					*	*	*	*				
В движении									*	*	*	*
Ходьба	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Бег	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Прыжки	*		*	*			*	*			*	*
Метание												
Катание												
Бросание	*	*		*			*	*	*	*		*
Ловля	*	*		*			*	*	*	*		*
Ползание	*	*		*			*	*		*	*	*
Лазание	*	*		*			*	*		*	*	*
Равновесие		*	*									*
Подвижные игры:												
С бегом	*			*			*			*		
С прыжками		*			*			*			*	
С лазанием			*			*			*			*
С бросанием			*			*			*			*
На внимание	*	*		*	*		*	*		*	*	
Активный отдых:												
Физкультурный досуг	*				*				*			
День здоровья												
Физкультурный праздник							*					

### План-график 3 квартал

Основные виды деятельности	3 квартал											
	март				апрель				май			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Утренняя гимнастика	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ												
С предметами	*	*	*	*								
Без предметов					*	*	*	*				
В движении									*	*	*	*
Ходьба	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Бег	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Прыжки		*	*	*	*	*	*	*	*	*		
Метание												
Катание												
Бросание	*	*		*			*	*	*	*		*
Ловля	*	*		*			*	*	*	*		*
Ползание	*	*		*	*	*		*	*	*		
Лазанье	*	*		*	*	*		*	*	*		
Равновесие			*	*		*						
Подвижные игры:												
С бегом	*			*			*			*		
С прыжками		*			*			*			*	
С лазаньем			*			*			*			*
С бросанием			*			*			*			*
На внимание	*	*		*	*		*	*		*	*	
Активный отдых:												
Физкультурный досуг	*				*				*			
День здоровья												
Физкультурный праздник											*	

### 2.3. Тематическая программа.

Основные виды движений	Методические приемы, нормативы
Построение	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Свободное построение</li> <li>2. Врассыпную</li> <li>3. В колонну по одному и парами</li> <li>4. В шеренгу</li> <li>5. В круг</li> <li>6. В полукруг</li> </ol>
Ходьба	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обычная в колонне</li> <li>2. Шеренгой с одной стороны зала на другую</li> <li>3. На носочках</li> <li>4. С высоким подниманием колен</li> <li>5. С выполнением заданий</li> <li>6. «змейкой»</li> <li>7. Приставным шагом вперед и назад</li> <li>8. В горку и с горки</li> </ol>
Бег	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.В колонне</li> <li>2.По кругу, взявшись за руки, держась за веревку</li> <li>3.В разных направлениях</li> <li>4.С одной стороны зала на другую, расстояние 10-20м.</li> <li>5.По прямой и по извилистой дорожке</li> <li>6.В чередовании с ходьбой</li> <li>7.Со сменой направления</li> <li>8.В быстром темпе (расстояние 10 м.)</li> <li>9.В медленном темпе (50-60 сек.)</li> </ol>
Прыжки	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Подпрыгивание на двух ногах ( ноги вместе, ноги врозь)</li> <li>2.Вверх с касанием предмета рукой</li> <li>3.На двух ногах, продвигаясь вперед( расстояние 2-3 м)</li> <li>4.В длину с места</li> <li>5.В плоский обруч, лежащий на полу</li> <li>6.В глубину (с высоты 15-20 см)</li> <li>7.Через предмет высотой 5-10 см.</li> <li>8. С ноги на ногу</li> </ol>
Метание	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. В горизонтальную цель двумя руками снизу и от груди ( расстояние 1,5-2 м)</li> <li>2. В горизонтальную цель одной рукой</li> <li>3. Мячей или мешочков с песком вдаль правой и левой рукой</li> <li>4. В вертикальную цель сверху правой и левой рукой с расстояния 1-1,5 м.</li> </ol>
Катание	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Мяча друг другу с расстояния 1,5-2 м в положении сидя ноги врозь, скрестив ноги или стоя</li> <li>2.Мяча через ворота ( ширина 50-60 см.) с расстояния 1-1,5 м.</li> </ol>
Бросание	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Мяча двумя руками от груди</li> <li>2.Двумя руками из-за головы</li> <li>3.Воспитателю с расстояния 1-1,5 м.</li> <li>4.Вверх и попытки ловить</li> <li>5.О землю и ловить</li> <li>6.Большого мяча двумя руками и через веревку</li> <li>7.Маленького мяча одной рукой через веревку</li> </ol>
Ловля	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Мяча от воспитателя с расстояния 1-1,5м.</li> </ol>
Ползание	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.На четвереньках по прямой на расстояние 4-6 м.</li> </ol>

	<p>2.«Змейкой» между расставленными предметами</p> <p>3.По доске, положенной на пол</p> <p>4.Под веревку, дугу высотой 40 см.</p> <p>5.По наклонной доске, закрепленной на 2 перекладине гимнастической стенки</p> <p>6. По гимнастической стенке вверх и вниз любым удобным способом</p> <p>7.По наклонной лестнице</p> <p>8.Через обруч, поставленный вертикально</p>
Равновесие	<p>1.Ходьба и бег по прямой дорожке, ограниченной линиями ( ширина 25-20 см, длина 2,5-3 м)</p> <p>2.Остановка во время ходьбы, бега</p> <p>3.Ходьба по доске, положенной на пол (ширина 20 см)</p> <p>4.Ходьба по извилистой дорожке</p> <p>5.Ходьба по наклонной доске ( высота 20 см)</p> <p>6.По шнуру</p> <p>7.Перешагивание через препятствия, расстояние между ними 20-25 см.</p> <p>8.Ходьба по гимнастической скамейке</p> <p>9.Стоя на месте, подняться на носки и стоять , сохраняя равновесие</p> <p>10.Медленное кружение на месте в одну сторону, после отдыха кружение в другую сторону</p>

#### 2.4.Физкультурно - массовая работа.

Месяц	Физкультурные досуги
сентябрь	«Осенний»
октябрь	«Приключения Колобка»
ноябрь	«Физкульт-ура!» ( с родителями)
декабрь	«Новогодний паровозик»
январь	«Веселые зайчата»
февраль	«Карлсон и отважные ребята» (с родителями)
март	«Путешественники»
апрель	«Подружись с мячом»
май	«Удивительные кегли»

#### 2.5. План взаимодействия с родителями.

Месяц	Темы консультаций	Темы выступлений на родительских собраниях	Оформление наглядной информации
Сентябрь	« О роли семьи в физическом воспитании ребенка».	Задачи и содержание реализации Рабочей программы по образовательной области « Физическое развитие»	
Октябрь	«Формирование правильной осанки - как основа здоровья.»		Комплексы упражнений.
Ноябрь	Физкультурный досуг с родителями « Физкульт-ура!»		Фотоотчет на группе.

Декабрь	«Совместные занятия спортом детей и родителей».		«Папа, мама и я – спортивная семья!» Фотовыставка
Январь	«Зимние игры и забавы»		
Февраль	Физкультурный досуг с родителями « Карлсон и отважные ребята»		Фотоотчет на группе
Март	« Как оборудовать спортивный уголок дома»		
Апрель	«Игры с мячом»		
Май	Рекомендации по физическому развитию детей на период летних каникул.	Анализ работы по образовательной области « Физическое развитие».	Комплексы упражнений.

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

#### 3.1. Сетка организованной образовательной деятельности и деятельности в режимных моментах по образовательной области «Физическое развитие» в младших группах.

Дни недели	Время проведения	Возрастная группа	Форма работы	Кто проводит, место проведения
понедельник	8.45-9.00	Младшая группа «Солнышко»	«Физическое развитие»	Романова И.А. спортивный зал
	9.10-9.25	Младшая группа «Гномики»	«Физическое развитие»	Романова И.А. спортивный зал
вторник	9.25-9.40	Младшая группа «Гномики»	«Физическое развитие»	Воспитатели спортивный зал
среда	9.30-9.45	Младшая группа «Солнышко»	«Физическое развитие»	Воспитатели спортивный зал
четверг	10.20-10.35	Младшая группа «Гномики»	«Физическое развитие»	Воспитатели на улице
	10.20-10.35	Младшая группа «Солнышко»	«Физическое развитие»	Воспитатели на улице
Первая пятница месяца	16.00-16.25	Младшая группа «Гномики»	Спортивный досуг	Романова И.А. спортивный зал
	16.35-17.00	Младшая группа «Солнышко»	Спортивный досуг	Романова И.А. спортивный зал

#### 3.2. Режим двигательной активности.

Формы работы	Виды деятельности	Количество и длительность занятий
Физкультурные занятия	В помещении	3 раза в неделю - 15-20 мин.
	На улице	
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме	Утренняя гимнастика	Ежедневно 6 мин.
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером 15 -20 мин.)

дня	Физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно (в зависимости от вида занятия)
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 20мин.
	Физкультурный праздник	
	День здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная активность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные игры	Ежедневно

### 3.3. Требования к организации физического воспитания.

В каждой возрастной группе физкультура проводится 3 раза в неделю. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

**Продолжительность занятия по физической культуре:** Младшая группа - до 15 мин.

вводная часть	Разминка 2 мин.
основная часть	(общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра): 12 мин.
заключительная часть	(игра малой подвижности): 1 мин

### 3.4. Виды физкультурных занятий.

Выделяется 6 основных видов организации двигательной деятельности в режиме учебного дня, каждый из которых отражает свои цели и задачи.

1. **традиционный** (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер);
2. **тренировочный** (повторение и закрепление определенного материала);
3. **игровой** (подвижные игры, игры-эстафеты);
4. **сюжетно-игровой** (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений);
5. **с использованием тренажеров** (гимнастическая стенка, велотренажер, гимнастическая скамья, ТИСА.);
6. **по интересам**, на выбор детей (мячи, обручи, кольцоброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навык в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке,

Физминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо действует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная база, проводятся спортивные соревнования.

### 3.5. Развивающая предметно - пространственная среда.

Принципиальным показателем высокого качества среды является ее способность обеспечивать весь комплекс потребностей детей, создавать мотивацию их активной деятельности. В приоритете в дошкольном учреждении выступает комплексное оснащение воспитательно - образовательного процесса, обеспечивающее возможности физического развития воспитанников.

Материалы и оборудование для двигательной активности включают оборудование для ходьбы, бега и равновесия, для прыжков, для катания, бросания и ловли, для ползания и лазания, для общеразвивающих упражнений.

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.

месяц	Направления работы по оснащению развивающей среды
Сентябрь	1) Обновить разметку в спортивно зале. 2) Покрасить разметку беговой дорожки и классиков на асфальте; 3) Систематизировать методические материалы и пособия; 4) Приобрести сетку для игры в пионербол
Октябрь	1) Оформить стенд по физической культуре; 2) Обновить инвентарь и атрибуты для досугов и праздников; 3) Приобрести мячи среднего размера; 4) Пополнить картотеку утренней гимнастики для детей младшего
Ноябрь	1) Изготовить платочки для общеразвивающих упражнений; 2) Пополнить картотеку игр народов мира; 3) Приобрести наглядные пособия по видам спорта
Декабрь	1) Подготовить советы для родителей младших групп; 2) Пополнить картотеку игр с мячом. 3) Приобрести и обновить атрибуты для аттракционов; 4) Пополнить картотеку пробудительной гимнастики
Январь	1) Пополнить фонотеку для досугов и праздников 2) Пополнить картотеку пальчиковой гимнастики 3) Изготовить атрибуты для спортивного праздника (старший возраст)
Февраль	1) Пополнить картотеку упражнений с мячом; 2) Приобрести наглядные пособия и изготовить атрибуты для досуга ко Дню защитника Отечества; 3) Обновить маски к подвижным играм для детей младшего и среднего
Март	1) Пополнить картотеку комплексов утренней гимнастики для детей старших и подготовительных к школе групп; 2) Обновить информационный материал для родителей с

Апрель	1) Пополнить картотеку подвижных игр на улице для детей младшего и среднего возраста; 2) Пополнить картотеку подвижных игр “Речь с движением” для детей младшего дошкольного возраста;
Май	1) Разметка спортплощадки; 2) Обновление и пополнение картотеки подвижных игр на улице для детей старших и подготовительных групп; 3) Пополнение картотеки летних видов спорта; 4) Обновить инвентарь и атрибуты для аттракционов и эстафет
Июнь	1) Приобрести воздушные шары и мячи; 2) Изготовить атрибуты для спортивного праздника; 3) Подготовить пособия и атрибуты для проведения игр на улице;

### 3.6. Программно-методическое обеспечение.

1. Пензулаева Л. И. ФГОС Физическая культура в детском саду. (3-4 года) 2015
2. Т. Е. Харченко ФГОС. Бодрящая гимнастика для дошкольников. 2015
3. Е. А. Бабенкова, Т. М. Параничева . ФГОС .Подвижные игры на прогулке. 2015
4. Е. Р. Железнова. Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников. 2013
5. Л. А. Соколова. Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников. 2015.
6. Л. Ю. Кострыкина, Рыкова О. Г, Корнилова Т. Г. Малыши, физкульт-привет!
7. Т. А. Шорыгина. Спортивные сказки. Беседы с детьми о спорте и здоровье.
8. Н. Л. Иванова. Стихи с движениями. Пальчиковые игры для детей 1,5- 3 лет 2011
9. Т.А. Тарасова « Контроль физического состояния детей дошкольного возраста» . 2005