муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТО  на заседании педагогического совета  МБДОУ детского сада № 4  Протокол №…..от ………  « » 20 г. | УТВЕРЖДАЮ  Заведующий МБДОУ детским садом № 4 Е. В. Илларионова  Приказ от « » 20 г. № |

**Рабочая программа**

**по реализации образовательной области**

**физическое развитие**

**для детей 3 – 4** **лет**

**на 2020 – 2021 учебный год**

Программу разработала: Ольга Владимировна

Коваленко

инструктор по физической культуре

Новочеркасск

**Оглавление**

**I. Целевой раздел**

1.1. Пояснительная записка

1.2. Нормативно – правовая основа рабочей программы

1.3. Федеральный государственный образовательный стандарт

1.4. Цели и задачи реализации программы

1.5. Принципы формирования программы

1.6. Возрастные особенности дошкольного возраста (3 – 4 года)

1.7. Предполагаемый результат реализации рабочей программы

**II.Содержательный раздел**

2.1. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 3 - 4 лет

2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

2.3. Планы. Развёрнутое комплексно-тематическое планирование организованной образовательной деятельности во второй младшей группе (3 – 4 года). См. Приложение 1.

2.4. Годовой план работы с родителями

2.5. Формы и методы оздоровления детей.

2.6. Физкультурно-оздоровительный режим

2.7. Циклограмма инструктора по физической культуре

2.8. Система мониторинга достижения планируемых результатов освоения программы

**III.Организационный раздел**

3.1. Паспорт физкультурного зала

3.2. Перечень методических материалов для организации работы в образовательной области «Физическое развитие»

3.3. Методическая литература

3.4. Физкультурное оборудование

**IV.Вариативная часть программы**

**Содержание рабочей программы**

1. **Целевой раздел**
   1. **Пояснительная записка**

Данная рабочая программа составлена с учетом основной образовательной программы МБДОУ д/с № 4, в соответствии с введением в действие ФГОС дошкольного образования, и обеспечивает физическое развитие детей в возрасте от 3 до 4 лет с учетом их возрастных, индивидуальных и психических особенностей по основному направлению – «Физическое развитие».

Рабочая программа является «открытой» и предусматривает вариативность, интеграцию, изменения и дополнения по мере профессиональной необходимости.

В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место и регламентируется в новых федеральных государственных требованиях, где огромное внимание уделяется вопросам здоровьесбережения. 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.

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.

**1.2. Нормативно-правовая основа рабочей программы**

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Конвенция ООН о правах ребенка;

2.Декларация прав ребенка;

3.Образовательная Программа дошкольного образовательного учреждения МБДОУ № 4 (ООП ДОО).

4.Примерной основной образовательной программой дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно – методического объединения по общему образованию (протокол № 2 от 2 декабря 2014 г.)

5.Закон об образовании 2013 - федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"

6.Приказ МОиН РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 г. №1155

7.Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»

8.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. **Федеральный государственный образовательный стандарт**

Согласно ФГОС дошкольного образования образовательная область «Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

* двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленной 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 выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;
* становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).
  1. **Цели и задачи реализации программы**

**Цель программы:**

Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья, создание условий для становления творческой, интеллектуальной, духовно и физически развитой личности, способной к осознанному саморазвитию.

**Задачи программы:**

* Содействовать приобретению двигательного опыта детей, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
* развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость;
* создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки), овладения подвижными играми с правилами;
* развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта;
* способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

***Конкретизация задач для воспитанников***

***младшего дошкольного возраста (3 – 4 года):***

***Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни у младших дошкольников* (*3-4 года)***

Дать простейшие представления о полезной и вредной для здоровья пище; способствовать овладению элементарными знаниями о правилах личной гигиены, важных для здоровья (мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе) о значении сна.

Учить, бережно относиться к своему здоровью, здоровью других детей.

Поощрять сообщения о самочувствии взрослым, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью; осознает необходимость лечения.

Знакомить с физическими упражнениями, укрепляющие разные органы, знает о необходимости закаливания.

Направлять действия детей на соблюдение навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

***Развитие физических качеств******в 3-4 года***

Учить энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см.

Поощрять проявление ловкости в челночном беге.

Закреплять умение бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.

***Накопление и обогащение двигательного опыта в 3-4 года***

*(овладение основными движениями):*

Учить сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.

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

Учить ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направлении.

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

***Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании в 3 -4 года:***

Привлекать к участию в совместных играх и физических упражнениях.

Способствовать проявлению интереса к физическим упражнениям, умение пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.

Создавать условия для проявления положительных эмоций, активности в самостоятельной и двигательной деятельности.

Поощрять проявление самостоятельности в использовании спортивного оборудования (санки, лыжи, массажные дорожки…).

Поощрять проявление самостоятельности и творчества при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

* 1. **Принципы формирования программы**

*При разработке рабочей программы учитывались основные принципы федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155:*

1. Полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение(амплификация) детского развития;

2. Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);

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

4. Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

5. Сотрудничество Организации с семьей;

6. Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

7. Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

8. Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям

развития);

9. Учет этнокультурной ситуации развития детей.

*Рабочая программа соответствует:*

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

2.Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание программы должно соответствовать основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики, при этом иметь возможность реализации в массовой практике дошкольного образования).

3.Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволять решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному "минимуму").

4.Обеспечивает единство воспитательных, развивающих, обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста.

5.Строится с учётом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей.

6.Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.

7.Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;

8. Предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

**1.6. Возрастные особенности детей дошкольного возраста (от 3 до 4 лет)**

Дошкольный возраст наиболее благоприятен для приобретения жизненно важных знаний, умений и навыков. Именно в это время накладываются основы будущего здоровья, работоспособности человека, его психическое здоровье.

В **младшем дошкольном возрасте** (**3 – 4 года**) ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится вне ситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами –заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

Дети 4 года жизни достаточно уверенно выполняют упражнения в ходьбе и беге, иногда с хорошей координацией движений рук и ног. Однако у большинства детей во время ходьбы руки прижаты к туловищу и походка в основном шаркающая. Темп ходьбы еще неравномерный, с неодинаковой длиной шага. В беге согласованность движений рук и ног несколько лучше, чем в ходьбе. Это связано с тем, что быстрый темп передвижения ребенка более характерен, чем медленный, однако и в беге координация движений еще несовершенна. Малыши бегут на всей стопе, работа рук выражена нечетко. У детей 3-4 лет крупная мускулатура в своем развитии преобладает над мелкой, но в тоже время им вполне доступны упражнения в поднимании рук в стороны, вверх, наклоны, приседания что воспитывает навык владения своим телом. Ребенок еще не может сознательно регулировать дыхание, поэтому при выполнении двигательных упражнений следует обращать внимание на момент выдоха, а не вдоха. Важно приучать детей дышать носом естественно и без задержки.

Двигательные навыки и умения, формируемые у малышей в процессе освоения ходьбы, бега, общеразвивающих упражнений еще непрочны и требуют многократных повторений. Внимание детей неустойчиво, оно легко нарушается при изменении окружающей обстановки. Формируются представления о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы. Создаются условия для освоения ребёнком простейших движений, действий и закаливающих процедур.

**1.7. Предполагаемый результат реализации рабочей программы**

Результатом реализации рабочей программы по физическому воспитанию и развитию дошкольников следует считать:

-Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат (объем освоенных основных движений, обще – развивающих упражнений, спортивных упражнений).

-В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.

-В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

-Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.

-Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения.

-Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.

-Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.

- Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.

Мониторинг освоения программы осуществляется 2 раза в год – сентябрь, май.

1. **Содержательный раздел**

**2.1. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 3 - 4 лет**

Образовательная деятельность организуется в соответствии с программой «От рождения до школы» Н.Е. Вераксы, «Физическая культура в детском саду. Пособие по системе работы с детьми 3-4 лет по физической культуре» Пензулаева Л.И., «В краю Тихого Дона» парциальная программа по приобщению дошкольников к культуре и традициям Донского края, авторы-составители Галактионова Е.В, Каплина В.Н., Муравьёва О.Ю., Склярова В.Д.- (под общей редакцией КПН Баландиной Л.А.)

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:  
 -развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. развитие умения выполнять ходьбу и бег свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрёстную координацию движений рук и ног; действовать совместно;
2. формирование умения строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить своё место при построениях;
3. формирование умения сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии;
4. формирование умения соблюдать элементарные правила, согласовы­вать движения, ориентироваться в пространстве;
5. совершенствование разнообразных видов движений, основных движе­ний. Развитие навыков лазанья, ползания; ловкости, выразительности я красоты движений;
6. введение в игры более сложных правил со сменой видов движений;
7. развитие умения энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед: принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см;
8. закрепление умения энергично отталкивать мячи при катании, броса­нии; ловить мяч двумя руками одновременно;
9. обучение хвату за перекладину во время лазанья;
10. закрепление умения ползать.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. поощрение участия детей в совместных играх и физических упражнениях. Воспитание интереса к физическим упражнениям, желания пользо­ваться физкультурным оборудованием в свободное время;
2. формирование у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности;
3. формирование желания и умения кататься на санках, трёхколёсном велосипеде, лыжах. Развитие умения самостоятельно садиться на трёхколёсный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Развитие умения надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место;
4. развитие умения реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и другие; выполнять правила в подвижных играх;
5. развитие самостоятельности и творчества при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организация подвижных игр с правилами. Поощрение самостоятельных игр детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

**Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений**

*1. Основные движения*

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2 2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по тонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

**Бег.** Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

**Катание, бросание, ловля, метание.** Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель(высота центра мишени 1,2 м) правой и лёгкой (расстояние 1 - 1,5 м) Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см) Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля (2-3 раза подряд).

**Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м.) между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см.), не касаясь руками пола, пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперёд (рас­стояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыж­ки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребёнка, через линию, шнур, через 4-6 линий (поочерёдно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

**Групповые упражнения с переходами.** Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смы­кание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

**Ритмическая гимнастика.** Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

*2. Общеразвивающие упражнения*

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимание и опускание прямых рук вперёд, вверх, в стороны (одно­временно, поочерёдно). Перекладывание предметов из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопки в ладоши перед собой и отво­дить руки за спину. Вытягивание рук вперёд, в стороны, поворачивание ладонями вверх, поднимание и опускание кисти, шевеление пальцами.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позво­ночника.** Передача мяча друг другу над головой вперёд-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворот (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклон, подтягивание ног **к** себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лёжа на спине: одно­временное поднимание и опускание ног, движения ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лёжа на животе: сгибание и разгибание ног (поочерёдно и вместе), поворот со спины на живот и обратно; прогибание, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Подъем на носки; поочерёдное выставление ноги на носок вперёд, назад, в сторону. Приседания, держась за опору и без неё; приседания, вынося руки вперёд; приседания, обхватывая колени руками и наклоняя голо­ву. Поочерёдное поднимание и опускание ног, согнутых в коленях. Сидя захват пальцами ног мешочки с песком. Ходьба по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

*3. Спортивные упражнения*

**Катание на санках.** Катание на санках –ледянках друг друга, катание с невысокой горки.

**Скольжение.** Скольжение по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

**Ходьба на лыжах.** Ходьба по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.

*4. Подвижные игры*

**С бегом.** «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пёс», «Птички в гнёздышках».

**С прыжками.** «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

**С подлезанием и лазаньем.** «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

**С бросанием и ловлей.** «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

**На ориентировку в пространстве.** «Найди своё место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

 Физкультура проводится 2 раза в неделю в спортивном зале и 1 раз в неделю – на свежем воздухе, направленное на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме

Продолжительность занятия по физической культуре: 15 мин. – младшая группа.

**Структура непрерывной образовательной деятельности (НОД)**

Непосредственно образовательная деятельность по образовательной области «Физическое развитие» состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Выделение частей обусловлено физиологическими, психологическими и педагогическими закономерностями. Вводная часть обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. Основная часть (самая большая по объему и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами занятия. Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей.

Вводная часть (продолжительность: 2 - 3 минуты – младший возраст). В эту часть включат упражнения, которые мобилизуют внимание детей, построения, упражнения в ходьбе, беге, небольшая разминка.

Основная часть (продолжительность: 11 минут – младший возраст). В эту часть включают ОРУ с предметами и без них, развитие основных видов движений, подвижные игры.

Заключительная часть (2 минуты – младший возраст). В содержание этой части входят простые упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

**2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.**

Кроме принципов, выделяются методы физического развития и воспитания. Традиционно различаются три группы **методов**.

***1.****Наглядные методы,* к которым относятся:

- имитация (подражание);

- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;

- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);

- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

**2**. К *словесным методам* относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

**3.** К *практическим методам* можно отнести выполнение движений (совместно – распределённое, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания.** К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

* *Гигиенические факторы* (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
* *Естественные силы природы* (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребёнка;
* *Физические упражнения,* которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - **форм организации** физкультурно–оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;

- физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня;

- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);

- самостоятельная двигательная деятельность детей;

- занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создаёт определённый двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей.

2.3. Планы. Развёрнутое комплексно-тематическое планирование организованной образовательной деятельности во второй младшей группе (3 – 4 года).

См. Приложение 1.

**2.4. Годовой план работы с родителями**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание работы, мероприятия** | **Срок выполнения** | | **Группы** |
| 1. **Методическая работа** | | | | |
| 1 | Составить план работы с родителями на учебный год | | август | все |
| 2 | Подобрать темы и материалы к родительским собраниям | | сентябрь | все |
| 3 | Изучать методическую литературу по ФГОС ДО | | в течении года | все |
| 4 | Подобрать конкурсы на знакомство родителей на собрании | | сентябрь | мл. гр. |
| 5 | Подобрать конкурсы на взаимодействие родителей на собрании | | сентябрь | ср. гр. |
|  | | | | |
| 1. **Организационно – массовая работа** | | | | |
| 1 | Провести совместные физкультурные праздники для детей и родителей (ко дню матери и к 23 февраля) | | 2 раза в год  ноябрь, февраль | все |
| 2 | Обновление физкультурных уголков в группах в соответствии с ФГОС ДО | | в течении года | все |
| 3 | Информация для родителей в информационных уголках групп | | в течении года | все |
| **3. Работа с родителями** | | | | |
| 1 | Индивидуальные рекомендации и беседы | | в течении года | все |
| 2 | Приглашение родителей на детские спортивные праздники и развлечения | | по плану | все |
| 3 | Приглашение родителей поучаствовать в семейных спортивных праздниках | | по плану | все |
| 4 | Приглашение родителей к участию в тематических конкурсах | | в течении года | все |
| 5 | Наглядная информация – консультация на стендах групп:  «Советы по приобщению детей к физической культуре»;  «Как приучить детей делать утреннюю гимнастику» | | зима  осень | все |
| 6 | Печатные листовки для родителей:  «В какую секцию отдать ребёнка»;  «Учим ребёнка кататься на роликовых коньках», «Учим ребенка прыгать через скакалку»… | | осень  весна |  |
| 7 | Информационные стенды:  «Правила безопасности для пешеходов»;  «Зимние забавы» | | осень  зима |  |
| 1. **Дополнительные занятия** | | | | |
| 1 | Кружок «Спортивный калейдоскоп» | | по расписанию в течении года |  |
| 2 | Постановка и репетиция танцев | | по мере необходимости |  |
| **5. Родительские собрания** | | | | |
| 1 | Знакомство родителей с содержанием и организацией физкультурных занятий и праздников в детском саду, требования к форме одежды | | сентябрь | все |
| 2 | Выступление на итоговом собрании по диагностике и достигнутых результатах | | май | все |

**2.5. Формы и методы оздоровления детей.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1. | | Обеспечение здорового ритма жизни | • щадящий режим в адаптационный период;  • гибкий режим;  • организация микроклимата;  • определение оптимальной нагрузки. |
| 2. | | Организация двигательного движения | • утренняя гимнастика;  • физкультурные занятия;  • подвижные игры;  • спортивные игры;  • занятия в спортивных кружках;  • прогулки;  • гимнастика после дневного сна;  • музыкально-ритмические занятия; |
| 3. | | Гигиенические и водные процедуры | • умывание;  • мытье рук; |
| 4. | | Свето-воздушные ванны | • проветривание помещений;  • сон при открытых фрамугах;  • воздушные ванны;  • обеспечение светового режима; |
| 5. | | Активный отдых | • развлечения;  • праздники;  • дни здоровья;  • физкультурные досуги. |
| 6. | Закаливание | | • ходьба босиком;  • обширное умывание; |
| 7. | Пропаганда ЗОЖ | | • курс бесед;  • консультации;  • периодическая печать. |

**2.6. Физкультурно-оздоровительный режим**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание работы** | **Время проведения** | **Исполнитель** |
| Прием детей | Ежедневно 7.00-8.00 | Воспитатели |
| Осмотр детей | Ежедневно 8.00-9.00 | Воспитатели |
| Утренняя гимнастика | Ежедневно по режиму | Инструктор по ФК |
| Завтрак, обед, полдник, ужин | По режиму | Повар, кладовщик, воспитатели |
| Физкультурные занятия | По сетке | Инструктор по ФК |
| Музыкальные занятия | По сетке | Музыкальный руководитель |
| Физкультминутки | По мере необход. | Воспитатели |
| Игры между занятиями | Ежедневно | Воспитатели |
| Прогулка | По режиму | Воспитатели |
| Подвижные игры | По плану | Воспитатели |
| Спортивные игры | По плану | Инструктор по ФК, воспитатели |
| Спортивные упражнения на прогулке | По плану | Воспитатели |
| Физкультурный досуг | 1 раз в квартал | Инструктор по ФК, воспитатели |
| Физкультурный праздник | 2 раз в год | Инструктор по ФК, старший воспитатель, воспитатели |
| Дневной сон | По режиму | Воспитатели |
| Гимнастика после сна | Ежедневно | Воспитатели |
| Закаливающие мероприятия (облегченная одежда, мытье рук до локтя, умывание прохладной водой, питьевой режим, солнечные ванны, ходьба по массажным дорожкам и т.д.) | В течение дня ежедневно | Воспитатели, инструктор по ФК |
| Обследование физического развития детей | 1 раза в год | Инструктор по ФК, |
| Тепловой и воздушный режим | По графику | Воспитатели, завхоз |
| Кварцевание групп | По графику | Воспитатели |
| Санитарно- гигиенический режим | Постоянно | Воспитатели |
| Консультативная просветительская работа среди педагогов по вопросам физического развития и оздоровления | По годовому плану | Заведующий, инструктор по ФК, старший воспитатель |
| Консультативная просветительская работа среди родителей по вопросам физического развития и оздоровления | По годовому плану | Заведующий, инструктор по ФК, старший воспитатель |

* 1. **Циклограмма инструктора по физической культуре**

ПОНЕДЕЛЬНИК

**8:00 - 8:10** - зарядка (старшая группа 1)

**8:10 - 8:20** - зарядка (старшая группа 2)

**8:20 - 8:30** - зарядка (подготовительная группа)

8:30 - 9:30 – консультации для родителей

9:30 - 10:30 – изучение методической литературы

10:30 - 10:40 - подготовка к занятиям

**10:40 - 11:10- подготовительная группа (зал)**

11:10 – 11:20 – подготовка к занятиям

**11:20 - 11:50- старшая группа 2 (улица)**

11:50 – 12:20 – индивидуальная работа на прогулке

12:20 – 13:00 – изучение методической литературы

ВТОРНИК

8:00 - 8:10- зарядка (старшая группа 1)

8:10 - 8:20- зарядка (старшая группа 2)

8:20 - 8:30- зарядка (подготовительная группа)

8:30 - 9:00-подготовка к занятиям

**9:00 - 9:15 - младшая группа (зал)**

9:15 – 10:10 – изучение методической литературы

10:10-10:30 - подготовка к занятиям

**10:30-10:50 - средняя группа (улица)**

10:50-11:20 – подготовка к занятиям

**11:20-11:45 – старшая группа 1 (зал)**

11:45-13:00 – подготовка к занятиям на завтра, подготовка досугов

13:00-14:00 - консультации для педагогов

14:00-15:00 – пед.час

15:00-15:30 – консультации для родителей

СРЕДА

8:00 - 8:10- зарядка (старшая группа 1)

8:10 - 8:20- зарядка (старшая группа 2)

8:20 - 8:30- зарядка (подготовительная группа)

8:30 -9:00 – подготовка к занятиям

**9:00-9:15-младшая группа (зал)**

9:15-9:30 - подготовка к занятиям

**9:30-9:50 – средняя группа (зал)**

**9:50-10:15 – старшая группа 1 (зал)**

**10:15 -10:45 – подготовительная группа (зал)**

10:45-11:20- подготовка к занятиям

**11:20-11:45 - старшая группа 2 (зал)**

11:45-13:00 - подготовка к занятиям на следующий день

ЧЕТВЕРГ

8:00 - 8:10- зарядка (старшая группа 1)

8:10 - 8:20- зарядка (старшая группа 2)

8:20 - 8:30- зарядка (подготовительная группа)

8:30-9:30 – консультации для родителей

9:30-10:00 – индивидуальная работа

10:00 – 10:30 – подготовка по календарно-тематич. планированию

10:30-10:40 – подготовка к занятию

**10:40-11:10 - подготовительная группа (улица)**

11:10-11:20 – подготовка к занятию

**11:20 – 11:45 – старшая группа 2 (зал)**

11:45 – 13:00 **-** подготовка к занятиям на следующий день

13:00 – 14:00 – консультации для педагогов

14:00 – 15:00 – подготовка к занятиям и досугам

15:00 – 15:30 – консультации для родителей

ПЯТНИЦА

8:00 - 8:10- зарядка (старшая группа 1)

8:10 - 8:20- зарядка (старшая группа 2)

8:20 - 8:30- зарядка (подготовительная группа)

8:30-9:00 - подготовка к занятиям

**9:00-9:20 - средняя группа (зал)**

9:20 – 10:20 – методическая работа

10:20-10:40 - подготовка к занятиям

**10:40-10:55 - младшая группа (улица)**

10:55-11:05 - подготовка к занятиям

**11:05-11:30 - старшая группа 2 (улица)**

11:30 – 12:30 – индивидуальная работа

12:30-13:00 - подготовка к занятиям, к проведению досугов, написание календарно-тематического планирования

**2.8. Система мониторинга достижения планируемых**

**результатов освоения программы**

Мониторинг детского развития проводится два раза в год (в сентябре для вновь прибывших детей и мае для всех воспитанников). Основная задача мониторинга заключается в том, чтобы определить степень освоения ребенком образова­тельной программы и влияние образовательного процесса, организуемого в дошкольном учреждении, на развитие ребенка.

|  |  |
| --- | --- |
| **Направления развития** | **Диагностические методики** |
| Физическое развитие | Мониторинг проводится по примерной основной общеобразовательная программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой |
|  |

**III. Организационный раздел**

**3.1. Паспорт физкультурного зала**

**Цель** – развитие физических качеств, двигательных навыков и оздоровление детей дошкольного возраста.

Посещающие: дети детского сада, педагоги, родители.

В спортивном зале проводятся:

* утренняя гимнастика;
* физкультурные занятия;
* индивидуальная работа, совместная деятельность,
* праздники и развлечения,
* просмотр театрализованных представлений и спектаклей;
* тренировки спортивной секции «Спортивный калейдоскоп».

Данные инструктора по физической культуре:

Коваленко Ольга Владимировна, образование высшее (Ульяновский Государственный Университет, факультет физической культуры и реабилитации) 2003г., стаж работы по специальности 5 лет.

Зал находится на первом этаже.

Площадь составляет – 71,6 м кв.

Кубатура – 214,8 м куб.

Зал находится в стороне от помещений хозяйственного и бытового обслуживания, рядом находится группа кабинет заведующей и методический кабинет. Зал имеет одностороннее естественное освещение и освещается искусственным освещением по мере необходимости люминесцентными лампами в защитных светорассеивающих плафонах. Зал оснащен 2 розетками и 2 выключателями, установленными на высоте 178 см от пола. Все источники искусственного освещения содержатся в исправном состоянии. Чистка оконных стекол и осветительных приборов производится 2 раза в год.

Зал убирается 1 раз в день влажным способом. Генеральная уборка проводится 1 раз в месяц. Стены покрашены в светлый бежевый цвет. Потолок отделан известковой побелкой. Пол покрыт спортивным линолеумом и ковром (для занятий сидя и лежа).

**3.2. Перечень методических материалов для организации работы в образовательной области «Физическое развитие»**

-Перспективный план.

-Комплексно-тематическое планирование.

- Календарный план.

- План работы с педагогами.

-План работы с родителями.

- Мониторинг.

- Сценарии праздников и развлечений.

- Картотеки:

-подвижные игры;

-казачьи народные подвижные игры;

-игры народов Дона;

-картотека утренних зарядок на все возрастные группы;

- Фонотека аудио кассет и СD- дисков (флешки)

- Паспорт физкультурного зала.

- Папка по самообразованию.

**3.3. Физкультурное оборудование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | Количество |
| 1 | Гимнастическая стенка | **1 пролет**  **2** |
| 2 | Батут | **2** |
| 3 | Мат | **2** |
| 4 | Комплекс спортивный | **1** |
| 5 | Контейнер для спортинвентаря | **6** |
| 6 | Доска гладкая с зацепами | **2** |
| 7 | Гимнастическая скамейка | **3** |
| 8 | Мяч гимнастический (с ушками) | **9** |
| 9 | Дорожка для подлезания «Радуга» | **2** |
| 10 | Дорожка координационная (деревянная) | **2** |
| 11 | Змейка-шагайка | **2** |
| 12 | Дорожка массажная (ребристая) | **2** |
| 13 | Мяч массажный | **10** |
| 14 | Мяч футбольный | **3** |
| 15 | Туннель-труба | **2** |
| 16 | Мяч детский | **22** |
| 17 | Скакалка | **10** |
| 18 | Палка гимнастическая | **26** |
| 19 | Кольцеброс | **8** |
| 20 | Баскетбольное кольцо | **2** |
| 21 | Диск «Здоровье» | **10** |
| 22 | Лыжи | **10** |
| 23 | Бубен | **15** |
| 24 | Секундомер | **1** |
| 25 | Насос для мячей | **2** |
| 26 | Канат | **2** |
| 27 | Обручи | **10** |
| 28 | Кегли | **60** |
| 29 | Кубики | **40** |
| 30 | Ленточки | **50** |
| 31 | Ворота с сетками | **4** |
| 32 | Мячи резиновые малые | **10** |
| 33 | Клюшки хоккейные | **4** |
| 34 | Санки-ледянки | **3** |
| 35 | Мячи набивные | **20** |
| 36 | Мешочки с песком | **20** |
| 37 | Цветные кольца | **38** |
| 38 | Малые резиновые мячи | **12** |
| 39 | Шнур веревочный 4м | **1** |
| 40 | Гантели | **6** |

**3.4. Методическая литература**

-Примерная общеобразовательная Программа дошкольного образования «От рождения до школы»/Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой «МОЗАИКА-СИНТЕЗ»,2014

-Физическая культура в детском саду. Младшая группа. Пензулаева Л. И. 2014 «МОЗАИКА-СИНТЕЗ»,2014

- Физическая культура в детском саду. Средняя группа. Пензулаева Л. И. 2014 «МОЗАИКА-СИНТЕЗ»,2014

- Физическая культура в детском саду. Старшая группа. Пензулаева Л. И. 2014 «МОЗАИКА-СИНТЕЗ»,2014

- Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа.

Пензулаева Л. И. 2014 «МОЗАИКА-СИНТЕЗ»,2014

- Сборник подвижных игр. Э.Я. Степаненкова «МОЗАИКА-СИНТЕЗ»,2014

- Анисимова Т. Г. «Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников». Волгоград, 2004 год.

-Вренник Е.Н. «Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет» М.: ТЦ Сфера, 2006 год.

- Ефименко Н. Е. Театр физического развития и оздоровления. 1999 г.

-Двигательная активность ребенка в детском саду. Мозаика – Синтез. Москва 2000г.

-Е. Н. Вавилова. Развитие основных движений у детей.

- Сценарии оздоровительных досугов в ДОУ. М. Ю. Картушина.

**IV. Вариативная часть программы:**

«В краю Тихого Дона» парциальная программа по приобщению дошкольников к культуре и традициям Донского края ,авторы-составители Галактионова Е.В, Каплина В.Н., Муравьёва О.Ю., Склярова В.Д.- (под общей редакцией КПН Баландиной Л.А.)

Физкультурно-оздоровительная работа для детей дошкольного возраста реализуется в парциальной авторской программе детского сада по региональному компоненту «В краю Тихого Дона». Ежедневно в разных формах физкультурно-оздоровительной работы дошкольники проживают различные игровые образы казаков и казачек, быт и обычаи своих предков, а также игры и забавы Донских казаков.

**Приложение 1**

**Развёрнутое комплексно-тематическое планирование**

**организованной образовательной деятельности**

**во второй младшей группе (3 – 4 года)**

инструктора по физической культуре

Коваленко Ольги Владимировны

на 2019 – 2020 учебный год

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Образовательная область «Физическое развитие»**  **Младшая группа** | | | | | | |
| Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **Сентябрь** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | ОРУ | I часть  ОВД | II часть  ОВД  ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение : 3 – 4 Ходьба и бег небольшими группами за воспитателем и в прямом направлении.  Бег в среднем темпе подгруппами и группой. | | | | | | |
| 1 неделя | МОНИТОРИНГ | | | | | |
| 2 неделя | МОНИТОРИНГ | | | | | |
| 3 неделя | Развивать умение действовать посигналу; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании; упражнять детей в прыжках через две линии. | ОРУ с мячом | Прокатывание мячей в прямом направлении.  Прыжки на двух нога на месте. | Прокатывание мячей в прямом направлении.  Прыжки в длину через две линии. | «Кот и воробышки» | «Бегите ко мне»  «Догоните меня»  «Кот и воробышки»  «Пузырь» |
| 4 неделя | Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать посигналу; развивать умение энергично отталкивать мяч при прокатывании друг другу | ОРУ с кубиком | Прыжки с продвижением вперёд.  Прокатывание мяча друг другу. | Прокатывание мяча друг другу с увеличением расстояния до 5 м. и более. | «Быстро в домик» | «Найди свой домик»  «Пузырь»  «Мой весёлый звонкий мяч»  «Тишина у пруда» |
| Работа с воспитателями | Консультация «Использование физкультурного оборудования для повышения двигательной активности во время прогулки» | | | | | |
| Работа с родителя-ми | 1. Консультация «Форма для занятий физкультурой в зале и на улице»  2. Консультация «Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей дошкольного возраста» | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Младшая группа | | | | | | |
| Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **Октябрь** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | ОРУ | I часть  ОВД | II часть  ОВД  ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| **Построение и перестроение:** 1-2 Построение врассыпную по ориентирам. Ходьба с выполнением упражнений для рук, врассыпную. Бег с различным положением рук.  3-4 Перестроение в круг лицом к центру. Ходьба с высоким подниманием колен. Ходьба в колонне по одному и по кругу. Бег с высоким подниманием колен. | | | | | | |
| 1 неделя | Упражнять; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги в прыжках. | ОРУ без предметов | Равновесие – ходьба по двум параллельно положенным доскам (ширина 25 см.) поочерёдно.  Прыжок в длину с места (И.у. «Перепрыгни ручеёк») | И.у. «Докати мяч до кубика» | «Догони мяч» | «Мой весёлый звонкий мяч»  «Поймай комара»  «Бегите ко мне»  «Лохматый пес» |
| 2 неделя | Упражнять в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; в энергичном отталкивании мяча при прокатывании друг другу. | ОРУ без предметов | Прыжки из обруча в обруч.  Прокатывание мяча друг другу изи.п. сидя. | Равновесие – ходьба и бег между двумя линиями. | «Ловкий шофёр» | «Найди свой домик»  «Кот и воробышки»  «Поезд»  «Лохматый пес» |
| 3 неделя | Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в ползании. Развивать ловкость в игровом задании с мячом. | ОРУ с мячом | Прокатывание мяч большого диаметра в прямом направлении.  Ползанье на ладонях и коленях змейкой между предметами. | И.у. «Чей мяч дальше», «Докати до кегли» | «Зайка умывается»  «Найди зайку» | «Догоните меня»  «Найдём игрушку»  «Поезд»  «Мишка буры» |
| 4 неделя | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, с поворотом в другую сторону по сигналу; развивать координацию движений при ползании на четвереньках и упражнений в равновесии. | ОРУ на скамейке | Лазание под шнур с опорой на ладони и колени.  Равновесие – ходьба и бег «змейкой» между предметами. | Прыжки с продвижением вперёд | «Кот и воробышки» | «Наседка и цыплята»  «Поймай комара»  «Пузырь»  «Мишка бурый» |
| Работа с воспитателями | 1. Информационная папка раскладушка «Физкультура в детском саду»  2.рекомендации по изготовлению спортивного оборудования «султанчики» | | | | | |
| Работа с родителя-ми | 1. Памятка для родителей по формированию ЗОЖ  2. Информация «Здоровьесберегающие технологии в детском саду» | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Младшая группа | | | | | | |
| Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **Ноябрь** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | ОРУ | I часть  ОВД | II часть  ОВД  ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение: 1-2 Построение в колонну по одному, врассыпную.  3-4 Построение в колонну по одному в круг. | | | | | | |
| 1 неделя | Упражнять детей в равновесии при ходьбе по ограниченной площади опоры, в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках. | ОРУ с ленточками | Равновесие – ходьба по двум параллельно положенным доскам (ширина 25 см.) поочерёдно и.п. руки в стороны, руки на пояс.  Прыжки с продвижением вперёд на двух ногах до ориентира. | Прокатывание мяча в воротики; лазание под дугу.  Равновесие ходьба и бег по дорожке выложенной из шнуров (ширина 25 см.) | «Ловкий шофёр»  «Найдём зайку» | «Поезд»  «Мыши в кладовой»  «По ровненькой дорожке»  «Гуси – лебеди» |
| 2 неделя | Развивать умение действовать по сигналу; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. | ОРУ  с обручем | Прыжки из обруча в обруч разложенных в шахматном порядке.  Пркотывание мяча друг другу (построение в шеренги). | Равновесие – ходьба из обруча в обруч. | «Мыши в кладовой» | И.у. «Перепрыгни из ямки в ямку»  «Наседка и цыплята»  «Догони мяч»  «Гуси – лебеди» |
| 3 неделя | Развивать умение действовать по сигналу; развивать координацию движений и ловкость при прокатывании мяча между предметами; упражнять в ползании. | ОРУ без предметов | Прокатывание мяча между предметами «змейкой».  Ползание на ладонях и коленях между предметами «змейкой» | Прыжки на двух ногах до ориентира; в длину с места.  Прокатывание мяча в прямом направлении с целью сбить предмет | «Мы топаем ногами» | «Поймай комара»  «Найди свой цвет»  «Передача шаров»  «Пугало» |
| 4 неделя | Упражнять детей в ходьбе с выполнением задания, развивая внимание, реакцию насигнал» в ползании, развивая координацию движений; в равновесии. | ОРУ с флажками | Ползанье на ладонях и коленях по доске (ширина 25 см.)  Перешагивание через шнур (высота 10 – 15 см.)  Равновесие – ходьба по уменьшенной площади опоры (доске шириной 25 см) с приседом возле ориентира | И.у. «Доползи до зайки»  «Прокати в ворота»  Подлезание под дугу | «Кто скорее добежит» | «Пузырь»  «Зайка серый умывается»  «Игра с мячом»  «Пугало» |
| Работа с воспитателями |  | | | | | |
| Работа с родителя-ми | Консультация «Помогите ребенку расти здоровым!» | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Младшая группа | | | | | | |
| Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **Декабрь** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | ОРУ | I часть  ОВД | II часть  ОВД  ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение: 1-2 Построение в колонну по одному, врассыпную.  3-4 Построение в круг. | | | | | | |
| 1 неделя | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; в сохранении устойчивого равновесия в прыжках | ОРУ с кубиками | Ходьба между предметами (расстояние 40 см.)  Прыжки на двух нога с продвижением вперёд, через шнур (высота 10- 15 см.) | Подлезание под дугу (высота 40 см.)  Равновесие – ходьба по уменьшенной площади опоры.  Бросание и ловля мяча двумя руками. | «Коршун и птенчики» | И.у. «Перешагни через кубик», «Брось и поймай».  «Найди свой домик»  «Солнышко» |
| 2 неделя | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки; в прокатывании мяча. | ОРУ с мячом | Прыжки с гимнастической скамейки (высота 20 см.)  Прокатывание мяча друг другу и.п. стойка на коленях. | Равновесие - ходьба по гимнастической скамейке.  Прыжки из обруча в обруч.  Метание мал.мяча в горизонтальную цель. | «Серый волк» | «Наседка и цыплята» «Пузырь»  «Воробышки и кот»  «Солнышко» |
| 3 неделя | Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу; в прокатывании мяча между предметами, умении группироваться при лазании под дугу. | ОРУ с кубиками | Прокатывание мяча между предметами «змейкой».  Лазание по лесенке лежащей на полу, приставным шагом. | Прыжки – спрыгивание со скамейки.  Прокатывание мяча между предметами друг другу. | «Лягушки» | «Лохматый пёс»  «По ровненькой дорожке»  «Найди игрушку»  «Снежок по кругу» |
| 4 неделя | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную, развивая ориентировку в пространстве; упражнять в ползании на повышенной опоре: и сохранении равновесия при ходьбе по доске. | ОРУ на скамейке | Перелезание через гимн.скамейку боком с упором на основание.  Ходьба по доске приставным шагом боком, и.п. руки на поя или в стороны. | Игровые упражнения с мячом. | «Птица и птенчики» | «Кто скорее добежит»  «Принеси флажок»  «Найди флажок»  «Снежок по кругу» |
| Работа с воспитателями |  | | | | | |
| Работа с родителя-ми | Консультация «Десять советов по укреплению физического здоровья детей» | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Младшая группа | | | | | | |
| Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **Январь** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | ОРУ | I часть  ОВД | II часть  ОВД  ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение: 1-2 Построение в колонну по одному, в шеренгу  3-4 Построение в круг. | | | | | | |
| 1 неделя | Повторить ходьбу с выполнением задания; упражнять в сохранении равновесия на ограниченной площади опоры; прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. | ОРУ с платочками | Ходьба по ограниченной площади опоры.  Прыжки из обруча в обруч. | Ползание под дугу не касаясь руками пола.  Прокатывание мяча друг другу и.п. сидя.  Прыжки через шнур. | «Коршун и цыплята» | «Воробышки и кот»  «Береги предмет»  «Поймай комара»  «Волк и зайцы» |
| 2 неделя | Упражнять в ходьбе в колонне по одному, беге врассыпную; в прыжках на двух ногах между предметами; в пркатывании мяча, развивая глазомер. | ОРУ с обручем | Прыжки на двух нога между набивными мячами.  Прокатывание мяча между предметами | Ходьба по доске, прыжки со скамейки; прокатывание мяч вокруг предметов и в прямом направлении. | «Птица и птенчики» | «Зайка серенький сидит»  «Не вижу – не слышу»  «Угадай предмет»  «Волк и зайцы» |
| 3 неделя | Упражнять в умении действовать по сигналув ходьбе вокруг предметов; развивать ловкость при котании мяча друг другу; повторить упражнения в ползании развивая координацию движений. | ОРУ с кубиком | Прокатывание мяча друг другу из и.п. сед ноги врозь (расстояние 1.5 м.)  Ползание на ладонях и ступнях до ориентира. | Прыжки на двух ногах с продвижением вперёт, вокруг предметов, со скамейки.  Катание мяча между предметами, вокруг предметов. | «Найди свой цвет» | «Найди свой цвет»  «Воробышки и кот»  «Пузырь»  «Прятки» |
| 4 неделя | Повторить ходьбу с выполнением задания. Упражнять в ползании под дугу, не касаясь руками пола; сохранении равновесия при ходьбе по уменьшинойплощаде опоры. | ОРУ без предметов | Ползание под дугу не касаясь руками пола.  Ходьба по доске (ширина 20 см.) и.п. руки в стороны. | Катание мяча между двумя линиями в ворота друг другу.  Лазание под шнур не касаясь руками пола. | «Лохматый пёс» | «Лягушки»  «Поймай снежинку»  «Догони мяч»  «Добеги до кубика»  «Прятки» |
| Работа с воспитателями |  | | | | | |
| Работа с родителя-ми | Рекомендации для родителей по физическому воспитанию детей «Спортивный уголок дома» | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Младшая группа | | | | | | |
| Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **Февраль** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | ОРУ | I часть  ОВД | II часть  ОВД  ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение: 1-2 Построение в колонну в две колонны, в круг.  3-4 Построение в колонну в шеренгу. | | | | | | |
| 1 неделя | Упражнять в ходьбе и беге вокруг предметов; развивать координацию движений при ходьбе переменным шагом; повторить прыжки с продвижением вперёд. | ОРУ с кольцом | Равновесие – перешагивание попеременно правой, левой ногой через шнуры.  Прыжки из обруча в обруч без остановки. | Подлезание под шнур (дугу) не касаясь руками пола.  Равновесие – ходьба по доске (ширина 15 – 20 см.) и.п. руки в сторону. | «У медведя во бору» | «Мышки»  «Поезд»  «Найди свой цвет»  «Солнышко» |
| 2 неделя | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания; в прыжках с высоты и мягком приземлении на полусогнутые ноги; развивать ловкость и глазомер в заданиях с мячом. | ОРУ с малым обручем | Прыжки с гимнастической скамейки  Бросание мяча об пол и ловля его двумя руками. | Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием попеременно правой, левой ногой через кубики.  Скатывание мяча по наклонной доске. | «Воробышки  в гнёздышках» | «Кукушонок»  «Весёлые машинки»  «Ходим, ходим хороводом»  «Солнышко» |
| 3 неделя | Упражнять детей в ходьбе попеременным шагом, развивая координацию движений; разучить бросание мяча через шнур, развивая ловкость и глазомер; повторить ползание под шнур некасаясь руками пола. | ОРУ с мячом | Бросание мяча через шнур двумя руками, подлезание под шнур в группировке, не касаясь руками пола. | Бросание снежков в даль правой левой рукой. | «Зайка беленький сидит» | «По ровненькой дорожке»  «Поймай снежинку»  «Поезд»  «Волк и зайцы» |
| 4 неделя | Упражнять в ходьбе в рассыпную; упражнять в умении группироваться в лазании под дугу; повторить упражнения в равновесии. | ОРУ без предметов | Лазание под дугу в группировке.  Равновесие – ходьба по доске, на середине присесть, хлопнуть в ладоши перед сабой, пройти до конца. | Бросание мяча вдаль из-за головы.  Бросание снежков правой, левой рукой.  Прокатывание мяча по дорожке. | «Лягушки» | «Огуречик, огуречик»  «Догонялки»  «Катушка с нитками»  «Волк и зайцы» |
| Работа с воспитателями |  | | | | | |
| Работа с родителя-ми | Консультация для родителей «Совместные занятия физкультурой детей и родителей» | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Младшая группа | | | | | | |
| Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **Март** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | ОРУ | I часть  ОВД | II часть  ОВД  ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение: 1-2 Построение в колонну в две колонны  3-4 Построение в круг, врассыпную. | | | | | | |
| 1 неделя | Упражнять в ходьбе и беге по кругу; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по ограниченной площади опоры; повторить прыжки между предметами | ОРУ с кубиками | Равновесие – ходьба по доске боком приставным шагом на середине присесть, подняться пройти до конца доски.  Прыжки на двух ногах «змейкой». | Метание – бросание мячей через шнур, бросание вверх и ловля двумя руками.  Прешагивание через кубики, валики попеременно правой, левой ногой. | «Кролики» | «Кукушонок»  «Весёлые машинки»  «Ходим, ходим хороводом»  «Пчелки и ласточки» |
| 2 неделя | Упражнять в ходьбе и беге врассыпную; разучить прыжки в длину с места; развивать ловкости при прокатывании мяча. | ОРУ без предметов | Прыжки в длину с мета.  Катание мяча друг другу. | Равновесие – ходьба по шнуру лежащему прямо.  Перебрасывание мяча друг другу. | «Самолёты» | «Кролики»  «Зайцы и волк»  «Кружочек»  «Пчелки и ласточки»» |
| 3 неделя | Развивать умение действовать посигналу. Упражнять в бросании мяча об пол и ловле его двемя руками, в ползании на повышенной опоре. | ОРУ с мячом | Бросание мяча об пол и ловле его двемя руками.  Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. | Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.  Лазание с опорой на ладони и колени, на ладони и ступни, между предметами.  Равновесие – ходьба с различным положением рук по скамейке, перешагиваниие через шнуры. | «Атомобили» | «Колобки и лиса»  «Лохматый пёс»  «Великаны и гномы»  «Чучело» |
| 4 неделя | Развивать координацию движений в ходьбе и бегемежду предметами; повторить упражнения в ползании; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | ОРУ без предметов | Ползание с опорой на ладони и стопы в прямом направлении.  Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке и.п. руки в стороны. | Равновесие – ходьба и бег по дорожке (ширина 20 см.)  Перепрыгивание через две линии (ширина 20 см.)  Бросание мяча вверх и о пол и ловля его двумя руками; перебрасывание мяча через шнур. | «Карусель» | «По ровненькой дорожке»  «Поезд»  «Ходим, ходим хороводом»  «Чучело» |
| Работа с воспитателями |  | | | | | |
| Работа с родителя-ми | Консультация для родителей «Физическое воспитание детей в семье» | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Младшая группа | | | | | | |
| Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **Апрель** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | ОРУ | I часть  ОВД | II часть  ОВД  ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение: 1-2 Построение в колонну в две колонны  3-4 Построение в круг, врассыпную. | | | | | | |
| 1 неделя | Повторить ходьбу и бег вокруг предметов, прыжки через шнуры. Упражнять в сохранении равновесии при ходьбе на повышенной опоре. | ОРУ с кубиками | Ходьба боком, приставным шагом по гимнастической скамейке, на середине присесть, руки вынести вперёд.  Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд. | Прыжки на двух ногах до ориентира.  Метание – бросание мячей правой левой рукой вдаль. | «Тишина»  «Найди игрушку» | «Зайка серенький сидит»  «Не вижу – не слышу»  «Угадай предмет»  «Скачки» |
| 2 неделя | Упражнять в ходьбе и беге с выполнением задания; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; развивать ловкость в упражнениях с мчом. | ОРУ с косичкой | Прыжки из обруча в обруч.  Прокатывание мяча друг другу и.п. сед ноги скрестно. | Равновесие – ходьба по гимнастической скамейке перешагивая через шнуры.  Перебрасывание мяча друг другу. | «Поросята и волк» | «Пузырь»  «Зайка серый умывается»  «Игра с мячом»  «Скачки» |
| 3 неделя | Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; развивать ловкость и глазомер в упражнении с мячом; обучать лазанию по лесенке стремянке. | ОРУ без предметов | Бросание мяча вверх и об пол и ловля его двумя руками.  Лазанье по лесенке-стремянке. | Лазанье по гимнастической лестнице с целью достать предмет.  Отбивание мяча об пол 2-3 раза. | «Мы топаем ногами» | «Кукушонок»  «Весёлые машинки»  «Ходим, ходим хороводом»  «Водяной» |
| 4 неделя | Упражнять в ходьбе с оствновкой на сигнал; повторить лазанье по гимнастической лестнице; упражнять в сохраниении равновесия при ходьбе на повышенной опоре. | ОРУ с обручем | Лазанье по гимнастической лестнице на высоту 1.5 м.  Ходьба по гимнастической лестнице и.п. руки в стороны. | Прыжки через шнур.  Прокатывание набивного мяча друг другу. | «Огуречик, огуречик» | «Воробышки и кот»  «Береги предмет»  «Поймай комара»  «Водяной» |
| Работа с воспитателями |  | | | | | |
| Работа с родителя-ми | Консультация «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой» | | | | | |

\

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная область «Физическое развитие»  Младшая группа | | | | | | |
| Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,  «Художественно-эстетическое развитее» | | | | | | |
| **Май** | | | | | | |
| № п/п  Тема недели | Задачи | ОРУ | I часть  ОВД | II часть  ОВД  ( с усложнением) | III часть  Подвижные игры | ОВД на улице |
| Построение и перестроение: 1-2 Построение в колонну в две колонны  3-4 Построение в круг, врассыпную. | | | | | | |
| 1 неделя | Повторить ходьбу и бег в рассыпную, развивая ориентировку в пространстве; повторить задание в равновесии и прыжках. | ОРУ с кольцом | Равновесие – ходьба по гинастичесокй скамейке.  Прыжки через шнуры (расстояние 40 см.) | Метание – бросание мячей правой левой рукой вдаль. | «Мыши в кладовой» | «Кролики»  «Зайци и волк»  «Кружочек»  «Мишка бурый» |
| 2 неделя | Ходьба с выполнением задания по сигналу; упражнять в лазании по гимнастической лестнице; бросании мяча вверх и ловля его двумя руками. | ОРУ с флажками | Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.  Лазание по наклонной лестнице. | Отбивание мяча об пол 2-3 раза. | «Карусель» | «Огуречи, огуречик»  «Догонялки»  «Катушка с нитками»  «Тишина |
| 3 неделя | **МОНИТОРИНГ** | | | | | |
| 4 неделя | **МОНИТОРИНГ** | | | | | |
| Работа с воспитателями |  | | | | | |
| Работа с родителя-ми | Консультация «Зарядка – это весело!» | | | | | |

Приложение 2

**Годовой план на 2019 – 2020 учебный год**

**инструктора по физической культуре**

**Коваленко Ольги Владимировны**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание работы, мероприятия** | **Срок выполнения** | | **Ответственные** |
| * 1. **Методическая работа** | | | | |
| 1 | Составить перспективный и календарный план работы с детьми на занятиях | | сентябрь | инструктор по физической к-ре |
| 2 | Подобрать комплексы общеразвивающих упражнений для всех возрастных групп | | сентябрь | инструктор по физической к-ре |
| 3 | Изучать методическую литературу по ФГОС ДО | | в течении года | инструктор по физической к-ре |
| 4 | Подобрать комплексы гимнастики после сна для всех возрастных групп | | октябрь | инструктор по физической к-ре |
| * 1. **Физкультурно – оздоровительная работа** | | | | |
| 1 | Провести диагностику физической подготовленности детей | | сентябрь  май | инструктор по физической к-ре |
| 2 | Осуществлять педагогический контроль на физкультурных занятиях | | в течении года | инструктор по физической к-ре. зам. зав. По ВМР |
| 3 | Обеспечить контроль по закаливанию детей в сочетании с использованием гимнастики утренней и после сна | | ежедневно в течении года | инструктор по физической к-ре, зам. зав. по ВМР |
| 4 | Закаливающие мероприятия: закаливающая ходьба босиком в спальне после дневного сна, дыхательная гимнастика, оздоровительный бег на воздухе | | ежедневно в течении года | инструктор по физической к-ре, зам. зав. по ВМР |
| **3. Физкультура в режиме дня** | | | | |
| 1 | Утренняя гимнастика | | ежедневно | инструктор по физической к-ре, воспитатели гр. |
| 2 | Физкультурные занятия в зале и на улице | | по расписанию | инструктор по физической к-ре |
| 3 | Подвижные и спортивные игры на прогулке | | ежедневно | воспитатели |
| 4 | Двигательные разминки и физкультминутки | | ежедневно | воспитатели |
| 5 | Гимнастика после сна | | ежедневно | воспитатели |
| 6 | Индивидуальная работа с детьми | | по необходимости | инструктор по физической к-ре |
| 7 | Самостоятельная двигательная активность детей | | ежедневно | воспитатели |
|  | | | | |
| 1. **Организационно – массовая работа** | | | | |
| 1 | Провести физкультурные праздники | | 2 раза в год | инструктор по физической к-ре, |
| 2 | Провести физкультурные досуги | | 1 раз в месяц | инструктор по физической к-ре, |
| 3 | Обновление физкультурных уголков в группах в соответствии с ФГОС ДО | | в течении года | инструктор по физической к-ре, воспитатели |
| 4 | Информация для родителей в информационных уголках групп | | в течении года | инструктор по физической к-ре, |
| 1. **Работа с педагогами** | | | | |
| 1 | Информировать о спортивных мероприятиях в детском саду | | в течении года | инструктор по физической к-ре, |
| 2 | Консультировать по инд. работе с детьми в целях развития физич. качеств и двиг. навыков, совершенствования ОДА | | в течении года | инструктор по физической к-ре |
| 3 | Провести консультации для воспитателей:  «Утренняя гимнастика и вариативность её содержания;  «Подвижные игры, как средство гармоничного развития дошкольников»;  «Игры и развлечения на воздухе. Методика проведения подвижных игр на воздухе»;  и другие по необходимости | | в течении года | инструктор по физической к-ре |
| **6. Работа с родителями** | | | | |
| 1 | Индивидуальные рекомендации и беседы | | в течении года | инструктор по физической к-ре |
| 2 | Приглашение родителей на детские спортивные праздники и развлечения | | по плану | инструктор по физической к-ре, воспитатели |
| 3 | Приглашение родителей поучаствовать в семейных спортивных праздниках | | по плану | инструктор по физической к-ре. воспитатели |
| 4 | Приглашение родителей к участию в тематических конкурсах | | в течении года | инструктор по физической к-ре |
| 5 | Наглядная информация – консультация на стендах групп:  «Советы по приобщению детей к физической культуре»;  «Как приучить детей делать утреннюю гимнастику» и другие | | зима  осень | инструктор по физической к-ре |
| 6 | Печатные листовки для родителей:  «В какую секцию отдать ребёнка»;  «Учим ребёнка кататься на роликовых коньках» и другие | | осень  весна | инструктор по физической к-ре |
| 7 | Информационные стенды:  «Правила безопасности для пешеходов»;  «Зимние забавы» | | осень  зима | инструктор по физической к-ре |
| 8 | Выступление на родительских собраниях в группах | | сентябрь  май | инструктор по физической к-ре |
| 9 | Проведение мастер-классов для родителей в теч. уч. года | |  | инструктор по физической к-ре |
| 1. **Дополнительные занятия** | | | | |
| 1 | Кружок «Спортивный калейдоскоп» | | по расписанию в течении года | инструктор по физической к-ре |
| 2 | Постановка и репетиция танцев, подготовка к соревнованиям | | по мере необходимости | инструктор по физической к-ре, муз.руководитель |
| 1. **Календарный план активного отдыха детей** | | | | |
| 1 | См. приложение «Перспективное планирование спортивных праздников и физкультурных досугов» по группам | | в течении года | инструктор по физической к-ре |

**Перспективное планирование**

**спортивных праздников и физкультурных досугов**

**во второй младшей группе**

|  |  |
| --- | --- |
| **месяц** | **название мероприятия** |
| сентябрь | Физкультурный досуг «Поиграем!» |
| октябрь | Физкультурный досуг «Золотая осень на Дону» |
| ноябрь | Спортивно – досуговое мероприятие для детей и мам  «Вместе с мамою моей я шагаю всех быстрей!» |
| декабрь | Физкультурный досуг «Зимние забавы» |
| январь | Физкультурный досуг «Проделки зимушки – зимы» |
| февраль | Спортивный праздник «День защитника Отечества с Мишкой» |
| март | Спортивный праздник «Мамины помощники» |
| апрель | Спортивный праздник  «С детства я дружу со спортом – космонавтом стать хочу!» |
| май | Праздник, посвящённый Дню защиты детей  «Детство – это радость!» |
| июнь | Ремонт детского сада |
| июль | Физкультурный досуг «Прогулка в зоопарк» |
| август | Спортивное развлечение «В здоровом теле – здоровый дух!» |