## МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД $\, \mathbb{M}^{2} + \mathbb{K}$ «КОЛОСОК»

РАССМОТРЕНО на заседании педагогического совета протокол № 3 от «Д» семляды 20дг.

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МКДОУ Детский сад №4 «Колосок» п. Новочернореченский

\_\_\_\_И.И. Азанова семь я П. 8 2040 г.

#### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

инструктора по физической культуре

(с 3 до 7 лет)

(Составлена на основе Образовательной Программы дошкольного образования МКДОУ Детский сад №4 "Колосок")

п. Новочернореченский

1

#### 1. Пояснительная записка

Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в новых федеральных государственных требованиях, где огромное внимание уделяется вопросам здоровье сбережения. Решение этой задачи регламентируется Законом «Об образовании в РФ» от 27 декабря 2012 г. №273, а также указами Президента России "О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ"; "Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ" и другими нормативными документами.

Воспитанники проводят в детском саду значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, являясь важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления вызывает серьёзную озабоченность не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей.

В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребёнка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

## 1.1. Нормативно-правовая база

Нормативно-правовую основу для разработки рабочей программы образовательной области «Физическое развитие» составляют:

- 1. Образовательная программа дошкольного образовательного учреждения.
- 2. Закон об образовании 2013 федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- 3. Приказ МОиН РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 г. №1155
- 4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам образовательным программам дошкольного образования»
- 5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26"Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"

## **1.2. Принципы и подходы** в организации образовательного процесса:

1. Соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка.

- 2. Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики).
- 3. Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму»).
- 4. Обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников.
- 5. Строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.
- 6. Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.
- 7. Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности дошкольников не только в рамках образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Конкретизация задач по возрастам:

## Средняя группа (от 3 до 5 лет)

- -способствовать формированию представлений о влиянии физических упражнений на общее состояние здоровья, требованиях к технике выполнения физических упражнений, правилах безопасности выполнения движений, способах заботы о своем здоровье.
- -проявлять стремление выразить свои возможности в движениях, двигательную активность и творчество в разных видах самостоятельной деятельности;
- -развивать быстроту, выносливость, силу, гибкость, координацию движений;
- -содействовать становлению субъектного двигательного опыта, развивать потребность в двигательной активности и интерес к физкультурно-оздоровительной деятельности;
- -способствовать проявлению двигательного творчества в подвижных и двигательнодидактических играх, самостоятельной двигательной деятельности

## Старшая группа (от 5 до 6 лет)

- создавать условия для гармоничного физического развития детей;
- -формировать представления об особенностях своего организма, этикете, гигиене, культуре отдыха и безопасного поведения;
- -побуждать к выполнению упражнений с необходимым напряжением;
- -формировать первоначальные навыки и развивать самоорганизацию в подвижных и хороводных играх;

- -развивать двигательное воображение, творчество, выносливость, быстроту и другие двигательные способности;
- -содействовать становлению субъектного двигательного опыта, развивать потребность в двигательной активности и интерес к физкультурно-оздоровительной деятельности.

## -Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)

-Создавать условия для гармоничного физического развития и воспитания внимательного отношения детей к своему здоровью и жизни;

Обогащать представления о способах поддержания, укрепления и сохранения здоровья средствами физической культуры;

- -побуждать к точному, энергичному и выразительному выполнению физических упражнений;
- -упражнять в умении контролировать технику выполнения движений, обучая способам самоконтроля и самооценки;
- -развивать двигательное воображение, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений, закреплять правила и двигательные умения в спортивных играх и упражнениях;
- -Развивать позицию субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности, добиваться самостоятельного выполнения необходимых навыков гигиены и санитарии;
- -содействовать проявлению индивидуального стиля физкультурно-оздоровительной деятельности, инициативы, выразительности движения.

**Физическая культура.** Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности;

# Содержание образовательной деятельности возрастной группы по физическому развитию

Особенности физического воспитания и развития детей 3-5 лет.

На пятом году жизни движения ребенка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает все более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развивается

целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы . Появляется интерес к результатам движения. Потребность выполнять его в соответствии с образцом. Двигательная активность ребенка этого возраста характеризуется соответствующими изменениями в основных движениях. Особенности физического воспитания и развития детей 5-6 лет. На шестом году жизни ребенок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требование к их качеству, больше внимания уделять развитию морально- волевых и физических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений. В старшем возрасте дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения( ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствием, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям.

## Особенности физического воспитания и развития детей 6-7 лет.

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самореализации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении задания. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. У детей формируется потребности заниматься физическими упражнениями, развивается самостоятельность

**Приобретение опыта в следующих видах поведения детей:** двигательном, в том числе, связанном 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 наносящем ущерба организму:

- удовлетворять потребность детей в движении;
- повышать устойчивость организма к воздействию различных неблагоприятных факторов;
- расширять у детей представления и знания о различных видах физических упражнений спортивного характера;
- целенаправленно развивать физические качества (скоростные, скоростно-силовые, силу, гибкость, ловкость и выносливость);
- развивать координацию движений, чувства равновесия, ориентировку в пространстве, скоростную реакцию, силу и гибкость;
- развивать у детей возможность самостоятельного выполнения детьми всех гигиенических процедур и навыков самообслуживания;
- формировать у детей потребность в регулярных занятиях физической культуры.

Выполнение основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны),

- развивать основные движения во время игровой активности детей.

Ходьба (скрестным шагом, выпадами, в приседе, спиной вперед; с закрытыми глазами (4-6 м); по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; в разных построениях; совершая различные движения руками).

Бег (из разных стартовых положений (сидя; сидя спиной по направлению движения и т.п.), спиной вперед, сохраняя направление и равновесие; по уменьшенной, приподнятой, наклонной поверхности; пробежки под вращающейся скакалкой по одному и парами.

Прыжки (подпрыгивания на месте разными способами – с поворотами кругом, смещая ноги вправо-влево; в сочетании с различными положениями и движениями рук; прыжки сериями по 30 – 40 прыжков (2 – 3 раза), на двух и на одной ноге, с продвижением вперед (многоскоки); через линии, веревку, невысокие предметы; вверх из глубоко приседа; боком с опорой руками на предмет; через длинную вращающуюся скакалку; через большой обруч, как через скакалку; прыжковые упражнения, сидя на больших гимнастических мячах (фитбол): повороты вокруг себя, поочередный подъем ног, постановка стоп на мяч и т.д.).

Бросание, ловля, метание (бросание мяча вверх, о землю и ловля его одной и двумя руками, то же с хлопками, поворотами и другими заданиями; то же из одной руки в другую, с отскоком от пола; перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений (снизу из-за головы, стоя на коленях и т.п.); через сетку; перекидывание набивных мячей весом  $1~\rm kr$ ; отбивание мяча об пол, о землю с продвижением вперед (не менее 6 раз); метание мяча (мешочка с песком) в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния  $4-5~\rm m$ , в движущуюся цель, вдаль метание вдаль ведущей рукой на  $5-8~\rm m$ .

Ползание, лазанье (ползание на животе, спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; лазание по гимнастической стенке, лестнице, меняя темп, используя одноименный и разноименный способы лазания; передвижение с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали).

Упражнения для мышц головы и шеи (плавно выполнять движения головой, рисуя в воздухе цифры от 1 до 10; при приседании и ходьбе удерживать на голове разнообразные предметы (расстояние 6-10 м).

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса (поднимать, разводить, сгибать, вращать, выпрямлять руки из разных исходных положений одновременно и попеременно; выполнять разнонаправленные движения; разводить и сводить пальцы рук; смыкать поочередно пальцы рук с большим пальцем руки; вращать обруч перед собой и сбоку одной рукой на кисти и предплечье руки).

Упражнения для мышц туловища (наклоняться вперед, в стороны, назад из различных исходных положений; сидя, руки в упоре сзади, поднять обе ноги, оттянуть носки и удерживать ноги в этом положении; лежа на спине, поднимать одновременно обе ноги, пытаясь дотянуться до лежащего за головой предмета; лежа на животе, стараться захватить руками щиколотки ног и удержаться в таком положении; лежа на животе прогибаться, приподнимая плечи над полом и разводя руки в стороны).

Упражнения для мышц брюшного пресса и ног (выставлять ногу вперед на носок скрестно; на носок - на пятку с притопами; переступать на месте, не отрывая носки ног от пола; выполнять мах прямой ногой вперед, стараясь достать носком выпрямленной ноги ладони вытянутых рук; мах в сторону; приседать вниз - в стороны из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь; захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу).

Самостоятельные построения и перестроения: в шахматном порядке; расчет на «первый-второй»; перестроение из одной шеренги в две; из построения парами в колонну по одному («цепочкой»).

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

- развивать у детей умение самостоятельно организовывать подвижные игры и выполнять упражнения.

Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

- содействовать формированию у детей привычки к здоровому образу жизни;
- рассказывать детям о достижениях взрослых и детей в вопросах, связанных с формированием их здоровья, занятиями спорта.

В качестве результатов физического развития на уровне целевых ориентиров выступают следующие:

• у ребенка дошкольного возраста развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими; способен к принятию решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах двигательной и физкультурной, спортивной деятельности; обладает физическими качествами (выносливость, гибкость и др.).

## 2.1. Целевые ориентиры образования:

В соответствии с ФГОС дошкольного образования к целевым ориентирам образовательной области «Физическое развитие» относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка:

4-5 лет. Средняя группа

Задачи образовательной деятельности:

Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры .Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д .Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

5-6 лет. Старшая группа

Задачи образовательной деятельности:

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий .Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям

6-7 лет. Подготовительная к школе группа

Задачи образовательной деятельности:

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности

.Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

## Подвижные игры.

Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол,

# Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

К 7 годам ребенок

- овладевает основными культурными способами деятельности,
- проявляет инициативу и самостоятельность в игре, общении, конструировании и других видах детской активности;
- способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности; ребенок положительно относится к миру, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх;
- способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и сорадоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает воображением, которое реализуется в разных видах деятельности и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными произвольными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей;
- ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности

# **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

## 1. Организация образовательного процесс по разделу «Физическая культура»

## Физическое развитие включает:

• Приобретение опыта в следующих видах поведения 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 координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки).

### Основные цели и задачи

- 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).
- Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности;
- **Формы организации** занятий являются гибкими и разнообразными (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные, в спортзале, в группе, на воздухе, на спортивной площадке).

## 1.1. Формы, способы, методы и средства реализации программы

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		самостоятельная деятельность	образовательная деятельность в
деятельность	деятельность в		
	режимных		
	моментах		
Физкультурные	Индивидуальная	Подвижные игры.	Беседа
занятия:	работа с детьми.	Игровые	Совместные
- сюжетно-игровые,	Игровые	упражнения.	игры.
- тематические,	упражнения.		
-классические,	Игровые ситуации.		
-тренирующие,	Утренняя		
- на улице,	гимнастика:		
Общеразвивающие	-классическая,		
упражнения:	-игровая,		
-с предметами,	-полоса препятствий,		
- без предметов,	-музыкально-		
-сюжетные,	ритмическая,		
-имитационные.	- имитационные		
Игры с элементами	движения.		
спорта.	Физкультминутки.		
Спортивные	Динамические паузы.		
упражнения	Подвижные игры.		
	Игровые		
	упражнения.		
	Игровые ситуации.		
	Проблемные		
	ситуации.		
	Спортивные		
	праздники и		
	развлечения.		
	Гимнастика после		
	дневного сна:		
	-оздоровительная,		
	-полоса препятствий.		

**Двигательная деятельность** организуется в процессе занятий физической культурой, требования к проведению которых согласуются дошкольным учреждением с положениями действующего СанПин.

Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов требует особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребенка. В режимных процессах, в свободной детской деятельности воспитатель создает по мере необходимости, дополнительно развивающие проблемно-

игровые или практические ситуации, побуждающие дошкольников применить имеющийся опыт, проявить инициативу, активность для самостоятельного решения возникшей задачи.

## 1.2 Связь с другими образовательными областями:

Задачи: Здоровье

Охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья через сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

воспитание культурно – гигиенических навыков;

формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

### Коммуникация

Развитие физических качеств и накопление двигательного опыта как важнейшие условия сохранения и укрепления здоровья детей

Формирование видения целостной картины мира, расширение кругозора в части представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека.

Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека, соблюдение элементарных общепринятых норм и правил поведения в части здорового образа жизни.

Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности, в том числе здоровья.

Развитие свободного общения по поводу здоровья и здорового образа жизни

# Физическая культура

Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через 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.

Решение общей задачи по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья.

Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение.

Приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками в совместной двигательной активности.

#### 1.5. Перспективное план работы с родителями

Ведущие цели 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

- о Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, приглашение родителей на спортивные праздники,
- Совместная деятельность: семейные праздники

## «Физическая культура»

- Разъяснять родителям на родительских собраниях, в личных беседах, необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.
- Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику
- Стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки), совместными подвижными играми, длительными прогулками; Создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.

Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом.

Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду

Утверждаю: Заведующая МКДОУ Детский сад №4 « Колосок»

И.И Азанова

# План физкультурных мероприятий на 2019-2020 учебный год

Ŋoౖ	Месяц	Название мероприятия	Группа
1	Сентябрь	Спортивный досуг «День Знаний»	старшая и средняя
		Развлечение «Стартуем вместе!»	группы
2	Октябрь	Спортивное развлечение по «ПДД», «ПБ»	Средняя, старшая
3	Ноябрь	Развлечение «День народного единства» Развлечение «Вместе весело играем»	Средняя и старшая
4	Декабрь	Спортивные соревнования «Зимние забавы» . Досуг «К нам пришла Зима»	Все группы
5	Январь	Соревнования «Зимние забавы на улице .» Развлечение на улице «Мы весело играем	Средняя, Старшая,
6	Февраль	Музыкально-спортивный праздник «Папа	Старшая, средняя с
		может»	родителями
		Досуг: «К нам пришла Масленица»	Все группы
7	Март	Праздничные мероприятия, посвященные Международному женскому дню 8Марта	Все группы
8	Апрель	Быстрее, выше, сильнее!» спортивное развлечение, Развлечение «В гости к нам спешит Весна!» «День космонавтики»	Средняя и старшая
9	Май	Спортивный досуг «Вот и лето пришло!» Развлечение «Веселы бабочки»	Все группы
10	Июнь	Развлечение «Волшебный мяч»	Средняя и старшая
11	Июль	Досуг «Шарики воздушные ,ветерку послушные», Развлечение «Летние забавы»	Старшая и средняя

12	август	Развлечение: «В стране мыльных пузырей»	
		Спортивный досуг «День здоровья.»	Все группы