Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 64»

|  |  |
| --- | --- |
| Принято на Педагогическом совете  МБДОУ д/с № 64  Протокол № 1  От «31.08.» 2022 г. | Утверждаю:  Заведующий МБДОУ д/с № 64  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.В. Адаменко  «­­­­­­­­­31.08» 2022 г. Приказ №80 |

**Рабочая программа по физической культуре**

**для детей 2-3 лет (1-я младшая группа)**

**на 2022-2023 учебный год**

Автор:

инструктор по физической культуре

высшей категории

Прокопенко Лариса Александровна

г. Таганрог

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. **Целевой раздел**
   1. Пояснительная записка………………………………….3
   2. Задачи годового плана на 2022-2023 уч. г…………..5

1.3.Задачи воспитания и развития двигательной

деятельности детей……………………………………..6

1.4 Принципы формирования программы………………8

1.5 Возрастные характеристики особенностей развития

детей……………………………………………………..9

* 1. Планируемые результаты……………………………..10

**II. Содержательный раздел**

2.1 Организация образовательной деятельности………..11

2.2 Взаимодействие с педагогами ДОУ…………………..12

2.3 Взаимодействие с семьями воспитанников…………..19

2.4 Тематическое планирование на 2022-2023 уч. г…….22

2.6 Годовой план физкультурных досугов

на 2022-2023 уч. г………………………………………23

2.7 Перспективное планирование………………………….24

2.8 Комплексно - тематическое планирование (прилагается)

**III. Организационный раздел.**

* 1. Оснащение развивающей предметно-пространственной

среды в физкультурном зале……………………………27

3.2 Режим дня…………………………………………………29

3.3 Структура НОД…………………………………………..30

3.4 Модель двигательного режима………………………….30

3.5 Проектная деятельность………………………………….32

3.6 Циклограмма деятельности………………………………33

3.7.Перечень методических пособий, обеспечивающих

реализацию образовательной деятельности……………34

**1.Целевой раздел**

**1.Пояснительная записка**

**Рабочая программа** разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

* Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
* Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» **(далее - Стандарт);**
* Комментарии Минобрнауки России к ФГОС дошкольного образования от 28.02.2014 №08-249;
* Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 №1014 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования;
* Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 №2106 "Об утверждении и введении в действие Федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников";
* Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 «Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (СанПиН 2.4.1.3049-13);
* Письмо Минобрнауки России от 07.06.2013 № ИР-535/07 "О коррекционном и инклюзивном образовании детей";
* Адаптированная образовательная программа дошкольного образования для детей с нарушениями опорно – двигательного аппарата.

Содержание образовательного процесса определено с основной образовательной программой МБДОУ д/с № 64, а также в соответствие с программой дошкольного образования В.И. Логиновой «Детство»; парциальной программой О.Л.Князевой «Приобщение детей к истокам русской народной культуры», и программами для детей с ограниченными возможностями здоровья Н.Н. Ефименко «Малый театр физического воспитания и оздоровления детей первых трех лет жизни (ранний возраст)»; Н.Н. Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста»; Т.Б. Филичева Г.В. Чиркина « Программа обучения и воспитания детей с фонетико – фонематическим недоразвитием речи».

А также дополнительные программы и технологии:

* Программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста» Р.Б.Стеркиной и Авдеевой;
* Программа дошкольного образования «Са-фи-дансе» под редакцией Е.Г.Сайкиной и Ж.Е. Фирилёвой.
* Глазырина Л.Д. Физическая культура в младшей группе детского сада. М.: Владос, 2005. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ. Планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры. Воронеж: Учитель. 2007

Рабочая программа по физическому развитию детей обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 2 до 3 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Реализуемая программа строится на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

Рабочая образовательная программа направлена  на развитие двигательной сферы ребенка и обеспечение его эмоционального благополучия и может быть использована  на физкультурных занятиях с дошкольниками   2-3 лет.

 В программе выделены оздоровительные, воспитательные и образо­вательные задачи физического воспитания. Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание у него бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нерв­ных срывов; совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным ви­дам двигательной деятельности, формирование основ физической куль­туры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно-волевых качеств.

Физическое воспитание в дошкольном образовательном учрежде­нии осуществляется как на специальных физкультурных занятиях, так и в игровой деятельности и повседневной жизни детей, в разнообраз­ных формах организации двигательной деятельности.

Программа предусматривает расширение индивидуального двигатель­ного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и двигатель­ным действиям: правильной, ритмичной, легкой ходьбе, бегу, умению прыгать с места и с разбега, разным видам метания, лазанья, движений с мячами. Дети обучаются четко, ритмично, в определенном темпе выпол­нять различные физические упражнения по показу и на основе словесно­го описания, разученные движения выполняются под музыку.

**Задачи физического развития, обозначенные в ФГОС ДО:**

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

* двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;
* способствующей 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 целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
* становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

**1.1.Цели и задачи по двигательной деятельности**

**для воспитанников 1-ой младшей группы**

Ведущей целью рабочей программы является создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком раннего дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, обеспечение безопасности жизнедеятельности ребенка.

Содержание раздела «Физическое развитие» направлено на достижение

Целей: формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности

В раннем возрасте (2 – 3 года) основной целью обучения является формирование умения действовать совместно на основе подражания воспитателю или в соответствии с его указаниями. Обучая детей движениям, инструктор по ФК показывает и объясняет их, а дети, подражая ему, выполняют.

Задачи:

1. Приобретение опыта в видах деятельности, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук.

2. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

3. Формирование культурно-гигиенических навыков

4. Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, при формировании полезных привычек и др.).

через решение следующих специфических задач:

- сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

- обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

- формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

- развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности.

- развитие интереса к участию в подвижных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

**Реализация задач годового плана 2022 – 2023г.**

1. Создать здоровьесберегающую среду и оптимальные условия для охраны и укрепления здоровья детей. Обеспечить коррекцию недостатков в физическом, психическом и речевом развитии различных категорий детей с ограниченными возможностями здоровья и оказание им помощи в освоении программы.

2. Содействовать повышению профессиональной компетенции педагогов в соответствии с профессиональным стандартом педагога посредством оптимизации системы методических мероприятий: продолжать обучать педагогов новым инновационным технологиям взаимодействия с детьми при построении образовательного процесса, в том числе использованию цифровых образовательных технологий. Организовывать непрерывное образование сотрудников, обмен опытом работы.

3. Реализовывать Программу воспитания. Формировать у детей представление о духовно-нравственных ценностях, сложившихся в процессе культурного развития России, такие как человеколюбие, справедливость, честь, совесть, воля, личное достоинство, вера в добро, и стремление к исполнению нравственного долга перед самим собой, своей семьей и своим Отчеством». Создавать оптимальные условия для реализации образовательной области познавательное развитие. Развивать познавательную активность детей, логическое мышление.

|  |  |
| --- | --- |
| МЕРОПРИЯТИЕ | ТЕМА |
| Сентябрь | |
| **Текущая работа** | Диагностика.  Участие в работе ППк |
| **Текущая работа** | Участие в разработке программ индивидуального развития |
| **Рекомендации для воспитателей** | Коррекционная работа с детьми с разными нарушениями развития ОДА |
| **Работа в КпРп** | Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад. |
| Октябрь | |
| **Взаимодействие со специалистами** | -Участие в ППк  Обсуждение результатов комплексного обследования;  Зачисление обучающихся на коррекционные занятия;  Составление и утверждение индивидуальных образовательных маршрутов (по форме определяемой образовательной организацией) |
| **Предупредительный контроль** | - ФК  - индивидуальная работа с детьми со сложными диагнозами |
| **Педчас для педагогов** | Быть здоровыми хотим. О сдаче сотрудниками и дошкольниками норм ГТО |
| **Контроль оперативный:** | -ФК  - индивидуальная работа с детьми со сложными диагнозами  -Коррекционная работа с детьми во всех группах детей с ОВЗ |
| **Консультация для родителей** | «Движение – основа здоровья для всей семьи» |
| **Работа в КпРп** | Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад. |
| Ноябрь | |
| **Контроль оперативный** | За коррекционным процессом. Взаимосвязь в работе специалистов. Результативность. |
| **Работа в КпРп** | Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад. |
| Декабрь | |
| **Диагностика:** | Промежуточная. Итоги коррекционно-  развивающей работы со сложными детьми |
| **Работа в КпРп** | Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад. |
| Январь | |
| **Заседание ППк** | Анализ динамики развития детей со сложной структурой нарушений, имеющих не менее 3-х диагнозов  Оптимизация образовательного процесса в отношении детей с недостаточной или отрицательной динамикой развития |
| **Текущая работа** | Сдача норм ГТО с детьми старшего возраста |
| **Работа в КпРп** | Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад. |
| Февраль | |
| **Организация праздника** | День защитника Отечества |
| **Работа в КпРп** | Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад. |
| Март | |
| **Текущая работа** | Диагностика и подготовка пакета документов для детей, направляемых на ПМПК. |
| **Работа в КпРп** | Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад. |
| Апрель | |
| **Диагностика:** | - готовность детей к школе  - скрининг-диагностика |
| **Работа в КпРп** | Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад. |
| Май | |
| **Текущая работа** | Диагностика. Обсуждение результатов итоговой диагностики, корректировка индивидуальных программ развития  Составление аналитического отчета за год |
| **Работа в КпРп** | Консультационная помощь родителям детей, не посещающих детский сад. |
| Июнь | |
| **Организация праздника** | «День защиты детей» |

**1.2. ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Программа сформирована в соответствии с принципами и подходами, определёнными Федеральными государственными образовательными стандартами дошкольного образования:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;

- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

- сотрудничество организации с семьей;

- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

- учет этнокультурной ситуации развития детей.

**1.3. Возрастные особенности развития детей**

**1-ой младшей группы**

Третийгод жизни – важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения совершенствуются. Однако опорно - двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Всё это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию. Основной задачей обучения является формирование умения действовать совместно – на основе подражания воспитателю или в соответствии с его указаниями. В этой группе проводятся три занятия в неделю. Обучая детей движениям, инструктор показывает и объясняет их, а дети, подражая ему, выполняют. Упражнения проводятся в основном в игровой форме. В первой младшей группе детей строят в колонну по одному, в шеренгу, в круг, врассыпную – сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью воспитателя по зрительным ориентирам. Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять стоя врассыпную или в кругу.

**1.4. Планируемые результаты освоения программы**

Для решения задач, определённых ОП, анализа профессиональной деятельности воспитателей группы, организации образовательного процесса в первой младшей группе, определения социально-нормативных возрастных характеристик возможных достижений ребёнка 2-3 лет, используется система мониторинга с ориентиром на образовательные области и с учётом целевых ориентиров, обозначенные ФГОС.

В группе раннего возраста определяют следующие физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Основными формами для проведения педагогического мониторинга в первой младшей группе являются:

- наблюдение за активностью ребёнка в различные периоды пребывания в дошкольном учреждении в различных видах деятельности;

Полученные данные заносятся в специальную карту физического развития каждого ребёнка.

**II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

**2.1. Организация образовательной деятельности**

# В соответствии СанПин 2.4.1.3049-13 от 15 мая 2013 г. П. 12.5. Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 2 до 3 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Занятия проводятся 3 раза в неделю в спортивном зале. В летний период занятия проводятся 3 раза в неделю на улице на спортивной площадке.

# 

# Организация образовательной деятельности **для воспитанников**

1-ой младшей группы

Структура физкультурного занятия

1. Вводная часть.

Разминка, на которую отводится 1,5 мин.

1. Основная часть.

Включает общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижную игру. На про­ведение основной части занятия отводится 8 мин.

III. Заключительная часть.

Игра малой подвижности, на проведение которой отводится 1 мин.

**Становление у детей ценностей здорового образа жизни**

Задачи формирования начальных представлений детей о здоровом образе жизни и правилах безопасного поведения:

* Способствовать становлению интереса детей к правилам здоровьесберегающего поведения.
* Развивать представления о человеке (себе, сверстнике и взрослом), об особенностях здоровья и условиях его сохранения: режим, закаливание, физкультура и пр.
* Способствовать сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей: закаливание, участие в физкультурных праздниках и досугах, утренней гимнастике, подвижных играх на свежем воздухе, соблюдение двигательного режима.

Задачи воспитания культурно-гигиенических навыков:

* Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; соблюдать культуру поведения за столом; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).
* Воспитывать желание разрешать проблемные игровые ситуации, связанные с охраной здоровья; умение оказывать элементарную поддержку и помощь, если кто-то заболел, плохо себя чувствует.
* Развивать умения самостоятельно переносить в игру правила здоровьесберегающего поведения.

**Основные виды движений**

Воспитатель создает условия и побуждает детей к выполнению следу­ющих упражнений.

**Ходьба** **и упражнения в равновесии:** ходьба обычная, на носках, на ме­сте с высоким подниманием бедра («стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходь­ба между линиями, шнурами, по доске (длина 2—3 м, ширина 20 см); то же с перешагиванием предметов (ширина 10—15 см), рейки лестницы; ходьба по наклонной доске (ширина 30—35 см, приподнята на 20 см).

**Бег:** «стайкой», врассыпную, в колонне по одному, парами, по прямой и «змейкой», с остановками, между предметами, с ускорением и замедлением (с изменением темпа); бег на скорость (15—20 м), в медленном темпе.

**Прыжки:** на месте, с продвижением вперед (2—3 м), из круга в круг, во­круг предметов и между ними; прыжки в глубину (20—25 см); прыжки в дли­ну с места (до 50 см); прыжки в высоту с места: через линию, шнур, предмет (высота 5 см).

**Катание, бросание, ловля:** катание мяча двумя руками друг другу (рас­стояние 1,5 м), под дуги (ширина 50—60 см), между предметами; ловля мяча, брошенного взрослым (расстояние 70—100 см); бросание мяча вверх, отби­вание мяча об пол 2—3 раза подряд; метание предметов на дальность (не менее 2,5 м), в вертикальную цель (расстояние 1—1,5 м), в горизонтальную цель (расстояние 1,5—2 м).

**Ползание и лазание:** ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3—6 м), «змейкой» между предметами (4—5 предметов), по наклонной до­ске; подлезание под скамейку (прямо и боком), под дуги (высота 40 см); перелезание через бревно; лазание по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

**Построения:** свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг.

**Перестроение:** из колонны в 2—3 звена по ориентирам.

**Игровая деятельность**

Игра - самая любимая и естественная деятельность младших дошкольников. Игра сопровождает младших дошкольников в течение всего времени пребывания в детском саду. Веселые хороводные и имитационные игры, игры с сюжетными и заводными игрушками поднимают настроение, сближают детей. Игровые моменты во время умывания, приема пищи, сборов на прогулку повышают интерес детей к выполнению режимных процессов, способствуют развитию активности и самостоятельности.

**Задачи воспитателя по развитию игровой деятельности** конкретизируются с учетом разных игр:

* Развивать игровой опыт каждого ребенка.
* Поддерживать новые возможности игрового отражения мира.
* Развивать интерес к творческим проявлениям в игре и игровому общению со сверстниками
* Воспитатель широко использует в разные режимные моменты подвит игры для закрепления у детей навыков основных движений.

**Игры с бегом**: «Птички и птенчики», «Зайцы и волк», «Найди свой домик», «Птички в гнездышках», «Самолеты», «Птички и кошка», «Кот и мыши», «Поезд», «Лохматый нес», «Догоните меня», «Бегите к флажку», «Воробышки и автомобиль», «Бегите ко мне», «Лошадки», «Найди свой цвет».

**С прыжками:** «Зайка беленький сидит», «Поймай комара», «Через ручеек», «По ровненькой дорожке», «С кочки на кочку», «Воробышки и кот».

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

**С** бросанием и ловлей: «Кегли», «Принеси мяч», «Попади в ворота», «Береги предмет», «Кто дальше бросит мешочек.

*Результаты образовательной деятельности*

|  |  |
| --- | --- |
| *Достижения ребенка*  *(«Что нас радует»)* | *Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей* |
| -ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен;  - при выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое;  - уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх;  - проявляет инициативность, с большим   |  | | --- | | удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.  - с удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату  - с интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания. | | -ребенок малоподвижен, его двигательный опыт беден;  - неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании);  - затрудняется действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений;  - не испытывает интереса к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями;  - не знаком или имеет ограниченные представления о правилах личной  гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни;  - испытывает затруднения в самостоятельном выполнении процессов умывания, питания, одевания, элементарного ухода за своим внешним видом, в использовании носового платка, постоянно ждет помощи взрослого. |

*Занятия проводятся 3 раза в неделю по 10 минут в соответствии с п.11.9-11.11 СанПин 2.4.1. 3049-13 от 15.05.2013 №26 и в соответствии с учебным планом образовательной деятельности, по плану инструктора по ФК.*

**2.2.Взаимодействие со специалистами ДОУ**

Обеспечить воспитание физически здорового и развитого ребенка можно только при условии тесного взаимодействия всего педагогического коллектива ДОУ, медицинского персонала и родителей.

Вся работа по физическому воспитанию детей должна строиться с учетом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

Комплекс диагностических мероприятий осуществляется целым коллективом специалистов (воспитателями, медиками, узкими специалистами):

* медицинский персонал (оценка физического развития и здоровья);
* инструктор по физической культуре и воспитатели (оценка уровня двигательной активности и физической подготовленности);
* педагог-психолог (выявление отклонений в становлении отдельных сторон личности дошкольников: эмоциональное состояние, познавательные процессы);
* музыкальный руководитель (оценка музыкально-ритмического развития детей);
* учитель-логопед (коррекция звукопроизношения).

**Взаимодействие с медицинским персоналом**

В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольного учреждения и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинского персонала.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности, прежде всего, являются:

- физическое состояние детей посещающих детский сад.

**Взаимодействие с воспитателями**

Конечно, за успешное выполнение всех задач образовательной программы отвечает воспитатель, а инструктор по физической культуре должен оказывать помощь воспитателю по различным вопросам физического развития детей.

*Обязанности инструктора:*

- планировать и организовывать образовательную деятельность по физическому воспитанию;

- оказывать методическую помощь по вопросам физического воспитания всем педагогам ДОУ (проводить различные консультации, выступать на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т.д.). Планирование такой совместной деятельности осуществляется на основе годового плана. Кроме групповых форм взаимодействия, раз в неделю, необходимо встречаться со специалистами и обсуждать вопросы, требующие внимания;

- разрабатывать и организовывать информационную работу с родителями.

Совместно с воспитателями 2 раза в год (вначале и в конце года) проводить обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей.

Воспитатель, зная методику проведения физкультурных занятий, следит за качеством выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений, помогает в регулировании физической нагрузки на каждого ребенка. Воспитатель на занятии не только помогает инструктору по физической культуре, но и фиксирует то, что необходимо закрепить с некоторыми детьми в индивидуальной работе. Все заметки фиксируются в журнале взаимодействия с педагогами.

Воспитатель, является связующим звеном между инструктором и родителями (проводит с ними беседы по рекомендациям инструктора, дает консультации, предлагает разнообразные домашние задания, индивидуально для каждого ребенка). В свою очередь инструктор так же проводит консультации, беседы, выступает на родительских собраниях, Вместе с воспитателями привлекает родителей к совместным мероприятиям – праздникам и развлечениям. Потому что успехов в укреплении здоровья детей, их полноценном развитии, повышении двигательной активности можно добиться только при единстве системы физического воспитания в детском саду и семьи, что требует тесного взаимодействия педагогов и родителей.

**Взаимодействие с музыкальным руководителем**

Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора или воспитателя от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя.

Очень важно, чтобы музыка на занятии не звучала только ради того, чтобы прозвучать, она должна естественно вплетаться в занятие, в каждое движение. Педагоги вместе подбирают музыкальные произведения к различным упражнениям и играм. Энергичный бодрый марш для ходьбы, легкая танцевальная музыка для прыжков – полька, галоп. Общеразвивающие упражнения имеют свою структуру, поэтому для них подбираются произведения определенного строения. При необходимости можно подбирать музыку и к ОВД, но следует помнить, что выполнение трудных движений (лазание, равновесие) требует от ребенка больших усилий, внимания, координации. Музыка в данном случае не желательна и является отвлекающим фактором.

Совместно с музыкальным руководителем проводятся музыкально-спортивные праздники и развлечения. Такие мероприятия планируются согласно годовому календарно-тематическому плану.

Очень важно помнить, что:

- недопустимо выполнение физических упражнений вне ритма и темпа;

- противопоказано уточнять ритмичность движения под музыку счетом или непрерывными хлопками, так как это может привести к частичному искажению музыкально-ритмических ощущений.

**Взаимодействие с педагогом-психологом**

То, что дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, доказывать уже никому не надо. Важно, чтобы методами психопрофилактики и психокоррекции владели не только педагоги- психологи, но и воспитатели и инструктор по физической культуре в том числе, а главное, чтобы они могли использовать их в своей повседневной работе с детьми, учитывая их индивидуальные психологические особенности и проблемы.

Поэтому здесь очень необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами.

Надо отметить, что и практически здоровые дети тоже нуждаются в психопрофилактической работе.

Поэтому в некоторые физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и ж

**Взаимодействие инструктора и учителя-логопеда**

Задачи взаимосвязи:

* Коррекция звукопроизношения.
* Упражнение детей в основных видах движений.
* Становление координации общей моторики.
* Умение согласовывать слово и жест.
* Воспитание умения работать сообща.

Таким образом, создается модель взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами, медицинским персоналом.

Положительные результаты в процессе реализации задач образовательной области «Физическое развитие» возможны при условии тесной взаимосвязи и преемственности в работе всего педагогического коллектива и единства требований, предъявляемых к детям.

**Взаимодействие инструктора по физической культуре со специалистами дошкольного учреждения при организации воспитательно - образовательного процесса**

****

**Формы взаимодействия инструктора по физической культуре со специалистами ДОУ**

****

**Взаимодействие со специалистами ДОУ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1.1 | Оформление уголков ФИЗО в группах | в течение года | карты анализа |
| 1.2 | Диагностика физического развития | сентябрь, май | Материалы |
| 1.3 | Консультации: |  |  |
| «Форма ребенка для занятий физкультурой» | сентябрь | консультация |
| «Формирование у ребенка представлений о здоровом образе жизни» | ноябрь | консультация |
| «Безопасное для здоровья поведение во время прогулки зимой. Забота о собственном здоровье» | декабрь | консультация |
| «Формирование представлений о вредном воздействии компьютера и телевизора. Способы заботы о здоровье при пользовании компьютером и телевизором» | январь | консультация |
| «Двигательные качества дошкольника. Значение физических упражнений» | февраль | консультация |
| «Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей младшего возраста». | март | консультация |
| «Готовимся к лету: праздники и развлечения» | апрель | консультация |
| «Организация физкультурно-оздоровительной работы летом» | май | консультация |

* 1. **Взаимодействие с семьями воспитанников**

**Нетрадиционные формы взаимодействия**

**инструктора по физической культуре с родителями**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Формы работы*** | ***Цель*** | ***Виды*** |
| *Информационно-аналитические* | Выявление интересов, потребностей, запросов родителей, уровня их педагогической грамотности | Проведение анкетирования, социологических срезов, опросов |
| *Наглядно-информационные:*  *- информационно-ознакомительные;*  *- информационно-просветительские* | Ознакомление родителей с работой дошкольного учреждения, условиями, задачами, содержанием методами и особенностями воспитания детей, оказание практической помощи семье. Формирование у родителей знаний о воспитании и развитии детей. | Информационные проспекты для родителей, организация дней открытых дверей, открытых просмотров занятий и других видов деятельности детей; выпуск газет, странички сайта, фотовыставки, выставки детских работ |
| *Познавательные* | Ознакомление родителей с возрастными и психологическими особенностями детей дошкольного возраста. Формирование у родителей практических навыков воспитания детей | Семинары-практикумы, консультации, организация совместных физкультурных занятий, игры с педагогическим содержанием |
| *Досуговые* | Установление эмоционального контакта между педагогами, родителями детьми | Совместные досуги, праздники, спартакиады, участие родителей в городских спортивных конкурсах, участие родителей и детей в экскурсиях |

**Консультации для родителей**

|  |  |
| --- | --- |
| Выступление на родительских собраниях, анкетирование | октябрь, май |
| Обновление информации в уголках для родителей и на сайте ДОУ:  «Движение и здоровье»  «Когда начинать заниматься?»  «Физкультура для всех и все вместе»  «Физическое воспитание ребёнка.  10 советов родителям»  «Насколько развит физически ваш ребенок?»  «Берегите стопы»  «Физическое воспитание в семье»  «Роль родителей в физическом оздоровлении дошкольников» | Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Февраль  Март  Апрель  Май |

**2.4. Годовой план физкультурных досугов**

**1 младшей группе на 2022-2023 учебный год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Месяц*** | ***Тема*** | ***Название мероприятия*** |
| Сентябрь | 1. «Мой детский сад»  2. «Мой дом» | 1. «В гости к игрушкам»  2. «Солнышко у нас в гостях» |
| Октябрь | 1. «Домашние животные»  2. «Золотая осень» | 1. «Веселые поросята»  2. «Большие деревья» |
| Ноябрь | 1. «Птицы»  2. «Моя семья» | 1. «Птички-невелички»  2.«Колобок» - развлечение вместе с родителями |
| Декабрь | 1. «Зима»  2. «Растем здоровыми» | 1. «В гостях у зимующих птиц»  2. «В гостях у Айболита» |
| Январь | 1.«Я – хороший, ты – хороший. Как себя вести»  2. Книжкина неделя | 1. «Хрюшка обижается»  2. «В гостях у сказки» |
| Февраль | 1. «Игрушки»  2. «Дикие животные» | 1. «Магазин игрушек»  2.«Путешествие в сказочный лес» |
| Март | 1. «Весна – Красна»  2.«Мир животных и птиц» | 1. «На весенней полянке»  2. «В гости к лесным жителям» |
| Апрель | 1. «Насекомые»  2. «Мир вокруг нас» | 1. «На волшебной лужайке»  2. «Кто сказал МЯУ?» |
| Май | 1. «Следопыты»  2. «Я и мое тело» | 1. «Бабушка и колобок в гостях у малышей»  2. «Машино утро» |

**2.5.Перспективное планирование физкультурных занятий 1-младшая группа**

**I КВАРТАЛ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Сентябрь** | **Октябрь** | **Ноябрь** |
| **Ходьба.**  **Равновесие** | Ходьба обычная.  Ходьба «стайкой».  Ходьба в прямом и обратном направлении. Ходьба по кругу. | Ходьба в колонне по одному.  Ходьба с остановкой. Ходьба вокруг предметов. | Ходьба обычная.  Ходьба в полуприсяде, топающая.  Ходьба по ограниченной  плоскости. |
| **Бег** | Бег в разных направлениях. Бег в обратном направлении. | Бег по кругу, не задевая предметы.  Бег в разных направлениях с сохранением равновесия.  Бег за мячом. | Бег в разных направлениях. Бег вокруг предметов.  Бег с изменением темпа бега. |
| **Лазанье.**  **Ползанье** |  | Ползание в прямом направлении.  Ползание под двумя дугами. Подлезание под шнур в группировке. | Ползание на четвереньках между предметами. Ползание на четвереньках. Проползание под дугой (2-3). |
| **Прыжки** | На двух ногах на месте. Прыжки в разных направлениях. | Перепрыгивание через шнур с хлопками.  Перепрыгивание через 2-3 шнура. | Прыжки с продвижением. Прыжки с  перепрыгиванием через шнур.  Прыжки с продвижением и хлопком впереди. |
| **Метание. Бросание. Ловля. Катание.** |  | Прокатывание мячей в прямом направлении. Прокатывание мячей из разных исходных положений. | Прокатывание мяча по скамейке. Ловля мяча от воспитателя. Перебрасывание мяча через шнур. Катание мяча в прямом направлении. |
| **Построения.**  **Перестроения.** | Построение в колонну. | Построение в колонну. Построение в круг. | Построение в колонну. Построение в шеренгу. Построение в круг. |
| **Подвижные игры** | «Бегите ко мне» «Догони мяч» «Попади в ворота»  «Наседка и цыплята» | «Птички и птенчики»  «Мыши в кладовой»  «Попади в ворота»  «Бегите ко мне» | «Мыши и кот»  «Воробушки и кот»  «Мыши в кладовой»  «Бегите ко мне» |

**II КВАРТАЛ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Декабрь** | **Январь** | **Февраль** |
| **Ходьба.**  **Равновесие** | Ходьба обычная.  Ходьба топающим шагом. Ходьба на носках, на пяточках.  Ходьба по ограниченной площади.  Ходьба «змейкой» между предметами.  Ходьба в колонне с перешагиванием через предметы. | Ходьба, по кругу взявшись за руки.  Ходьба парами по кругу. Ходьба боком, приступающим шагом. Ходьба с высоким подъемом бедра.  Ходьба с перешагиванием через предметы. | Ходьба в колене с выполнением заданий. Ходьба с перешагиваем через высокие и широкие предметы.  Ходьба на наружных сторонах стоп.  Ходьба с изменением темпа. |
| **Бег** | Бег в колонне по одному. Бег в разных направлениях. Бег «змейкой» между предметами.  Бег по кругу в прямом и обратном направлении. | Бег в разных направлениях с остановкой по сигналу.  Бег с высоким поднятием колен.  Бег с изменением темпа. | Бег с движениями рук.  Бег с изменением направления.  Бег с подпрыгиванием для доставания предмета. |
| **Лазанье.**  **Ползанье** | Ползание по прямой. Ползание между предметами, вокруг предметов.  Ползание между рейками лестницы.  Проползание под дугой. | Ползание под препятствием прямо (боком) не касаясь руками пола.  Ползание по гимнастической скамейке на животе. | Подлезание под препятствием в группировке. Пролезание на средних четвереньках за мячом. Лазанье на средних четвереньках по скамейке, наклонной доске. |
| **Прыжки** | На двух ногах в разных направлениях.  Прыжки в глубину. Прыжки через предметы с продвижением.  Прыжки боком, вправо, влево. | Прыжки с продвижением и хлопком впереди.  Прыжки вперед назад. Прыжки в длину с места. | Прыжки с продвижением до определенного предмета. Прыжки с высоты (вглубь). Прыжки вверх, доставая предмет.  Прыжки «змейкой» (вокруг) между предметами. |
| **Метание. Бросание. Ловля. Катание.** | Прокатывание мяча по прямой.  Катание мяча в парах из исходного положения, сидя; стоя на коленях. Бросание мяча двумя руками и ловля. | Прокатывание мяча вокруг предметов в одну и другую стороны.  Прокатывание мяча «змейкой» между предметами.  Бросание среднего мяча вдаль; вверх. | Бросание мяча друг другу через препятствие.  Бросание мяча в горизонтальную цель снизу, от груди, двумя руками. |
| **Построения.**  **Перестроения.** | В колонну. В круг. | Перестроение их колонны по одному, парами.  Построение в круг. | Построение в колонну. Размыкание. |
| **Подвижные игры** | «Бегите к флажку» «Кролики»  «Кто бросит дальше мешо­чек»  «Воробышки и автомобиль» | «Найди свой цвет»  «Птички в гнездышках»  «Найди свое место»  «Через ручеек» | «Трамвай»  «С кочки на кочку»  «Сбей свою кеглю»  *«*Зайка беленький сидит» |

**III КВАРТАЛ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Март** | **Апрель** | **Май** |
| **Ходьба.**  **Равновесие** | Ходьба с преодолением препятствий, пролезанием, перешагиванием.  Ходьба парами по кругу. Ходьба «змейкой».  Ходьба с движениями рук. Ходьба по наклонной доске. | Ходьба обычная.  Ходьба на носках, пятках. Ходьба с мешочком на голове.  Ходьба по ребристой дорожке.  Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны. | Ходьба в колонне по одному, по сигналу, поворот, ходьба в другую сторону. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы.  Ходьба по шнуру приставным шагом с мешочком на голове. |
| **Бег** | Бег в заданном темпе.  Бег «змейкой» между предметами.  Бег в нарастающем темпе. Бег по ограниченной дорожке. | Бег с высоким подниманием колена.  Бег со сменой направления. Бег в разных направлениях. | Бег на носочках в полуприсяде.  Бег с изменением темпа. |
| **Лазанье.**  **Ползанье** | Лазанье по наклонной лестнице.  Лазанье по гимнастической стенке вверх, спуск вниз. | Ползание по прямой с переползанием через бревно. Ползанье по скамейке на средних четвереньках. Лазанье по гимнастической стенке с передвижением по четвертой рейке. | Пролезание боком под большой дугой.  Пролезание навстречу друг к другу. |
| **Прыжки** | Прыжки через шнур с мячом в руках.  Прыжки в длину с места. Прыжки с поворотом вправо (влево).  Прыжки вверх с места (на мат). | Прыжки в длину с места через шнуры.  Прыжки на месте вокруг себя.  Подпрыгивание вверх с доставанием подвешенного предмета. | Прыжки с продвижением и хлопком впереди, сзади.Прыжки поочередно через 5-6 линий.  Прыжки боком с поворотом вокруг себя. |
| **Метание. Бросание. Ловля. Катание.** | Бросание мяча и ловля после отскока.  Бросание мяча вверх и ловля двумя руками.  Метание мешочка с песком вдаль правой/левой рукой. | Бросание мяча вверх, вниз и ловля его.  Бросание мяча в вертикальную цель от груди. Бросания мяса вдаль правой/левой рукой. | Бросание мяча вверх и ловля его после отскока.  Бросание мяча в горизонтальную цель. |
| **Построения.**  **Перестроения.** | Построение в колону, в круг. Повороты на месте направо/налево.  Размыкание в колонне. | Перестроение в колонну по двое, по трое.  Перестроение в круг. Повороты направо, налево. | Перестроение в звенья по ориентирам.  Размыкание в звеньях. |
| **Игровые упражнения. Игры малой подвижности** | «Кто позвал?»  «Не разбуди медведя» «найди и принеси» «Перебежки» | «Скок - поскок» «Ехали мы, ехали ...» «Можно - нельзя» «Пройди - не задень» | «Холодно - горячо» «Найдем Каркушу» |
| **Подвижные**  **игры** | «Поезд» «Береги предмет»  «Догоните меня»  «Кто дальше бросит мешо­чек» | «Лохматый пес»  «С кочки на кочку»  «Найди свой домик»  «Птички и кошка» | «Мыши в кладовой»  «Птички в гнездышках» «Лошадки»  «Птички в гнездышках» |

**III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

**3.1 Оснащение развивающей предметно-пространственной среды**

**в физкультурном зале**

Насыщенная развивающая предметно-пространственная среда становится основой для организации увлекательной, содержательной жизни и разностороннего развития каждого ребенка.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид деятельности | Наименование комплекта  элемента оснащения | Кол-во |
| **Оборудование для катания, бросания и ловли** | Кольцеброс | **4** |
| Мешочек с песком (150 гр) | **10** |
| Мячи маленького размера | **8** |
| Мячи среднего размера | **10** |
| Мяч набивной | **1** |
| Набор мячей разного размера (резина) | **20** |
| Набор разноцветных кеглей (с мячом) | **3** |
| Обруч (диаметр 55-65 см) | **20** |
| Баскетбольный щит | **2** |
| **Оборудование для общефизического развития** | Гимнастическая палка (пластик+бымбук) | **20** |
| Доска наклонная | **3** |
| Доска с ребристой поверхностью | **2** |
| Канат для перетягивания | **1** |
| Детский тренажер «Бегущий по волнам» | **1** |
| Велотренажер | **2** |
| Тренажер «Беговая дорожка» | **3** |
| Тренажер «Импульс» | **1** |
| Тренажер «Гребной» | **1** |
| Тренажер «Шагающий» | **1** |
| Батут | **1** |
| **Спортивный инвентарь общего назначения** | Корзины для мячей | **4** |
| Секундомер механический | **1** |
| Мат гимнастический | **1** |
| **Ползание и лазание. Мягкие модули** | Повесная лестница | **1** |
| Подвесной канат | **1** |
| Гимнастические кольца | **1** |
| Шведская стенка | **6** |
| Тоннель | **2** |
| Лесенка гимнастическая | **2** |
| **Оборудование для прыжков** | Фитболы с ручками | **6** |
| Надувной валик | **1** |
| Скакалка детская | **10** |
| **Ходьба, бег и равновесие** | Скамейка гимнастическая | **2** |
| Коврик массажный  Массажеры для н/конечностей | **5**  **5** |
| **Мебель и сопутствующее оборудование** | Стеллаж для хранения методической литературы | **1** |
| Рабочий стол педагога | **1** |
| Стул для работы педагога | **1** |
| **Образовательные и развивающие технологии** | USB накопитель, 4 Gb | **2** |
| Увлажнитель воздуха | **1** |
| Компьютер со звуковыми колонками | **1** |
| Магнитофон | **1** |
| Папки и канцелярские принадлежности |  |
| Расходные материалы - бумага печатная | **2** |
| **Прочее сопутствующее оборудование** | Аптечка | **1** |
| У/Ф светильник | **1** |
| Ростомер | **1** |
| Зеркальная стенка | **1** |

**3.2 Режим дня**

**Распорядок и режим дня**

Задача воспитателя совместно с инструктором ФК— создавать положительное настроение у детей, организовывать рациональный двигательный режим, предупреждать детское утомление разумным чередованием разнообразной активной деятельности и отдыха. Использовать в непосредственно образовательной деятельности физкультминутки, двигательные паузы между образовательными ситуациями, разнообразить двигательную деятельность детей в течение дня. Продуманная организация питания, сна, содержательной деятельности каждого ребенка обеспечивает его хорошее самочувствие и активность, предупреждает утомляемость и перевозбуждение. Необходимо уделять внимание закаливанию, заботиться о достаточном пребывании детей на свежем воздухе, тщательно контролируя то, как одеты дети, не перегреваются ли они, не переохлаждаются ли, соблюдать все гигиенические требования к температурному, воздушному и световому режиму в помещении группы.

Воспитатель внимательно следит за позой каждого ребенка и условиями его деятельности. При неправильной позе ребенка за столом (горбится, низко наклоняется) и недостаточном освещении во время рисования, рассматривания мелких изображений возникает перенапряженность зрения и может развиваться близорукость. Поэтому необходимо, чтобы столы и игровые уголки располагались близко к окнам, чтобы свет падал слева. Поэтому важны контроль за соответствием высоты мебели росту детей, своевременная смена столов, стульев.

Режим строится в строгом соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями. Он предусматривает разнообразную совместную образовательную деятельность дошкольников с педагогом и самостоятельную деятельность по интересам и выбору детей.

**3.3 Структура НОД по физическому развитию**

|  |  |
| --- | --- |
| **Структура** | **Содержание** |
| Вводная часть | Разминка, разнообразные виды бега в быстром и медленном темпе, разнообразные виды ходьбы, упражнения на внимание, построения, перестроения, для выполнения общеразвивающих упражнений, Вводная часть необходима для начальной организации занимающихся детей, психической и функциональной подготовки их организма, а также для подготовки опорно-двигательного аппарата к предстоящей основной работе. |
| Основная часть | Общеразвивающие упражнения направленные на укрепление всех групп мышц, упражнения на дыхание, изучение новых основных видов движений или закрепление ранее изученных, игра большой подвижности или эстафета и соревнования команд. |
| Заключительная часть | Заключительная часть предназначена для постепенного снижения нагрузки на организм упорядоченного окончания НОД. В заключительную часть входят: ходьба, бег в медленном темпе или игра малой подвижности, дыхательные упражнения, пальчиковая гимнастика |

**3.4 Модель физического воспитания (на основе действующего СанПиН)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Формы организации** | **Младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная группа** |
| **1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада** | | | | |
| 1.1. Утренняя гимнастика | Ежедневно  10 минут | Ежедневно  10 минут | Ежедневно  10 -12 минут | Ежедневно  10 - 12 минут |
| 1.2. Физкультминутки | Ежедневно по мере необходимости (2- 3 минуты) | | | |
| 1.3. Игры и физические упражнения на прогулке | Ежедневно  20 минут | Ежедневно  30 минут | Ежедневно  30 минут | Ежедневно  30 минут |
| 1.4. Закаливающие процедуры | Ежедневно после дневного сна | | | |
| 1.5. Дыхательная гимнастика |
| 1.6. Занятия на тренажерах (при наличии условий), спортивные упражнения | 1-2 раза  в неделю по 15 - 20 минут | 1-2 раза  в неделю по 20 - 25 минут | 1-2 раза в неделю по 25 – 30 минут | |
| **2. Физкультурные занятия** | | | | |
| 2.1. Физкультурные занятия в спортивном зале | 3 раза  в неделю по 15 минут | 3 раза  в неделю по 20 минут | 2 раза  в неделю по 25 минут | 2 раза в неделю по 30 минут |
| 2.2. Физкультурные занятия на свежем воздухе | \_\_\_\_ | \_\_\_\_\_ | 1 раз  в неделю  25 минут | 1 раз в неделю  30 минут |
| 2.3. Ритмическая гимнастика | 1 раз  в неделю  15 минут | 1 раз  в неделю  20 минут | 1 раз  в неделю  25 минут | 1 раз в неделю 30 минут |
| **3. Спортивный досуг** | | | | |
| 3.1. Самостоятельная двигательная деятельность | Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка) | | | |
| 3.2. Спортивные праздники | \_\_\_\_\_ | Летом 1 раз в год | 2 раза в год | |
| 3.3. Физкультурные досуги и развлечения | 1 раз в квартал | 1 раз в месяц  Младшие группы – 15-20 минут  Средние и старшие – 20 – 25 минут | | |
| 3.4. Дни здоровья | 1 раз в квартал | | | |

**3.5 Проектная деятельность**

*Реализуемые проекты в работе с детьми и родителями в течение года*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Сроки*** | ***Название проекта*** | ***Цель*** |
| Октябрь-ноябрь | «Дорожка здоровья» | Создать условия для укрепления и коррекции физического и психического здоровья детей с помощью физических упражнений |
| Январь | «Айболит о здоровье» | Развивать любознательность и познавательную активность ребенка, как субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности (проявлять интерес и положительное отношение к своему физическому «я», физической культуре и здоровью, проявлять двигательное воображение) |
| Февраль | «Взаимосвязь процессов физического воспитания  и развития речи детей младшего дошкольного возраста» | Выявление влияния физических упражнений на развитие связной речи детей дошкольного возраста |
| Апрель - май | «Путешествие в страну здоровья» | Обогащение двигательного опыта детей младшего дошкольного возраста через использование элементов гимнастических упражнений |

**3.6 Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности**

1. Анисимова М.С., Хабарова Т.В. Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста. - СПб.:ООО ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014.
2. Детство: Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Т.И.Бабаева, А.Г.Гогоберидзе, З.А.Михайлова и др. – СПб. ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011.-528 с.
3. Образовательная область «Физическая культура». Как работать по программе «Детство»: учебно-методическое пособие/науч.ред.: А.Г.Гогоберидзе. – СПб. ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013.-160 с.
4. Программа «Физическое воспитание в детском саду» Э.Я.Степаненковой, печатается по тексту книги «Программа воспитание и обучение в детском саду».
5. Пензулаева Л.И.. Физкультурные занятия с детьми 2-4 лет. Конспекты занятий. М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2012. – 80с.
6. Физическое развитие детей 2-7 лет: развернутое перспективное планирование по программе «Детство» /авт.-сост. И.М. Сучкова, Е.А. Мартынова, Н.А.Давыдова. – Волгоград: Учитель, 2012. -189 с.

7. Козырева О.В. «Оздоровительно – развивающие игры для дошкольников», М., Просвещение, 2007