

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 4 – 5 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

І. Целевой раздел

1.1. 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 4 до 5 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"

1.3. 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).

1.4. 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
среднего дошкольного возраста 4 – 5 лет):***

***Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни у
средних дошкольников (4-5 лет)***

4-5 лет

Развивать умение устанавливать связи между совершаемыми действиями и состоянием организма, самочувствием (одеваться по погоде, регулярно гулять, заниматься зарядкой).

Расширять представления о полезной и вредной для здоровья пище.

Знакомить с частями тела и органами чувств человека и их функциональным назначением.

Способствовать формированию потребности в соблюдении режима питания, пониманию важности сна, гигиенических процедур для здоровья.

Знакомить с составляющими здорового образа жизни.

Развитие физических качеств в 4-5 лет

4-5 лет

Учить прыгать в длину с места не менее 70 см.

Развивать общую выносливость в ходе бега по пересеченной местности в медленном темпе 200–240 м.

Учить бросать набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.

Накопление и обогащение двигательного опыта в 4-5 лет

(овладение основными движениями):

4-5 лет

Способствовать формированию правильной осанки при ходьбе, держась прямо, не опуская головы.

Закреплять умение уверенно ходить по бревну (скамейке), удерживая равновесие.

Развивать умение лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами.

Учить прыжкам в длину с места отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляться, подпрыгивая на одной ноге.

Учить ловить мяч руками (многократно ударяет им об пол и ловит его).

Учить бросать предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку.

Развивать чувство ритма (умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет).

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании в 4-5 лет:

4-5 лет

Способствовать проявлению активности и инициативности ребёнка в подвижных играх.

Содействовать созданию эмоционально-положительного климата при проведении физических упражнений, создавать ситуацию успеха.

Поощрять самостоятельное и творческое использование физкультурного инвентаря для подвижных игр.

1.5. 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 4 до 5 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 среднем дошкольном возрасте (4-5 лет) двигательные возможности детей создают реальные предпосылки для формирования движений в обобщенном виде и умения выделять отдельные элементы движения (направление, скорость, амплитуда...).

Ребенок вышел за пределы семейного круга. Его общение становится вне ситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем 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 средних дошкольников являются действия с игрушками и предметами – заместителями. Продолжительность игры небольшая. Средние дошкольники ограничиваются игрой с несколькими ролями и более развернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте уже имеют место быть.

Дети уверенно выполняют упражнения в ходьбе и беге с хорошей координацией движений рук и ног, могут находить свое место в колонне, строиться в пары, сохранять форму круга во время движения, ходить на носках. Крупная мускулатура в своем развитии преобладает над мелкой, но в тоже время им 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 в процессе освоения ходьбы, бега, общеразвивающих упражнений требуют периодических 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 более сложных движений, действий и закаливающих процедур. Идёт освоение новых видов физических упражнений, повышаем

уровень физических способностей, стимулируем участие в коллективных играх и соревнованиях со сверстниками.

Закаливание становится привычным элементом режима дня. Следует учитывать, что в дошкольном возрасте для высшей нервной деятельности ещё характерна неустойчивость основных нервных процессов. Поэтому не следует рассчитывать на прочное освоение ребёнком этого возраста сложных двигательных умений и действий. Однако, следует уделять особое внимание освоению и совершенствованию новых видов движений – пальцев рук и кисти, ловкости. Ловкость развивается при перемещениях со сменой направления ходьбы и бега, в упражнениях с предметами, особенно с мячом, игре с кубиками и пластилином.

Следует учесть, что 5-й год жизни является критическим для многих параметров физического здоровья ребёнка. В этот период отмечается ослабление некоторых звеньев мышечной системы и суставных связок. Следствием этого могут быть нарушения осанки, плоскостопие, искривление нижних конечностей, уплощение грудной клетки или её деформация, выпуклый и отвислый живот. Всё это затрудняет дыхание. Правильно организованная физическая активность детей, регулярные и правильно построенные занятия физическими упражнениями способны предотвратить развитие этих нарушений.

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 1 раз в год в мае.

II. Содержательный раздел

2.1. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 4-5 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 4-5 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., Муравьева 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

Формирование правильной осанки.

Закрепление и развитие умения выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног Развитие умения бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Формирование умения выполнять действия по сигналу. Упражнения в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.

Закрепление умения ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Развитие умения перелезать с одного пролёта гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Закрепление умения энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперёд, ориентироваться в пространстве.

Формирование умения в прыжках в длину и высоту с места, сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие Формирование умения прыгать через короткую скакалку.

Закрепление умения принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Развитие физических качеств (гибкость, ловкость, быстрота, выносливости)

Развитие двигательной активности детей в играх с мячами, скакалками, обручами и другими предметами

Совершенствование умения ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Формирование умений и навыков правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитание красоты, грациозности, выразительности движений.

Развитие и совершенствование двигательных умений и навыков детей, умения творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закрепление умения выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Приучение детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.

Один раз в месяц проведение физкультурных досугов продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурных праздников (зимний и летний) продолжительностью 45 минут

Развитие активности детей в разнообразных играх.

Развитие быстроты, силы, ловкости, пространственной ориентировки.

Воспитание самостоятельности и инициативности в организации знакомых игр.

Приучение детей к выполнению действий по сигналу.

Во всех формах двигательной деятельности развитие у детей организованности, самостоятельности, инициативности, умения поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

1. Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего. Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по верёвке (диаметр 1,5-3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, через набивной мяч (поочерёдно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1—1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд; к концу года)

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под верёвку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролёта на другой вправо и влево).

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперёд (расстояние 2-3 м), с поворотом

кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочерёдно) Прыжки через линию, поочерёдно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочерёдно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см) Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2 2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5-2 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика. Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и циклических движений под музыку.

2. Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимание рук вперёд, в стороны, вверх (одновременно, поочерёдно), отведение рук за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивание руками вперёд-назад; выполнение круговых движений руками, согнутыми в локтях. Закладывание рук за голову, разведение их в стороны и опускание. Поднимание рук через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимание палки (обруча) вверх, опускание за плечи; сжимание, разжимание кистей рук; вращение кистями рук из исходного положения руки вперёд, в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Повороты в стороны, держа руки на поясе, разведение рук в стороны; наклоны вперёд, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоны с выполнением задания (класть и брать предметы из разных исходных положений: ноги вместе, ноги врозь). Наклоны в стороны, держа руки на поясе. Прокатывание мяча вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); переключивание предметов из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимание обеих ног над полом: поднятие, сгибание, выпрямление и опускание ног на пол из исходных положений лёжа на спине, сидя. Повороты со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимание вытянутых вперёд рук, плеч и головы, лёжа на животе.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подъём на носки; поочерёдно выставление ноги вперёд на пятку, на носок; притопы; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперёд, в стороны. Поочерёдное поднятие ног, согнутых в коленях. Ходьба по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захват и переключивание предметов с места на место стопами ног

Статические упражнения. Сохранение равновесия в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5-7 секунд).

3. Спортивные упражнения

Катание на санках. Скатывание на санках – ледянках с горки, торможение при спуске с неё, подъём с санками на гору.

Скольжение. Самостоятельное скольжение по ледяным дорожкам.

Ходьба на лыжах. Передвижение на лыжах по лыжне скользящим шагом. Повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подъём на склон прямо ступающим шагом, полуёлочкой (прямо и наискось).

4. Подвижные игры

С бегом. «Самолёты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике» «Зайка серый умывается»

С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелёт птиц», «Котята и щенята»

С бросанием и ловлей. «Подбрось поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушёл?», «Прятки».

Народные игры. «У медведя во бору» и многие другие.

С региональным компонентом. «Пугало», «Журавли»...

Физкультурное занятие 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: 20 мин. – средняя группа.

Структура непосредственной 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 – средний возраст). В эту часть включают упражнения, которые мобилизуют внимание детей, построения, упражнения в ходьбе, беге, небольшая разминка.

Основная часть (продолжительность: 15-16 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 в средней группе (4-5 лет).

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.

2. 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	
4. 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	<ul style="list-style-type: none"> • щадящий режим в адаптационный период; • гибкий режим; • организация микроклимата; • определение оптимальной нагрузки.
2.	Организация двигательного движения	<ul style="list-style-type: none"> • 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	<ul style="list-style-type: none"> • умывание; • мытье рук;
4.	Свето-воздушные ванны	<ul style="list-style-type: none"> • проветривание помещений; • сон при открытых фрамугах; • воздушные ванны; • обеспечение светового режима;
5.	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> • развлечения; • праздники; • дни здоровья; • физкультурные досуги.
6.	Закаливание	<ul style="list-style-type: none"> • ходьба босиком; • обширное умывание;
7.	Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> • 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
---	-------------------	---

2.7. 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 в детский сад 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 CD- 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 спортивного инвентаря	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.

**Развёрнутое комплексно-тематическое планирование
организованной образовательной деятельности
в средней группе (4 -5 лет)**

инструктора по физической культуре

Коваленко Ольги Владимировны

на 2019 – 2020 учебный год

Образовательная область «Физическое развитие» Средняя группа					
Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»					
Сентябрь					
№ п/п Тема недели	Задачи	ОРУ	I часть ОВД	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры
Построение и перестроение : 1-2 Построение в шеренгу, перестроение в колонну, круг. 3-4 Перестроение к круг из колонны, построение в 2 колонны.					
1 неделя	МОНИТОРИНГ				
2 неделя	МОНИТОРИНГ				
3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения. Упражнять в бросках мяча о землю и ловля его двумя руками, повторить ползание на четвереньках.	ОРУ с мячом	Броски мяча о пол и ловля его двумя руками. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.	Броски мяча о по одной рукой и ловля его двумя руками. Ползание в шеренгах в прямом направлении. прыжки на двух ногах между предметами.	«Лиса и куры», «Волк и зайцы» «Тишина у пруда»
4 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по сигналу педагога; В ползании на животе по гимнастической скамейке,	ОРУ с флажками	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, хват рук с боков скамейке.	Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, в середине присесть.	«Совушка-сова», «Цветные автомобили», «Воробышки и автомобили», «Самолёты»

	развивая силу и ловкость, повторить задание на сохранение устойчивого равновесия.		Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе.	Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Прыжки на двух ногах до кубика.	«У медведя во бору»
Работа с воспитателями	1 Консультация «Использование физкультурного оборудования для повышения двигательной активности во время прогулки»				
Работа с родителями	1 Консультация «Форма для занятий физкультурой в зале и на улице» 2 Пака – раскладушка «Веселый тренинг» 3 Консультация «Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей дошкольного возраста»				

Образовательная область «Физическое развитие»

Средняя группа

Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»

Октябрь

№ п/п Тема недели	Задачи	ОРУ	I часть ОВД	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры
Построение и перестроение : 1-2: Построение в шеренгу, ходьба в колонне по одному, перестроение в три колонны. 3-4: ходьба в колонне по одному, перестроение в круг, перестроение в 3 колонны					
1 неделя	Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре, упражнять в энергичном отталкивании от пола и мягко приземляться на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед.	ОРУ с мячом	Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе. Прыжки на двух ногах до предмета.	Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе. Прыжки на двух ногах до косички, перепрыгнуть через неё, а затем пройти в конец своей колонны.	«У медведя во бору», «Кот и мыши» «Пугало»
2 неделя	Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега, упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закрепить умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность в направлении движения.	ОРУ без предметов	Прыжки- перепрыгивание из обруча в обруч на двух ногах. Прокатывание мяча друг другу (10-12 раз)	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (поточным способом). Прокатывание мяча между (4-5) предметами , двумя реками (расстояние между предметами 1 м.	«Автомобили» «Пугало»
3 неделя	Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать ее и ритмичность при перешагивании через бруски, упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, лазанье под дугу.	ОРУ с кеглями	Прокатывание мяча в прямом направлении, Лазанье под шнур не касаясь руками пола.	Лазанье под дугу двумя колонными (поточным способом). Прыжки на двух ногах через 4-5 линий.	«У медведя во бору» «Лохматый пес»
4 неделя	Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, в ходьбе и беге враспынную; повторить лазанье под шнур, не касаясь руками пола сохраняя равновесие при ходьбе при уменьшенной площади опоры.	ОРУ без предметов	Подлезание под дугу, касаясь руками пола (высота 50 см) Равновесие- ходьба по доске положенной на пол, прыжки на двух ногах между набивными мячами.	Лазанье под шнур с мячиком в руках, Прокати мяч по дорожке. (ширина 25 см, длина 2м)	«Кот и мыши», «Отгадай, чей голосок?» «Лохматый пес»

Работа с воспитателями	<ol style="list-style-type: none">1. Информационная папка раскладушка «Физкультура в детском саду»2. рекомендации по изготовлению спортивного оборудования «султанчики»
Работа с родителями	<ol style="list-style-type: none">1. Памятка для родителей по формированию ЗОЖ2. Информация «Здоровьесберегающие технологии в детском саду»

Образовательная область «Физическое развитие»

Средняя группа

Коммуникация ОО ПО ФГОС : «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,
«Художественно-эстетическое развитие»

Ноябрь

№ п/п Тема недели	Задачи	ОРУ	I часть ОВД	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры
Построение и перестроение : 1-2 Ходьба в колонне по одному, перестроение в колонну по 3 3-4 Ходьба с поворотами на лево, в колонне по одному, перестроение в 3 колонны, в круг.					
1 неделя	Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие.	ОРУ с платочками	Равновесие- ходьба по шнуру, положенному на пол, прямо. Приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на пояс. Прыжки через 4-5 брусков, помогая себе взмахом рук.	Равновесие- ходьба по шнуру положенному по кругу. Прыжки на двух ногах через - 5-6 шнуров. Прокатывание мяча между 4-5 предметами, подталкивая двумя руками снизу.	«Лиса и куры», «Найди где спрятано» «Журавли»
2 неделя	Упражнять детей в перестроение парами на месте, в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги, развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами.	ОРУ мячом	Прыжки со скамейке(высота 20 см) на резиновую поверхность. Прокатывание мяча между предметами.	Прыжки со скамейки. Прокатывание мяча между предметами. Бег по дорожке.	«У медведя во бору» «Журавли»
3 неделя	Упражнять детей в ходьбе в колонне по одному. Развивать ловкость при перебрасывании мяча друг другу. Повторить ползание на четвереньках	ОРУ без предметов	Перебрасывание мячей друг другу расстояние 1.5 м. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.	Перебрасывание мяча друг другу с расстояния 2 м из – за головы. Ползание в прямом направлении на четвереньках с опорой на ладони и стопы. Дистанция 3-4 м. Ходьба с перешагиванием через предметы.	«Зайцы и волк» «Скачки»
4 неделя	Упражнять в действиях по заданию педагога в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе,	ОРУ с кубиками	Ползание по гимнастической скамейке на животе, хват рук с боков скамейки.	Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени.	«Птичка и кошка» «Скачки»

	повторить упражнение в равновесии.		Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке боком, руки за головой.	Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке с приседанием в середине, руки в стороны. Прыжки на двух ногах до лежащего на полу обруча.	
Работа с воспитателями	1 Информационная папка раскладушка «Физкультура в детском саду»				
Работа с родителями					

Образовательная область «Физическое развитие»

Средняя группа

Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,
«Художественно-эстетическое развитие»

Декабрь

№ п/п Тема недели	Задачи	ОРУ	I часть ОВД	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры
Построение и перестроение : 1-2 ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, перестроение 3 колонны. 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в круг					
1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их. Формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры. Повторить упражнение в прыжках.	ОРУ с обручем	Равновесие- ходьба по канату: пятки на канате, носки на полу, руки на поясе. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед вдоль каната и перепрыгивание через него слева направо.	Равновесие – ходьба по канату, носки на канате, пятки на полу, руки за головой. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед вдоль каната и перепрыгивание через него слева направо, помогая себе взмахом рук. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.	«Кролики» «Снежок по кругу»
2 неделя	Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывание мяча друг другу.	ОРУ с мячом	Прыжки с гимнастической скамейке, перебрасывание мяча друг другу с расстояния 2 м.	Отбивание мяча одной рукой о пол. Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперед. Равновесие- ходьба на носках между предметами.	«Найди себе пару», «Зайцы и волк» «Снежок по кругу»
3 неделя	Повторить ходьбу и бег между предметами, ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, развивать ловкость в упражнении с мячом.	ОРУ без предметов	Метание в вертикальную цель мешочков с песком с увеличением расстояния. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони колени.	Прокатывание набивного мяча друг другу в парах, тройками, четвёрками. Лазанье приставным шагом по наклонной лесенке. Прыжки слева и справа от шнура, продвигаясь вперед.	«Лошадки», «Кот и мыши» «Снежок по кругу»

4 недели	Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен. Упражнять в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке; закрепить умение правильно подлезать под шнур	ОРУ с обручем	Лазание под шнур боком, не касаясь руками пола, несколько раз подряд. Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе.	Лазание под шнур, не касаясь руками пола, Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, руки на поясе. Прыжки на двух ногах между 4-5 предметами, поставленными в ряд (4-5 штук), на расстоянии 0.5 м одна от другой (повторить 2 раза)	«Автомобили» «Снежок по кругу»
Работа с воспитателями	1 . Консультация «Здоровье ребёнка-это...»				
Работа с родителями	1. Пака – раскладушка «Учимся кататься на лыжах» 2. Информация «Зимние травмы»				

Образовательная область «Физическое развитие»
Средняя группа

Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,
«Художественно-эстетическое развитие»

Январь

№ п/п Тема недели	Задачи	ОРУ	I часть ОВД	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры
Построение и перестроение : 1-2 Построение в шеренгу, перестроение в колонну, круг. 3-4 перестроение к круг из колонны, построение в 2 колонны.					
1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах; закрепить умения удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре.	ОРУ с кубиками	Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. прыжки на двух ногах продвигаясь вперед «змейкой» между кубиками.	Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, Прыжки на двух ногах (расстояние 3 м), Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками.	«салки», «Найди и промолчи», «кролики», «Лохматый пес» «Мишка бурый»
2 неделя	Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча	ОРУ без предметов	Прыжки на двух ногах. Прокатывание мяча друг другу.	Прыжки на двух ногах продвигаясь вперед между предметами. Перебрасывание мяча друг другу.	«Птицы в гнздышке», «Самолеты», «Найди себе пару» «Мишка бурый»
3 неделя	Упражнять в ходьбе с высоким подниманием колен, бег враспынную, Беге парами, прыжках через короткую скакалку, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. Умении перестраиваться по ходу движения.	ОРУ с палкой	Метание в вертикальную цель. Ползание по гимнастической скамейке на животе.	Метание в вертикальную цель с расстояния 2 м, Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни («По-медвежь»)»	«Поймай бабочку», «Зайцы и волк» «Солнышко»

4 недели	<p>Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий, с изменением направления движения; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках, в подбрасывании и ловле мяча; повторить игры с мячом.</p>	ОРУ с мячом	<p>Равновесие- ходьбе по скамейке с мешочком на голове. Прыжки на двух ногах через шнур справа и слева, продвигаясь вперед.</p>	<p>Лазание на гимнастическую стенку и спуск с неё. Равновесие- ходьба по доске, лежащей на полу, на носках, руки за головой.</p>	<p>«У медведя во бору», «Солнышко»</p>
Работа с воспитателями					
Работа с родителями					

Образовательная область «Физическое развитие»
Средняя группа

Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,
«Художественно-эстетическое развитие»

Февраль

№ п/п Тема недели	Задачи	ОРУ	I часть ОВД	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры
Построение и перестроение : 1-2 ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, перестроение 3 колонны. 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в круг					
1 неделя	Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках. Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках.	ОРУ без предметов	Равновесие-ходьба по гимнастической скамейке с поворотом кругом. Прыжки через бруски, высота 10 см, расстояние 40 см	Ходьба , с перешагиванием через набивные мячи, Прыжки через шнур, длина 3 м. перебрасывание мяча друг другу стоя в шеренге.	«Котятa и щенятa», «Точно с целью» «Прятки овощей»
2 неделя	Упражнять в ходьбе с выполнением задания по команде педагога.закреплять прыжки из обруча в обруч. Развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками на улице.	ОРУ на стульях	Прыжки из обруча в обруч. Прокатывание мяча между предметами.	Прыжки на двух ногах через 5-6 коротких шнуров. Прокатывание мяча друг другу стоя в шеренге на коленях. Ходьба на носках , руки на поясе, в чередовании с ходьбой.	«Компот», «У медведя во бору» «Прятки овощей»
3 неделя	Упражнять в ходьбе и беге врассыпную между предметами. Закрепить ловлю мяча двумя руками. Закрепить навыки ползания на четвереньках.	ОРУ с мячом	Перебрасывание мяча друг другу. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках.	Метание мешочка в вертикальную цель- щит диаметр 50 см. Ползание по гимнастической скамейке. Прыжки между предметами.	«Воробышки и автомобиль» «Купи папа коника»,
4 неделя	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения.	ОРУ с гимнастической палкой	Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Равновесие- ходьба, перешагивание через	Досуг «Бравые солдаты» Игры -эстафеты	«Перелет птиц», «Купи папа коника»

	<p>Повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами. Развивать ловкость и глазомер при метании снежков; Повторить игровые упражнения.</p>		<p>набивные мячи, высоко поднимая колени, руки на поясе или за головой.</p>		
Работа с воспитателями	<p>1. Консультация «Физкультура в детском саду» 2. папка –передвижка «Дарите детям свою любовь и заботу» 3. Индивидуальная работа с воспитателями</p>				
Работа с родителями	<p>1. Конкурс «Мой спортивный выходной» 2. Папка –передвижка «Десять советов родителям» 3. информация «Зимние травмы» 4. индивидуальные беседы с родителями.</p>				

Образовательная область «Физическое развитие»

Средняя группа

Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие»

Март

№ п/п Тема недели	Задачи	ОРУ	I часть ОВД	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры
Построение и перестроение : 1-2 ходьба в колонне по одному с заданием , перестроение 3 звена. 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в круг, в колонны					
1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, с изменением направления движения и в рассыпную. повторить упражнения в равновесии и прыжках. Развивать ловкость и глазомер при метании в цель. Упражнять в беге, Закреплять умение действовать по сигналу воспитателя.	ОРУ без предметов	Ходьба на носках между предметами, расставленными на расстоянии 0.5 м, Прыжки через шнур слева на право.	Равновесие- ходьба и бег по наклонной доске. Прыжки на двух ногах через короткую скакалку. Игр. Упр. посвященные «Дню матери»	«Перелет птиц», «Собери кровать» «Золотые ворота»
2 неделя	Упражнять детей в ходьбе с выполнением задания по команде педагога, Упражнять в прыжках в длину с места, в бросании мяча через сетку, повторить ходьбу и бег в рассыпную.	ОРУ с обручем	Прыжки в длину с места Перебрасывание мячей через шнур	Прыжки в длину с места Перебрасывание мячей через сетку	«Бездомный заяц» «Золотые ворота»
3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу. Ходьбе и беге с выполнением задания, Повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке.	ОРУ с мячом	Прокатывание мяча между предметами (2-3 раза) Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками, хват рук с боков.	Равновесие- ходьба по скамейке с мешочком на голове. Прокатывание мячей между предметами. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени с мешочком на спине.	«Самолеты» «Ловишки» «Пчелки и ласточки»

4 недели	Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, с остановкой по сигналу педагога, попеременно широким и коротким шагом; повторить ползание по скамейке; упражнять в равновесии и прыжках. Повторить упражнение с мячом	ОРУ с флажками»	Равновесие- ходьба по доске, положенной на пол. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни. Прыжки через 5-6 шнуров, положенных в одну линию.	Равновесие- ходьба по доске положенной на пол на носках, руки на поясе. Лазание по гимнастической стенке и передвижение по 3 рейке, спуститься вниз. Прыжки на двух ногах через шнуры.	«Охотники и зайцы», «Наши алые цветки» «Пчелки и ласточки»
Работа с воспитателями	<ol style="list-style-type: none"> 1.Консультация «Физкультурный уголок в группе» 2.изготовление нестандартного физкультурного оборудования. 3.Папка –раскладушка «Физические упражнения» 4.Консультирование педагогов. 				
Работа с родителями	<ol style="list-style-type: none"> 1.Конкурс рисунков «Зарядка» 2.Папка-передвижка «Пессимизм и здоровье» 3.Индивидуальные беседы с родителями 				

Образовательная область «Физическое развитие»

Средняя группа

Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,
«Художественно-эстетическое развитие»

Апрель

№ п/п Тема недели	Задачи	ОРУ	I часть ОВД	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры
Построение и перестроение : 1-2 ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, перестроение 3 колонны. 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в круг, в 2 колонны.					
1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную, с нахождением своего места; в прокатывании мяча. Повторить задание в равновесии и прыжках.	ОРУ без предметов	Равновесие- ходьба по доске, лежащей на полу, мешочком на голове. Прыжки на двух ногах через препятствия.	Развлечение «Книжкина неделя» Игры, викторины.	«Пробеги тихо», «У медведя во бору» «Чучело»
2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьба и бег врассыпную; метание мешочков в горизонтальную цель; закрепить умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места.	ОРУ с кеглями	Прыжки в длину с места. Метание мешочка в горизонтальную цель (3 раза)	Досуг «День космонавтики» Игры, соревнование	«Совушка» «Чучело»
3 неделя	Упражнять детей в ходьбе с выполнением задания; Упражнять в перебрасывании мячей друг другу. Развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках.	ОРУ с мячом	Метание мешочка на дальность. Ползание по гимнастической скамейке.	Метание мешочка правой и левой рукой на дальность. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни. Прыжки на двух ногах, дистанция 3 м	«Совушка» «Карусель»
4 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, между предметами, в равновесии, перебрасывании мяча; повторить упражнения в прыжках.	ОРУ с косичками	Равновесие – ходьба по доске, лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку другой.	Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, руки на пояс; на середине скамейке присесть; вынести руки	«Птички и кошка», «камень , ножницы, бумага» «Карусель»

			Прыжки на двух ногах из обруча в обруч (5-6 плоских обручей),	вперед, подняться и пройти дальше (2-3 раза) Прыжки на двух ногах между предметами, поставленными в ряд на расстоянии 40 см один от другого.	
Работа с воспитателями	1.Консультация «Физкультура в детском саду» 2.Создание книжек-малышек о спорте 3.Индивидуальная работа с родителями.				
Работа с родителями	1.Конкурс «Рецепт –на здоровье» 2.Информация «Четыре заповеди мудрого родителя»				

Образовательная область «Физическое развитие»

Средняя группа

Коммуникация ОО ПО ФГОС «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие»,
«Художественно-эстетическое развитие»

Май

№ п/п Тема недели	Задачи	ОРУ	I часть ОВД	II часть ОВД (с усложнением)	III часть Подвижные игры
Построение и перестроение : 1-2 ходьба в колонне по одному со сменой ведущего, перестроение 3 колонны. 3-4 Построение в шеренгу, перестроение в колонну, в круг					
1 неделя	Упражнять детей в ходьбе парами, в колонне по одному в чередовании с прыжками, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места. повторить игровые упражнения с мячом	ОРУ без предметов	Ходьба по доске, приставным шагом, прыжки в длину с места.	Равновесие- ходьба по гимнастической скамейке, на середине присесть. Прыжки в длину с места через шнур. Прокатывание мяча между кубиками.	«Котятта и щенята», «Совушка», «Красный, желтый, зеленый» «Водяной»
2 неделя	Повторить ходьбу со сменой ведущего, с остановкой по сигналу, по кругу; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом.	ОРУ с кубиками	Прыжки в длину через шнур. Перебрасывание мячей друг другу.	Игры соревнования «День Победы»	«Лебедь, рак и щука», «Пожарные предметы, да или нет» «Водяной»
3 неделя	МОНИТОРИНГ				
4 неделя	МОНИТОРИНГ				

Работа с воспитателями	<ol style="list-style-type: none">1. Папка-передвижка «Физкультминутка, как форма активного отдыха.2. Индивидуальная работа с воспитателями.
Работа с родителями	<ol style="list-style-type: none">1. Конкурс рисунков «Безопасность детей летом. Или что можно, а что нельзя»4. Индивидуальная работа с родителями

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
2 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

4. 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,

5. 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
7. 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
8. 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
в средней группе**

месяц	название мероприятия
сентябрь	Физкультурный досуг «Мой весёлый, звонкий мяч»
октябрь	Физкультурный досуг «Золотая осень на Дону»
ноябрь	Спортивно – досуговое мероприятие для детей и мам «Вместе с мамой моей я шагаю всех быстрее!»
декабрь	Физкультурный досуг «Зимние забавы»
январь	Физкультурный досуг «Проделки зимушки – зимы»
февраль	Спортивный праздник «Наша армия сильна»
март	Спортивный праздник «Мамины помощники»

апрель	Спортивный праздник «С детства я дружу со спортом – космонавтом стать хочу!»
май	Праздник, посвящённый Дню защиты детей «Путешествие по России с Незнайкой»
июнь	Ремонт детского сада
июль	Физкультурный досуг «Весёлые старты»
август	Спортивное развлечение «В здоровом теле – здоровый дух!»