

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад общеразвивающего вида № 25 станицы Кавказская  
муниципального образования Кавказский район

Принято  
Педагогическим советом  
МБДОУ д/с – о/в №25  
Протокол №1  
от 31.08.2021г.



Утверждено:  
Заведующий МБДОУ д/с – о/в №25  
И.А. Астахова  
Приказ № 430-п  
от 31.08.2021г.

**Рабочая программа  
инструктора по физической культуре  
по образовательной области  
«Физическое развитие»  
для групп общеразвивающей направленности  
на 2021-2022 учебный год**

Разработана  
инструктором по ФК  
Гнатишиной Н. А.

ст. Кавказская, 2021г.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ СОКРАЩЕНИЙ

ДОО - дошкольная образовательная организация.

МБДОУ - муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение.

ОО-ОП ДО - основная общеобразовательная –образовательная программа дошкольного образования.

ФГОС (Стандарт) - федеральный государственный образовательный стандарт.

ФГОС ДО - федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ № 1155 от 17 октября 2013 года).

РП - рабочая программа

## Содержание:

|   |           |
|---|-----------|
| <b>I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....</b>   | <b>4</b>  |
| I.1. Пояснительная записка.....   | 4         |
| I.1.1. Цели и задачи реализации Рабочей Программы .....   | 5         |
| I.1.2. Принципы и подходы к формированию Рабочей Программы.....   | 5         |
| I.2. Значимые для разработки и реализации Рабочей Программы характеристики и особенности развития детей групп общеразвивающей направленности .....                | 5         |
| I.2.1. Возрастные и индивидуальные характеристики особенностей развития детей групп общеразвивающей направленности.....   | 5         |
| I.3. Планируемые результаты освоения Рабочей Программы.....   | 7         |
| <b>II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ .....</b>  | <b>8</b>  |
| II.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие»..... | 8         |
| II.2. Содержание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Рабочей программы.....  | 8         |
| II.2.1. Расписание образовательной деятельности.....  | 10        |
| II.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.....   | 11        |
| II.4. Способы и направления детской инициативы.....   | 12        |
| II.5. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников общеразвивающих групп... ..   | 13        |
| II.6. Организация педагогической диагностики и мониторинга .....  | 14        |
| <b>III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ .....</b>  | <b>15</b> |
| III.1. Вариативные режимы дня.....  | 15        |
| III.2. Традиционные для групп события, спортивные праздники, физкультурные мероприятия.....   | 22        |
| III.2.2. Учебный план образовательной деятельности.....   | 23        |
| III.2.3. Календарный план воспитательно-образовательной деятельности.....   | 23        |
| III.2.4. Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре.....   | 24        |
| III.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.....  | 25        |
| III.3.1. Материально-техническое обеспечение.....   | 28        |
| III.3.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения....  | 31        |
| III.3.3. Методическая литература .....  | 31        |

# **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

## **1.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа (Далее – РП) инструктора по физической культуре по развитию детей в группах общеразвивающей направленности по образовательной области «Физическое развитие» разработана в соответствии с ФГОС ДО, основной общеобразовательной –образовательной программой ДО МБДОУ д/с-о/в №25 (далее ОО-ОП ДО), на основе основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, издание 4-е, исправленное и дополненное. Мозаика-Синтез, Москва, 2016г. в соответствии с Положением о Рабочей программе педагога, а также в соответствии со следующими нормативными документами:

- Конституция РФ, ст. 43, 72.
- Конвенция о правах ребенка (1989 г.)
- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. №1014 «Об утверждении Порядка и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования».
- Приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
- СанПиН 2.1.3684-21 от 01.03.2021г.
- Уставом МБДОУ д/с-о/в №25.

Рабочая программа является «открытой» и предусматривает вариативность, интеграцию, изменения и дополнения по мере профессиональной необходимости. **Программа рассчитана на один год. Обучение по программе ведётся на русском языке. Образовательная деятельность по данной РП ведётся с 01.09.2021г. по 31.05.2022 г. В летний оздоровительный период с 01.06.2022 по 31.08.2022 г. проводятся только мероприятия физкультурно-оздоровительной и художественно-эстетической направленности.**

Рабочая программа по образовательной области «Физическое развитие» для детей групп общеразвивающей направленности обеспечивает развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по одному из основных направлений – физическому. Реализуемая программа строится на принципе личностно – развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

### **I.1.1. Цели и задачи реализации РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ.**

Цели и задачи обязательной части Рабочей Программы соответствуют целям и задачам основной общеобразовательной –образовательной программы ДО МБДОУ д/с-о/в №25 (далее – ОО-ОП ДО), на основе основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, издание 4-е, исправленное и дополненное. Мозаика-Синтез, Москва, 2016г.

### **I.1.2. Принципы и подходы к формированию Рабочей Программы.**

Принципы и подходы к формированию обязательной части Рабочей Программы соответствуют Принципам и подходам к формированию основной общеобразовательной – образовательной программы ДОМБДОУ д/с-о/в №25.

*Принципы и подходы к части Программы, формируемой участниками образовательных отношений, используются те же, что и в обязательной части Программы.*

**I.2. Значимые для разработки и реализации Рабочей программы характеристики и особенности развития детей групп общеразвивающей направленности.**

#### **Обязательная часть.**

Значимые характеристики и особенности развития детей дошкольного возраста соответствуют основной общеобразовательной–образовательной программе ДО МБДОУ д/с-о/в №25 и на основе основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, издание 4-е, исправленное и дополненное. Мозаика-Синтез, Москва, 2016г.

#### **Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

*Группу «Казачата» посещают дети младшего дошкольного возраста 3–4 лет. Количество–11 человек.*

*Группу «Солнышко» посещают дети среднего дошкольного возраста 4-5 лет. Количество – 19 человек.*

*Группу «Ромашка» посещают дети старшего дошкольного возраста 5-6 лет. Количество – 14 человек.*

*Группу «Сказка» посещают дети подготовительного к школе возраста 6-7 лет. Количество – 18 человек.*

*Инструктор по физической культуре: Гнатишина Наталия Алексеевна имеет высшее образование, категории не имеет.*

**I.2.1. Возрастные и индивидуальные характеристики особенностей развития детей групп общеразвивающей направленности. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.**

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.

Дошкольный возраст (3-7 лет) характеризуется значительной динамикой показателей, которыми характеризуется физическое и двигательное развитие ребёнка. Быстрыми темпами идёт рост скелета и мышечной массы. Особенности психики детей этого возраста обуславливают целесообразность коротких по времени, но часто повторяющихся занятий разнообразного, преимущественно игрового содержания. Недопустимы перегрузки организма, связанные с силовым напряжением и общим утомлением. В то же время необходимо отметить, что развитие выраженного утомления у ребёнка маловероятно, т.е. он не в состоянии противодействовать развивающемуся чувству усталости и прекращает тренировку.

#### **Возрастные особенности психофизического развития детей младшей группы «Казачата»:**

- 70% детей группы владеют элементарными гигиеническими навыками самообслуживания, 30% - вновь прибывшие дети находятся на этапе адаптации и обучения навыкам самообслуживания.

- у 25% детей наблюдается повышенная возбудимость, 40% - быстро отвлекаются от заданного упражнения, много разговаривают.

- на занятиях все дети активны, любознательны, с удовольствием занимаются физическими упражнениями, любят подвижные игры.

- у всех детей наблюдается слаборазвитая мелкая моторика, физические качества находятся в стадии развития.

#### **Возрастные особенности психофизического развития детей средней группы «Солнышко»:**

- 95 % детей группы владеют элементарными гигиеническими навыками самообслуживания.

- физические качества и способности находятся в стадии развития.

- у 40 % детей отмечен высокий познавательный интерес к организованной деятельности, у остальных – средний.

- у 50 % детей группы слабо развита речь, мелкая моторика, внимание рассеянное, у 20 % - реакция на сигналы заторможенная.

- двигательная активность группы на среднем уровне.

- 20 % - неточно выполняют физические движения, тяжело осваивают новые двигательные действия.

- у всех детей группы отмечен средний уровень развития игровых умений и навыков в совместной и самостоятельной игровой деятельности.

#### **Возрастные особенности психофизического развития детей старшей группы «Ромашка»:**

- 100 % детей группы владеют элементарными гигиеническими навыками самообслуживания.

- физические качества и способности находятся в стадии развития.

- у 80 % детей отмечен высокий познавательный интерес к организованной деятельности, у остальных – средний.

- двигательная активность группы на среднем уровне.
- 20 % - неточно выполняют физические движения, тяжело осваивают новые двигательные действия.
- у всех детей группы отмечен средний уровень развития игровых умений и навыков в совместной и самостоятельной игровой деятельности.

### **Возрастные особенности психофизического развития детей подготовительной к школе группы «Сказка»:**

- Физическое развитие характеризуется высоким уровнем развития физических качеств у 25 % детей, 65 % имеет средний уровень физического развития, 10 % - низкий. Двигательная деятельность у детей группы характеризуется выраженной активностью и самостоятельностью. Ребята самостоятельно организуют подвижные игры, с удовольствием участвуют в разных спортивных праздниках, развлечениях, проектах, проявляют свои познавательные способности, фантазию и воображение.

- Все дети с интересом включаются в различные подвижные игры, эстафеты; проявляют смекалку, ловкость, стремление к победе – 80% детей группы. Большинство детей выражает желания посещать спортивные секции города, проявляют устойчивый интерес к новостям в области спорта, знают о правилах здорового образа жизни.

- Дети хорошо ориентируются в пространстве, владеют навыком построений и перестроений –70 %.

- 85 % - соблюдают направление, основную форму и последовательность действий, действуют в соответствии с указаниями в общем ритме и темпе, с желанием включаются и осваивают новые разнообразные движения, соблюдают правила в подвижных играх. Остальным 15% детей перечисленные действия даются с некоторым трудом.

- У большинства детей хорошо развита мелкая моторика. Двигательная активность основного состава группы на достаточно высоком уровне. Необходимые двигательные навыки и умения сформированы у 80% группы.

### **1.3. Планируемые результаты освоения Программы.**

Планируемые результаты освоения детьми образовательной программы дошкольного образования в обязательной части соответствуют планируемым результатам освоения детьми основной общеобразовательной - образовательной программы ДО МБДОУ д/с-о/в №25 и основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, издание 4-е, исправленное и дополненное. Мозаика-Синтез, Москва, 2016г., что соответствует п.2.12 ФГОС. Планируемые результаты освоения детьми образовательной программы дошкольного образования в обязательной части включают целевые ориентиры возможных достижений детей, что соответствует требованиям Федеральных Государственных стандартов дошкольного образования (приказ № 1155 от 17 октября 2013 г. Министерства образования и науки РФ).

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.**

### **II.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленное в образовательной области «Физическое развитие».**

Содержание программы ориентировано на физическое развитие и оздоровление дошкольников с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках организованной образовательной деятельности, но и входе режимных моментов — как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников.

Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленное в образовательной области «Физическое развитие» для групп общеразвивающей направленности полностью соответствует содержанию основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, издание 4-е, исправленное и дополненное. Мозаика-Синтез, Москва, 2016г., как в обязательной части, так и в части, формируемой участниками образовательных отношений.

### **II.2. Содержание вариативных форм, способов, методов реализации Рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.**

Описание форм, способов, методов и средств реализации РП в обязательной части Программы полностью соответствует содержанию основной общеобразовательной - образовательной программы ДО МБДОУ д/с-о/в №25 и основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, издание 4-е, исправленное и дополненное. Мозаика-Синтез, Москва, 2016г.

Построение образовательного процесса основывается на адекватных возрасту формах работы с детьми. Выбор форм работы осуществляется педагогами самостоятельно и зависит от контингента воспитанников, оснащенности ДОУ, культурных и региональных особенностей, специфики дошкольного учреждения, эпидемиологической ситуации в регионе, от опыта и творческого подхода педагога.

Если в регионе неблагоприятная эпидемиологическая обстановка, существует высокий риск заражения детей инфекционными заболеваниями, в том числе коронавирусной инфекцией, любые формы работы с детьми, которые предполагают массовость, например, концерты, общесадовские праздники, спортивные соревнования, выездные экскурсии и другие, необходимо запретить.

***Часть, формируемая участниками образовательных отношений.***  
*Оптимальное сочетание различных видов ежедневных занятий физическими упражнениями и подвижными играми помогает обеспечить рациональную двигательную активность детей. Для решения оздоровительных задач физического развития детей в группах общеразвивающей направленности*

используются различные его формы:

**Утренняя гимнастика** проводится ежедневно. Продолжительность составляет 8-10 мин. Рекомендуется использовать подражательные движения, общеразвивающие упражнения, подвижные игры, игры с речевым сопровождением, потешки, небольшие стихотворения, считалки. Для эмоционального фона, хорошего бодрого настроения используется музыкальное сопровождение.

**Физические упражнения.** Основной формой работы по физическому развитию детей в группе общеразвивающей направленности являются физкультурные занятия–образовательная деятельность по физической культуре. Они проводятся 3 раза в неделю. В остальные дни недели во время утренней и вечерней прогулок используются комплексы подвижных игр и упражнений.

**Физкультминутки** проводятся в интервалах между занятиями и во время занятий, требующих высокой умственной нагрузки. Продолжительность 1 - 3 мин.

**Подвижные игры в помещении и на прогулке.** В течение дня в группах организуются подвижные игры с учетом предыдущей деятельности. Содержание и организацию подвижных игр соотносят с местом проведения, временем года, состоянием погоды, периодом прохождения определенного раздела программного материала.

**Прогулки.** Ежедневная продолжительность прогулки детей должна составлять не менее 4-4,5 час. Организуется 2 раза в день: 1 половина дня –до обеда, 1–после дневного сна.

**Самостоятельная двигательная деятельность детей.** Цель – повышение двигательной активности детей течение дня. Она основана на полной свободе выбора игр и упражнений каждым из детей. Для активизации самостоятельной деятельности на прогулке выносятся разнообразный инвентарь: игрушки, мячи, обручи, маски, султанчики. При этом учитываются возрастные, индивидуальные психофизические особенности детей, состояние их здоровья, физической подготовленности.

**Физкультурные досуги и праздники.** Активный отдых дошкольников строится на знакомом детям двигательном материале. Проводится с целью создать детям хорошее настроение, доставить радость, дать каждому ребенку проявить свои способности. Физкультурные досуги проводятся 1 раз в месяц. Физкультурные праздники проводятся 2 раза в год (зимой и летом на свежем воздухе), продолжительностью до 1 часа.

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:

- различные 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.

## **II. 2.1. Расписание физкультурной деятельности (образовательная область Физическое развитие) на 2021-2022 образовательный период (01.09.2021-31.05.2022)**

| <b>Дни недели</b>  | <b>Время</b>       | <b>ОД</b>                           | <b>Группа</b>  |
|--------------------|--------------------|-------------------------------------|--|
| <b>понедельник</b> | <b>09.00-09.20</b> | <b>Физкультурное</b>                | <b>«Солнышко»<br/>средняя группа</b>                       |
|                    | <b>09.30-09.55</b> | <b>Физкультурное</b>                | <b>«Ромашка»<br/>старшая группа</b>                        |
|                    | <b>10.20-10.50</b> | <b>Физкультурное</b>                | <b>«Сказка»<br/>подготовительная к<br/>школе группа</b>    |
| <b>вторник</b>     | <b>09.00-09.10</b> | <b>Физкультурное<br/>(в группе)</b> | <b>«Звёздочки»<br/>вторая группа раннего<br/>возраста</b>  |
|                    | <b>09.00-09.10</b> | <b>Физкультурное</b>                | <b>«Осьминожки»<br/>вторая группа раннего<br/>возраста</b> |
|                    | <b>09.30-09.45</b> | <b>Физкультурное</b>                | <b>«Казачата»<br/>младшая группа</b>                       |
|                    | <b>15.50-16.15</b> | <b>Физкультурное</b>                | <b>«Пчёлки»<br/>старшая группа</b>                         |
| <b>среда</b>       | <b>09.00-09.20</b> | <b>Физкультурное</b>                | <b>«Солнышко»<br/>средняя группа</b>                       |
|                    | <b>09.30-09.55</b> | <b>Физкультурное</b>                | <b>«Ромашка»<br/>старшая группа</b>                        |
|                    | <b>10.20-10.50</b> | <b>Физкультурное</b>                | <b>«Сказка»<br/>подготовительная к<br/>школе группа</b>    |
| <b>четверг</b>     | <b>09.00-09.10</b> | <b>Физкультурное<br/>(в группе)</b> | <b>«Звёздочки»<br/>вторая группа раннего<br/>возраста</b>  |
|                    | <b>09.00-09.10</b> | <b>Физкультурное</b>                | <b>«Осьминожки»<br/>вторая группа раннего<br/>возраста</b> |

|                |                        |                                       |  |
|----------------|------------------------|---------------------------------------|--|
|                | <b>09.30-09.45</b>     | <b>Физкультурное</b>                  | <b>«Казачата»<br/>младшая группа</b>                       |
|                | <b>15.50-16.15</b>     | <b>Физкультурное</b>                  | <b>«Пчёлки»<br/>старшая группа</b>                         |
| <b>пятница</b> | <b>в удобное время</b> | <b>Физкультурное<br/>(на воздухе)</b> | <b>«Звёздочки»<br/>вторая группа раннего<br/>возраста</b>  |
|                | <b>в удобное время</b> | <b>Физкультурное<br/>(на воздухе)</b> | <b>«Осьминожки»<br/>вторая группа раннего<br/>возраста</b> |
|                | <b>10.20-10.35</b>     | <b>Физкультурное<br/>(на воздухе)</b> | <b>«Казачата»<br/>младшая группа</b>                       |
|                | <b>10.40-11.00</b>     | <b>Физкультурное<br/>(на воздухе)</b> | <b>«Солнышко»<br/>средняя группа</b>                       |
|                | <b>11.05-11.30</b>     | <b>Физкультурное<br/>(на воздухе)</b> | <b>«Ромашка»<br/>старшая группа</b>                        |
|                | <b>11.35-12.05</b>     | <b>Физкультурное<br/>(на воздухе)</b> | <b>«Сказка»<br/>подготовительная к<br/>школе группа</b>    |
|                | <b>11.00-11.25</b>     | <b>Физкультурное<br/>(на воздухе)</b> | <b>«Пчёлки»<br/>старшая группа</b>                         |

### **П.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.**

Реализация Программы осуществляется в:

- образовательной деятельности (образовательные ситуации);
- совместной образовательной деятельности инструктора по ФК и детей, культурных практиках и режимных моментах;
- самостоятельной деятельности детей;
- совместной деятельности с родителями.

Развитие ребенка в образовательном процессе детского сада осуществляется целостно в процессе всей его жизнедеятельности. В тоже время, освоение любого вида деятельности требует обучения общим и специальным умениям, необходимым для её осуществления.

Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, требует особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребенка. В режимных процессах, в свободной детской деятельности воспитатель создает по мере необходимости, дополнительно развивающие проблемно-игровые или практические ситуации, побуждающие дошкольников применить имеющийся опыт, проявить инициативу, активность для самостоятельного решения возникшей задачи.

#### **Культурные практики**

Во второй половине дня организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. В культурных практиках педагогом создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого

и детей. Организация культурных практик носит преимущественно групповой и подгрупповой характер.

Детский досуг—вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Как правило, в детском саду организуются физкультурные досуги и развлечения в соответствии с утвержденным годовым планом инструктора. Возможна организация досугов в соответствии с интересами и предпочтениями детей (в старшем дошкольном возрасте). В этом случае досуг организуется как кружок. Например, для занятий спортивной направленности (детский фитнес, гимнастика, баскетбол) и пр.

**II.4. Способы и направления детской инициативы полностью соответствуют содержанию основной общеобразовательной—образовательной программы ДО МБДОУ д/с-о/в №25 (в обязательной части).**

*Часть, формируемая участниками образовательных отношений.*

*Способы поддержки детской инициативы в освоении образовательной области «Физическое развитие»:*

– Способствовать стремлению к расширению двигательной самостоятельности и проявлению инициативы в области движений.

– Стимулировать максимальное использование ребенком собственных двигательных возможностей.

–Поддерживать и развивать уверенность в себе и своих возможностях.

–Поддерживать активность в области самостоятельного движения.

–Предоставлять детям самостоятельность во всем, что не представляет опасности.

–Побуждать детей к разнообразным действиям с предметами.

**Развитие детской инициативы и самостоятельности.**

Развитие самостоятельности включает две стороны: адаптивную (умение понимать существующие социальные нормы и действовать в соответствии с ними) и активную (готовность принимать самостоятельные решения).

Для формирования детской самостоятельности педагог должен выстраивать образовательную среду таким образом, чтобы дети могли:

- учиться на собственном опыте, экспериментировать с различными материалами.

- при участии взрослого обсуждать важные события со сверстниками;

- совершать выбор и обосновывать его (например, детям можно предлагать специальные способы фиксации их выбора);

- предъявлять и обосновывать свою инициативу (замыслы, предложения и пр.);

- планировать собственные действия индивидуально и в малой группе, команде

- оценивать результаты своих действий индивидуально и в малой группе, команде.

**II.5. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников соответствуют содержанию основной общеобразовательной программы - образовательной программы ДО МБДОУ д/с-о/в №25 (в обязательной части).**

***Часть, формируемая участниками образовательных отношений.***

*Семья и детский сад, имея свои особые функции, не могут заменить друг друга. Большинство родителей готовы активно участвовать в процессе физического воспитания и развития своих детей, но этому мешает отсутствие у них необходимых умений. Именно поэтому работа с родителями является важным разделом работы инструктора по физической культуре. Главной ценностью педагогической культуры является ребенок — его развитие, образование, воспитание, социальная защита и поддержка его достоинства и прав человека. Основной целью работы с родителями является обеспечение взаимодействия с семьей, вовлечение родителей в образовательный процесс для формирования у них компетентной педагогической позиции по отношению к собственному ребенку. Правильно организованная работа с родителями будет способствовать повышению их физической и валеологической грамотности.*

*Для эффективного решения данных задач педагогам ДОУ необходимо лучше знать каждую семью, учитывая: роль всех членов семьи в воспитании ребёнка; тип семейного воспитания; позицию, занимаемую родителями по отношению к ребёнку.*

**Формы работы с родителями по образовательной области «Физическое развитие»:**

- *Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.*

- *Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультимедийных фильмов.*

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

- *Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и дошкольном отделении, демонстрирующим средства, формы и методы*

развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.

- Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в ДОУ (в районе, городе).

- Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка.

- Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью ребенка. Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка.

- Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

- Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в дошкольном учреждении. Разъяснять важность посещения детьми секций, кружков, ориентированных на оздоровление дошкольников.

#### ГОДОВОЙ ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ на 2021–2022 учебный год

| месяц   | мероприятия   |
|---------|---|
| Октябрь | Консультация «Родителям о правилах утренней гимнастики»     |
| Январь  | Консультация «Совместные занятия спортом детей и родителей» |
| Май     | Консультация «Что такое лечебная физкультура»               |

Успех физического развития и оздоровления ребенка во многом определяется тем, насколько четко организована преемственность работы инструктора по физической культуре и родителей. Они должны стать сотрудниками, коллегами, помощниками друг другу, решающими общие задачи.

#### II.6. Организация педагогической диагностики и мониторинга.

С целью оптимизации образовательного процесса, как в учреждении, так и в группе, мы проводим мониторинг. Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения каждым ребёнком необходимыми навыками и умениями по образовательной области

«Физическое развитие». Таблицы педагогической диагностики заполняются 2 раза в год – в начале и в конце учебного года.

Двухступенчатая система мониторинга позволяет оперативно находить неточности в построении педагогического процесса в группах и выделять детей с проблемами в развитии. Это позволяет современно разрабатывать для детей индивидуальные образовательные маршруты и оперативно осуществлять психолого-методическую поддержку педагогов.

Разработанная система критериев и показателей реализации образовательной

программы предполагает формирование у членов педагогического коллектива и родителей объективной картины воспитательно-образовательного процесса в дошкольном образовательном учреждении, будет определять в дальнейшем конкретные формы и методы достижения запланированных целей и задач.

Результаты диагностики дают богатый материал для понимания проблем у детей и позволяют помочь им более успешно овладеть необходимыми знаниями и умениями.

Отслеживание результатов эффективности работы с детьми проводится в комплексе всеми специалистами учреждения, обсуждаются на педагогических советах, психолого-педагогических консилиумах.

Мониторинг уровня физического и нервно-психического развития детей проводится два раза в год.

Таким образом, данный диагностический подход позволяет оценить не только индивидуальные особенности развития ребенка, но и определить успешность реализации педагогического процесса в группах общеразвивающей направленности.

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **III.1. Вариативные режимы дня.**

##### ***Обязательная часть.***

##### **Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении.**

В детском саду разработан гибкий режим дня, учитывающий возрастные психофизиологические возможности детей, их интересы и потребности, обеспечивающий взаимосвязь планируемых занятий с повседневной жизнью детей в детском саду. Кроме того, учитываются климатические условия (в течение года режим дня меняется дважды). В отличие от зимнего в летний оздоровительный период увеличивается время пребывания детей на прогулке. Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину дня - до обеда и во вторую половину - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже  $-15^{\circ}\text{C}$  и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже  $-20^{\circ}\text{C}$  и скорости ветра более 15 м/с. Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения. Подвижные игры проводят в конце прогулки перед возвращением детей в помещение ДООУ. Дневному сну отводится 2-2.5 часа. Самостоятельная деятельность детей (игры, подготовка к занятиям, личная гигиена и др.) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов.

Занятия, требующие повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводятся в первую половину дня и в дни наиболее высокой работоспособности детей (среда, четверг). Для профилактики утомления детей такие занятия сочетаются с физкультурными, музыкальными занятиями.

Периодичность определения уровня освоения детьми дошкольного возраста основной общеобразовательной программы дошкольного образования – сентябрь – май текущего года. Немаловажным фактором является также то, что сентябрь, май каждого «учебного» года в течение многих лет являются временем

диагностики и мониторинг, а в практике дошкольного учреждения, на которое не отводится дополнительное время. С целью переключения детей на динамическую деятельность для снятия физического и умственного напряжения, повышения эмоционального тонуса организма между организованной образовательной деятельностью существуют перерывы 10 минут. В середине образовательной деятельности статического характера педагоги проводят физкультурную минутку. Физкультурные занятия проводятся 3 раза в неделю, начиная с 3-х летнего возраста, третье занятие – на прогулке.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 4 часов в день (может изменяться в зависимости от температуры воздуха).

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей от 3 до 7 лет составляет 5,5–6 часов. Самостоятельная деятельность занимает в режиме дня 3-4 час. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной – 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на организованную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25–30 минут в день. В середине организованной образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

Особое внимание уделяется:

- соблюдению баланса между разными видами активности детей (умственной, физической и др.); виды активности целесообразно чередуются;

- организации гибкого режима посещения детьми общеразвивающих групп и групп кратковременного пребывания (с учётом потребностей родителей, для детей в адаптационном периоде и пр.)

- проведению гигиенических мероприятий по профилактике утомления детей с учётом холодного и тёплого времени года, изменения биоритмов детей в течение недели, активности в течение суток.

***Часть, формируемая участниками образовательных отношений.***

*С воспитанниками регулярно проводится работа по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.*

*Под руководством медицинского работника составлен комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья детей и местных условий. При проведении закаливающих мероприятий осуществляется дифференцированный подход к детям, учитывая их индивидуальные возможности. Большое внимание уделяется выработке у детей правильной осанки.*

| <b>Блоки физкультурно-оздоровительной работы</b>   | <b>Содержание физкультурно-оздоровительной работы</b>  |
|--|--|
| Создание условий для двигательной активности   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Гибкий режим;</li> <li>• оснащение (спортивным инвентарем, оборудованием, наличие спортзала, спортивных уголков в группах);</li> <li>• индивидуальный режим пробуждения после дневного сна;</li> <li>• консультирование педагогов.</li> </ul>   |
| Система двигательной активности + система психологической помощи   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Утренняя гимнастика;</li> <li>• прием детей на улице в любое время года;</li> <li>• совместная деятельность инструкторов ФК и детей по образовательной области «Физическое развитие»;</li> <li>• индивидуальная работа с детьми;</li> <li>• двигательная активность на прогулке;</li> <li>• путешествия по Тропе Здоровья;</li> <li>• физкультура на улице;</li> <li>• подвижные игры;</li> <li>• физкультминутки во время совместной деятельности;</li> <li>• гимнастика после дневного сна;</li> <li>• физкультурные досуги, забавы, игры;</li> <li>• оздоровительная физкультура;</li> <li>• игры, хороводы, игровые упражнения;</li> <li>• оценка эмоционального состояния детей с последующей коррекцией плана работы;</li> <li>• психогимнастика</li> </ul> |
| Система закаливания  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Утренний прием на свежем воздухе в любое время года;</li> <li>• утренняя гимнастика (разные формы: оздоровительный бег, ритмика под музыку, ОРУ, игры);</li> <li>• облегченная форма одежды;</li> <li>• ходьба босиком в спальне до и после сна;</li> <li>• сон с доступом воздуха (+19 °С...+17 °С);</li> <li>• солнечные ванны (в летнее время);</li> <li>• обширное умывание;</li> <li>• полоскание полости рта прохладной водой</li> </ul>  |
| Организация рационального питания  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация второго завтрака (соки, фрукты);</li> <li>• введение овощей и фруктов в обед и полдник;</li> <li>• замена продуктов для детей-аллергиков;</li> <li>• питьевой режим</li> </ul>  |
| Мониторинг уровня физического развития, состояния здоровья, физической подготовленности, психоэмоционального состояния | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Мониторинг уровня физического развития;</li> <li>• диспансеризация детей детской поликлиникой;</li> <li>• диагностика физической подготовленности;</li> <li>• диагностика физического развития ребенка;</li> <li>• обследование психоэмоционального состояния детей педагогом-психологом;</li> <li>• обследование учителем-логопедом.</li> </ul>  |

*В помещениях детского сада выработан оптимальный температурный режим, регулярное проветривание. Система закаливания разрабатывается и периодически корректируется медицинским работником организации в соответствии с имеющимися условиями. Основной принцип – постепенное расширение зоны воздействия и увеличение времени процедуры.*

### ***Младшая группа***

*Бодрящая гимнастика с элементами корригирующей, дыхательная гимнастика, умывание лица и рук после сна. Постепенное обучение полосканию горла после сна.*

### ***Средняя группа***

*Бодрящая гимнастика с элементами корригирующей, дыхательная гимнастика. Умывание лица и рук до локтя после сна. Полоскание горла после сна. Постепенное обучение полосканию рта после еды.*

### ***Старшая и подготовительная к школе группы***

*Бодрящая гимнастика с элементами корригирующей, дыхательная гимнастика. Умывание лица и рук до локтя после сна. Полоскание рта после еды, горла после сна. При осуществлении закаливания придерживаемся основных принципов:*

*- закаливающее воздействие вписывается в каждый элемент режима дня;*  
*- закаливание осуществляется на фоне различной двигательной деятельности;*

*- закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне.*

*Обеспечивается: пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня, оптимальный двигательный режим - рациональное сочетание различных видов деятельности и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60 % от всего времени бодрствования.*

*Образовательные и воспитательные занятия с детьми при благоприятных погодных условиях, соответствующих требованиям СанПиН 2.1.3684-21, максимально проводятся на улице. Также необходимо следить, чтобы дети гуляли строго на отведенных для их групп площадках и не контактировали с детьми из других групп.*

### ***Оздоровительный режим (младший дошкольный возраст)***

| <b>Оздоровительные мероприятия</b>   | <b>Особенности организации</b>  |
|--|---|
| Приём детей на улице   | Ежедневно   |
| Утренняя гимнастика  | Ежедневно 5 минут   |
| Воздушно-температурный режим:<br>- в группе<br>- в спальне   | Ежедневно<br>темп.-21-22 град.<br>темп.-19град.   |
| Сквозное проветривание помещения   | 2 раза в день, в течение 5-10 минут, температура до 17 град                               |
| Образовательная деятельность по области «Физическое развитие» в спортивном зале и на воздухе.<br>Подвижные игры и физические упражнения на прогулке. | 2-3 раза в неделю, в зависимости от погодных условий<br>ежедневно, не менее 2 раза в день |
| Одежда детей в группе  | Облегчённая   |
| Гимнастика после сна   | Ежедневно, по мере пробуждения детей<br>5-10 минут  |

### ***Оздоровительный режим (средний дошкольный возраст)***

| <b>Оздоровительные мероприятия</b>  | <b>Особенности организации</b>   |
|---|--|
| Приём детей на крыльце Центра   | Ежедневно, до темп.- 15гр.   |
| Утренняя гимнастика   | Ежедневно 7 минут  |
| Воздушно-температурный режим:<br>- в группе<br>- в спальне  | Ежедневно<br>темп.-21-22 град.<br>темп.-19град.  |
| Сквозное проветривание помещения  | 2 раза в день, в течение 5-10 минут, температура до 17 град                              |
| Образовательная деятельность по области «Физическое развитие» в спортивном зале и на воздухе.<br>Подвижные игры и физические упражнения на прогулке | 2-3 раза в неделю, в зависимости от погодных условий<br>ежедневно, не менее 2 раз в день |
| Одежда детей в группе   | Облегчённая  |
| Гимнастика после сна  | Ежедневно, по мере пробуждения детей<br>5-10 минут                                       |
| Целевые прогулки, походы  | 1 раз в 3 месяца, начиная с 4 лет, 40-60 минут   |

**Оздоровительный режим**  
**(старший дошкольный и подготовительный к школе возраст)**

| <b>Оздоровительные мероприятия</b>  | <b>Особенности организации</b>   |
|---|--|
| Приём детей на крыльце Центра   | Ежедневно, до темп. -15 гр.  |
| Утренняя гимнастика   | Ежедневно 10 минут   |
| Воздушно-температурный режим:<br>- в группе<br>- в спальне  | Ежедневно<br>темп.-21-22 град.<br>темп-19град.   |
| Сквозное проветривание помещений  | 2 раза в день, в течение 5-10 минут, температура до 17 град                              |
| Образовательная деятельность по области «Физическое развитие» в спортивном зале и на воздухе.<br>Подвижные игры и физические упражнения на прогулке | 2-3 раза в неделю, в зависимости от погодных условий<br>ежедневно, не менее 2 раз в день |
| Одежда детей в группе   | Облегчённая  |
| Гимнастика после сна  | Ежедневно, по мере пробуждения детей<br>5-10 минут                                       |
| Целевые прогулки, походы  | 1 раз в 3 месяца, начиная с 4 лет, 40-60 минут   |

**Организация двигательного режима в МБДОУ д/с-о/в №25  
на 2021-2022 учебный год в группах общеразвивающей направленности**

| Формы работы                                     | Виды занятий  | Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей |  |  |  |
|--|---|--|--|--|--|
|  |   | 3 - 4 года   | 4 - 5 лет  | 5 - 6 лет  | 6 - 7 лет  |
| Физкультурные занятия                            | а) в помещении  | 2 раза в неделю 15   | 2 раза в неделю 20                                       | 2 раза в неделю 25                                       | 2 раза в неделю 30                                       |
|  | б) на прогулке  | 1 раз в неделю 15  | 1 раз в неделю 20  | 1 раз в неделю 25  | 1 раз в неделю 30  |
| Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня | а) утренняя гимнастика (по желанию детей)   | Ежедневно 5  | Ежедневно 8  | Ежедневно 10   | Ежедневно 10   |
|  | б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке                           | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15                                      | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20                    | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25                    | Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30                    |
|  | в) физкультминутки (в середине статического занятия)                              | 1–3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий                   | 1–3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий | 1–3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий | 1–3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий |
|  | г) гимнастика пробуждения   | 5-6 минут в день   | 5-8 минут в день   | 5-10 минут в день  | 5-10 минут в день  |
| Самостоятельная двигательная деятельность        | а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования | Ежедневно  | Ежедневно  | Ежедневно  | Ежедневно  |
|  | б) самостоятельные подвижные и спортивные игры                                    | Ежедневно  | Ежедневно  | Ежедневно  | Ежедневно  |

**Ш.2. Традиционные для групп события, спортивные праздники и физкультурные мероприятия.**

Традиционные для групп события, спортивные праздники и физкультурные мероприятия в обязательной части Рабочей Программы полностью совпадают с ОО-ОП ДО МБДОУ д/с-о/в №25.

***Часть, формируемая участниками образовательных отношений.***

*Организация образовательного процесса строится с учетом закономерностей психологического развития ребенка в периоде дошкольного детства.*

*Полноценное развитие ребенка осуществляется в определенных социальных условиях жизни ребенка, в процессе общения и деятельности; обеспечение личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми, ориентация на*

*общечеловеческие ценности, введение детей в мир культуры, установление сотруднических отношений с семьей для обеспечения полноценного развития ребенка. Программа дает возможность реализации принципа приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства, которые осуществляются в совместной деятельности взрослых и детей в игре, продуктивных видах детской деятельности, в процессе экскурсий, праздников.*

**Годовой план физкультурных развлечений и спортивных праздников на период с 2021 по 2022 учебный год**

| № | Мероприятие                           | Тема                              | Группы                      | Сроки    | Ответственный       |
|---|---------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|----------|---------------------|
| 1 | Досуг                                 | "Будьте здоровы!"                 | Младшая<br>Средняя          | Сентябрь | Инструктор по<br>ФК |
| 2 | Досуг                                 | «Доктор Айболит в гостях у ребят» | Старшие<br>Подготовительные | Сентябрь | Инструктор по<br>ФК |
| 3 | Досуг по ПДД                          | "В гости к Мишке мы пойдём"       | Младшая<br>Средняя          | Ноябрь   | Инструктор по<br>ФК |
| 4 | Физкультурный досуг                   | "Зимние забавы"                   | Младшая<br>Средняя          | Февраль  | Инструктор по<br>ФК |
| 5 | Развлечение                           | «День Защитника Отечества»        | Старшие<br>Подготовительные | Февраль  | Инструктор по<br>ФК |
| 6 | Развлечение по безопасности в природе | " Путешествие к лесным жителям"   | Младшая<br>Средняя          | Апрель   | Инструктор по<br>ФК |
| 7 | Развлечение по безопасности в природе | " Путешествие к лесным жителям"   | Старшие<br>Подготовительные | Апрель   | Инструктор по<br>ФК |

**III.2.1. Тематическое перспективное планирование воспитательно-образовательного процесса в группах общеразвивающей направленности на 2021-2022 учебный год.**

В соответствии с содержанием ОО-ОП ДО МБДОУ д/с-о/в №25 весь познавательный материал равномерно запланирован по времени, чтобы дети получали информацию постепенно, в определённой системе. Для этого использован принцип тематического планирования. Тематическое распределение познавательного материала позволяет реализовать комплексный подход, взаимосвязь и своеобразное взаимопроникновение материала разных тем. Инструктор по ФК планирует свои занятия также придерживаясь перспективного тематического планирования.

В летний оздоровительный период проводятся только мероприятия физкультурно-оздоровительной и художественно-эстетической направленности. В период трудовых отпусков инструкторов по физической культуре и музыкальных руководителей мероприятия, запланированные на летний оздоровительный период, проводят воспитатели.

### **III.2.2. Учебный план.**

Учебный план образовательной деятельности групп общеразвивающей направленности на 2021-2022 учебный год: 3 занятия в неделю, 12 занятий в месяц, 108 занятий в год.

### **III.2.3. Календарный план воспитательно-образовательной деятельности.**

План — не просто отчетный документ, главное в нем — рабочая ценность, заблаговременный преднамеренный подбор содержания и форм предстоящей работы с детьми, четкие ориентиры в использовании служебного времени.

План — это не формальность, а необходимое условие успешной работы с детьми, в плане главное не схема, форма, а содержание. Необходимым условием успешного планирования является твердое знание ОО-ОП ДО, а также инструктор по ФК должен хорошо знать детей своих групп, изучать каждого ребенка в динамике его развития.

Календарный план в нашем учреждении составляется на основе рабочей программы инструктора по физической культуре. Он пишется на неделю и включает различные виды деятельности на этапах ознакомления, освоения и закрепления, практического применения знаний. Благодаря такому характеру планирования реализуется дифференцированный и индивидуальный подход к каждому ребенку.

### Ш.2.4. Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре на 2021-2022 учебный год.

| День недели  | Время работы                                    | Содержание работы   |
|--|---|---|
| <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>   | 7.55-8.00                                       | Проветривание и подготовка спортивного зала к проведению занятий.   |
|  | 8.00-8.40                                       | Утренняя гимнастика.  |
|  | 8.40-9.00                                       | Проветривание. Подготовка спортивного зала к образовательной деятельности.  |
|  | 9.00-9.20                                       | ОД в средней группе "Солнышко"  |
|  | 9.20-9.30                                       | Проветривание. Подготовка к следующему занятию.   |
|  | 9.30-9.55                                       | ОД в старшей группе "Ромашка"   |
|  | 9.55-10.20                                      | Подготовка к следующему занятию.  |
|  | 10.20-10.50                                     | ОД в подготовительной к школе группе "Сказка"   |
| 10.50-11.00  | Проветривание. Уборка спортивного оборудования. |   |
| <b>ВТОРНИК</b>   | 7.55-8.00                                       | Проветривание и подготовка спортивного зала к проведению занятий.   |
|  | 8.00-8.40                                       | Утренняя гимнастика.  |
|  | 8.40-9.00                                       | Методическая и консультативная работа с воспитателями.  |
|  | 9.00-9.20                                       | Работа с документацией, методической литературой, составление конспектов ОД   |
|  | 9.20-9.30                                       | Проветривание. Подготовка спортивного зала к образовательной деятельности.  |
|  | 9.30-9.45                                       | ОД в младшей группе "Казачата"  |
|  | 9.45-10.00                                      | Проветривание. Уборка спортивного оборудования. Влажная уборка.   |
|  | 10.00-10.10                                     | Методическая и консультативная работа с воспитателями.  |
| <b>СРЕДА</b>   | 7.55-8.00                                       | Проветривание и подготовка спортивного зала к проведению занятий.   |
|  | 8.00-8.40                                       | Утренняя гимнастика.  |
|  | 8.40-9.00                                       | Проветривание. Подготовка спортивного зала к образовательной деятельности.  |
|  | 9.00-9.20                                       | ОД в средней группе "Солнышко"  |
|  | 9.20-9.30                                       | Проветривание. Подготовка к следующему занятию.   |
|  | 9.30-9.55                                       | ОД в старшей группе "Ромашка"   |
|  | 9.55-10.20                                      | Подготовка к следующему занятию.  |
|  | 10.20-10.50                                     | ОД в подготовительной к школе группе "Сказка"   |
| 10.50-11.00  | Проветривание. Уборка спортивного оборудования. |   |
| <b>ЧЕТВЕРГ</b>   | 7.55-8.00                                       | Проветривание и подготовка спортивного зала к проведению занятий.   |
|  | 8.00-8.40                                       | Утренняя гимнастика.  |
|  | 8.40-9.20                                       | Организационно-методическая работа с музыкальным руководителем и педагогом психологом. Планирование физкультурно-музыкальных досугов, разработка сценариев. |
|  | 9.30-9.45                                       | ОД во младшей группе «Казачата»   |
|  | 9.45-10.00                                      | Проветривание. Уборка спортивного оборудования. Влажная уборка.   |
|  | 10.00-10.10                                     | Методическая и консультативная работа с родителями.   |
| <b>ПЯТНИЦА</b>   | 7.55-8.00                                       | Проветривание и подготовка спортивного зала к проведению занятий.   |
|  | 8.00-8.40                                       | Утренняя гимнастика.  |
|  | 8.40-10.00                                      | Работа с документацией, методической литературой, составление конспектов ОД. Планирование занятий и индивидуальной работы.                                  |
|  | 10.00-10.20                                     | Подготовка оборудования для занятий на воздухе.   |
|  | 10.20-10.35                                     | ОД (на воздухе) в младшей группе "Казачата"   |
|  | 10.40-11.00                                     | ОД (на воздухе) в средней группе "Солнышко"   |
|  | 11.05-11.30                                     | ОД (на воздухе) в старшей группе "Ромашка"  |
|  | 11.35-12.05                                     | ОД (на воздухе) в подготовительной к школе группе "Сказка"  |
| 12.05-12.15  | Уборка спортивного оборудования.                |   |
| <b>Примечание:</b><br>Инструктор по физической культуре участвует во всех мероприятиях детского сада: педсоветы, педагогические часы, семинары, семинары-практикумы, открытые мероприятия и т.д. |   |   |

### **III.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной развивающей образовательной среды спортивного зала МБДОУ д/с-о/в №25.**

В спортивном зале учреждения созданы все условия для воспитания здоровой и всесторонне развитой личности ребенка. При организации предметно-пространственной среды учитывались следующие принципы:

- принцип дистанции, позиции при взаимодействии;
- принцип активности, самостоятельности, творчества;
- принцип стабильности, динамичности;
- принцип комплексирования и гибкого зонирования;
- принцип эмотиогенности среды, индивидуальной комфортности и эмоционального благополучия каждого ребёнка и взрослого;
- принцип сочетания привычных и неординарных элементов в эстетической организации среды;
- принцип открытости–закрытости;
- принцип учёта половых и возрастных различий детей.

Рациональная предметно-пространственная среда в физкультурном зале способствует решению как специфических задач целенаправленного развития моторики детей, так и задач их всестороннего гармоничного развития и формирования личности. Предметное окружение в физкультурном зале имеет огромное значение для развития активности детей, формирования их инициативного поведения, творчества, развития речи. Все предметы, применяемые в педагогическом процессе, выполняют двоякую функцию: с одной стороны, это объекты разнообразной двигательной деятельности детей, с другой – это средства для создания полноценных условий воспитания детей, их физического и психического развития. Развивающая роль развивающей среды заключается в том, что она стимулирует поисковую активность ребенка, побуждает к действенному познанию мира предметов, явлений, а также человеческих отношений и самого себя, своих сил и возможностей.

При организации предметно-пространственной развивающей среды в физкультурном зале для детей групп общеразвивающей направленности руководствуются их возрастными и психологическими особенностями. Обстановка физкультурного зала уравнивает эмоциональный фон каждого ребенка, способствует его эмоциональному благополучию и двигательному развитию.

| <b>НАЗВАНИЕ ЗОНЫ</b>                       | <b>ЗАДАЧИ</b>  | <b>ЦЕЛЬ</b>   |
|--|--|---|
| <u>Двигательно – игровая зона:</u>         | Целенаправленное педагогическое воздействие на развитие основных движений, тренировку физиологических функций организма. | Укреплять здоровье детей;<br>Развивать двигательные навыки и физические качества;<br>Расширять двигательный опыт;<br>Создавать положительный эмоциональный настрой.   |
| <u>Зона спортивного оборудования:</u>      | Развитие двигательной сферы, разнообразие организации двигательной деятельности детей.                                   | Формировать умение использовать спортивное оборудование на занятиях и в свободной деятельности;<br>Создавать вариативные, усложненные условия для выполнения двигательных заданий;<br>Оптимизация режима двигательной активности;<br>Повышать интерес к физическим упражнениям;<br>Расширять круг представлений о разнообразных видах спортивного оборудования, его назначении. |
| <u>Зона прыжков:</u>                       | Создание условий для обучения прыжкам разного вида в соответствии с возрастом  | Обучать технике прыжков;<br>Развивать силу ног, прыгучесть;<br>Использовать специальное оборудование.   |
| <u>Зона «Спортивный комплекс»:</u>         | Создание условий для удовлетворения потребности в двигательной активности  | Овладеть техникой различных способов и видов лазанья;<br>Развивать ловкость, силу, смелость при выполнении упражнений на гимнастической стенке, наклонных лестницах.  |
| <u>Коррекционно-профилактическая зона:</u> | Укрепление здоровья детей, осуществление профилактики патологических изменений, возникающих в ослабленном организме      | Содействовать профилактике и развитию опорно-двигательного аппарата с помощью простейших тренажеров и использования нестандартного оборудования;<br>Укреплять костно-мышечную систему, мышечный корсет спины по средством использования тренажеров сложного устройства;<br>Овладеть навыками самооздоровления.  |
| <u>Зона релаксации:</u>                    | Формирование благоприятного психо-эмоционального состояния   | Создать условия для разгрузки позвоночника, мышечного расслабления, используя мягкие маты, «сухой бассейн», соответствующую музыку.   |

|  |                                    |  |
|--|------------------------------------|--|
| <u>Зона профессиональной деятельности:</u> | Повышение профессионального уровня | Изучать новинки методической литературы;<br>Составлять планы, конспекты занятий, праздников, развлечений и др.<br>Подготовить наглядно- методический материал для родителей и педагогов. |
|--|------------------------------------|--|

### **III. 3.1. Материально-техническое обеспечение.**

Состояние материально-технического обеспечения соответствует педагогическим требованиям, современному уровню образования и санитарным правилам, и нормам, утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации СанПиН 2.1.3684-21 от 01.03.2021г.

В дошкольном учреждении созданы все необходимые условия, позволяющие в полной мере эффективно осуществлять образовательный процесс, решать задачи воспитания и развития детей с учетом основных направлений деятельности учреждения. Материально-техническое обеспечение рабочей программы включает необходимый набор спортивного инвентаря и оборудования с учетом особенностей образовательного процесса, минимально допустимый перечень библиотечного фонда (книгопечатной продукции), печатных пособий, технических, компьютерных и других информационных средств обучения. Имеется 2 физкультурных зала для занятий с разнообразным физкультурным оборудованием (площадью 33 кв.м. и 31.1 кв.м.).

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря соответствуют возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование - безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его обеспечена прочная установка, санитарная обработка спортивного оборудования, деревянных предметов (скамейки, палки, рейки гимнастической стенки и др.)

В учреждении проведен интернет. К сети подключены все рабочие места. Функционируют необходимые для жизнедеятельности образовательного учреждения сайты, налажен электронный документооборот и настроено программное обеспечение для дистанционной работы. Сеть активно используется работниками ДООУ в целях обмена опытом с коллегами образовательных учреждений города, района, региона и стран, а также для проведения занятий с детьми, в том числе дистанционных, если воспитанники по каким-то причинам не посещают детский сад.

| <i>Функциональная зона</i>                | <i>Материал и оборудование</i>   | <i>Применение</i>   |
|---|--|---|
| <b>Музыкально-спортивный зал №1</b>       |  |   |
| <u>Двигательно-игровая зона</u>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Дорожка-мат- 1</li> <li>• Кегли - 8</li> <li>• Скакалки - 18</li> <li>• Надувные мячи - 32</li> <li>• Бубен -1</li> <li>• Кубики- 16</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Укреплять здоровье детей;</li> <li>- Развивать двигательные навыки и физические качества;</li> <li>- Расширять двигательный опыт;</li> <li>- Создавать положительный эмоциональный настрой.</li> </ul>   |
| <u>Зона спортивного оборудования</u>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Гимнастические стенки - 2</li> <li>• Гимнастические скамейки - 2</li> <li>• Обручи разного диаметра - 18</li> <li>• Канат - 1</li> <li>• Мешочки - 19</li> <li>• Платочки- 13</li> <li>• Дуги-2</li> <li>• Малые мячи - 39</li> <li>• Кольцеброс-1</li> <li>• Для метания-1</li> <li>• Флажки-36</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Формировать умение использовать спортивное оборудование на занятиях и в свободной деятельности;</li> <li>- Создавать вариативные, усложненные условия для выполнения двигательных заданий;</li> <li>- Оптимизация режима двигательной активности;</li> <li>- Повышать интерес к физическим упражнениям;</li> <li>- Расширять круг представлений о разнообразных видах спортивного оборудования, его назначении.</li> </ul> |
| <u>Коррекционно-профилактическая зона</u> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Гимнастические палки–22</li> <li>• Жгуты- 20</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Содействовать профилактике и развитию опорно-двигательного аппарата с помощью простейших тренажеров и использования нестандартного оборудования;</li> <li>- Укреплять костно-мышечную систему, мышечный корсет спины по средством использования тренажеров;</li> <li>- Овладеть навыками самооздоровления.</li> </ul>  |
| <u>Зона профессиональной деятельности</u> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Музыкальный центр</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Музыкальное сопровождение комплексов, развлечений, праздников;</li> <li>- Изучать новинки методической литературы;</li> <li>- Составлять планы, конспекты занятий, праздников, развлечений;</li> <li>- Подготовить наглядно-методический материал для родителей и педагогов.</li> </ul>  |

| <i>Функциональная зона</i>                  | <i>Материал и оборудование</i>   | <i>Применение</i>   |
|---|--|---|
| <b>Музыкально-спортивный зал № 2</b>        |  |   |
| <u>Двигательно-игровая зона</u>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Маты- 2</li> <li>• Кегли–14</li> <li>• Скакалки–22</li> <li>• Надувные мячи– 29</li> <li>• Бубен 1</li> <li>• Кубики- 19</li> <li>• Мал. кубики - 46</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Укреплять здоровье детей;</li> <li>- Развивать двигательные навыки и физические качества;</li> <li>- Расширять двигательный опыт;</li> <li>- Создавать положительный эмоциональный настрой.</li> </ul>   |
| <u>Зона спортивного оборудования</u>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Гимнастические стенки–2</li> <li>• Гимнастические скамейки–2</li> <li>• Обручи разного диаметра - 18</li> <li>• Канат–1</li> <li>• Конусы – 6</li> <li>• Мешочки с песком – 9</li> <li>• Мешочки -13</li> <li>• Платочки- 32</li> <li>• Дуги-4</li> <li>• Малые мячи – 26</li> <li>• Надувные шары- 2</li> <li>• Кольцеброс-1</li> <li>• Для метания-1</li> <li>• Флажки -63</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Формировать умение использовать спортивное оборудование на занятиях и в свободной деятельности;</li> <li>- Создавать вариативные, усложненные условия для выполнения двигательных заданий;</li> <li>- Оптимизация режима двигательной активности;</li> <li>- Повышать интерес к физическим упражнениям;</li> <li>- Расширять круг представлений о разнообразных видах спортивного оборудования, его назначении.</li> </ul> |
| <u>Коррекционно - профилактическая зона</u> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Гимнастические палки–30</li> <li>• Фитболы–1</li> <li>• Жгуты - 26</li> <li>• Чемодан-2</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Содействовать профилактике и развитию опорно-двигательного аппарата с помощью простейших тренажеров и использования нестандартного оборудования;</li> <li>- Укреплять костно-мышечную систему, мышечный корсет спины по средством использования тренажеров;</li> <li>- Овладеть навыками самооздоровления.</li> </ul>  |
| <u>Зона профессиональной деятельности</u>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Музыкальный центр</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Музыкальное сопровождение комплексов, развлечений, праздников;</li> <li>- Изучать новинки методической литературы;</li> <li>- Составлять планы, конспекты занятий, праздников, развлечений;</li> <li>- Подготовить наглядно-методический материал для родителей и педагогов.</li> </ul>  |

### **Ш.3.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения по образовательной области «Физическое развитие».**

- Карточка утренних гимнастик для младшей группы.
- Карточка утренних гимнастик для средней группы.
- Карточка утренних гимнастик для старшей группы.
- Карточка утренних гимнастик для подготовительной к школе группы.
- Карточка подвижных игр для детей всех возрастных групп.
- Карточка малоподвижных игр по физической культуре для детей всех возрастных групп.
- Карточка подвижных игр для детей всех возрастных групп.
- Карточка дыхательных гимнастик для детей всех возрастных групп.

### **Ш.3.3. Методическая литература**

**Методические пособия, используемые инструктором по физической культуре, обеспечивают реализацию содержания образовательной области «Физическое развитие».**

- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – 80 с.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 160 с.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018. - 128 с.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - 112 с.

