Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребёнка – детский сад №17»

Принято
Решением педагогического совета
№ 6 от 31.08.2022 г.

Утверждаю
Заведующая МАДОУ
Центр развития ребёнка
детский сад №17»
Д. Г. Бикмурзина
Пр № 31-ОД от 31.08.2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ МАДОУ «ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД №17»

Составитель:
инструктор по физической
культуре
Цибряева И. Е.

Саранск 2022

Содержание

1. Целевой раздел

Пояснительная записка

Актуальность, практическая значимость программы

Нормативно – правовые документы

Цели и задачи программы

Особенности организации образовательного процесса

Принципы и подходы к формированию программы

Возрастные особенности физического развития детей 2-7 лет

Формы и режим организации занятий

Планируемые результаты реализации программы

Срок реализации рабочей программы

2. Содержательный раздел

Особенности организации жизни и воспитания детей

Цели и задачи психолого-педагогической работы

Содержание образовательной области «Физическое развитие»

Комплексно-тематическое планирование занятий по всем возрастным группам

План работы с родителями в МАДОУ «Центр развития ребенка - детский сад № 17» на 2021-2022 учебный год.

План спортивных развлечений на холодный период года МАДОУ «Центр развития ребенка - детский сад № 17» на 2021-2022 учебный год

Дополнительные услуги по физическому развитию

Работа по физическому развитию детей с ОВЗ

3. Организационный раздел

Физкультурно–оздоровительная работа с детьми в МАДОУ «Центр развития ребенка «Детский сад №17»

Расписание занятий ООД по физической культуре на 2021-2022 учебный год

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программ.

Методическое обеспечение. Инвентарь в спортивном зале.

1. Целевой раздел.

Пояснительная записка

Актуальность, практическая значимость программы

Дошкольный возраст – важный период формирования человеческой личности. Именно в детском возрасте формируются основы физического и психического здоровья детей. Состояние здоровья ребёнка – это ведущий фактор, который определяет способность успешно выполнять требования, предъявляемые к нему

условиями жизни и воспитания в детском учреждении и семье. Сущность общеразвивающей и коррекционно-педагогической работы в условиях дошкольного учреждения заключается в формировании гармонично развитой личности. Существенный вклад в достижении данной цели вносит физическое развитие детей. Средства физического развития требуют учета специфики и организации мероприятий, направленных на охрану здоровья детей, повышение

сопротивляемости к болезням, развитие физической закалки, движений с учётом психических и физических возможностей каждого ребёнка.

Нормативно – правовые документы

Рабочая образовательная программа по физическому воспитанию детей 2-7 лет разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию:

- Федеральный Закон от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» (Утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10. 2013г. № 1155);
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», которые утверждены Постановлением Главного государственного санитарного Российской Федерации от 28.09.2020 №28.

Рабочая программа разрабатывалась с учётом Основной образовательной программы дошкольного образования МАДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 17», на основе примерной Основной образовательной программы дошкольного образования «Детство» (под ред. Бабаевой Т.И., Логинова В.И. и др.) в соответствии с ФГОС дошкольного образования.

Рабочая образовательная программа по образовательной области «Физическое развитие» – это нормативно-управленческий документ дошкольного учреждения, характеризующий специфику содержания образования по разделу «Физическая культура», особенности организации физкультурно-оздоровительного процесса, характер оказываемых образовательных услуг. Программа комплексная, предназначена для детей 2-7лет, реализует идею объединения усилий родителей и педагогов для успешного решения оздоровительных и воспитательно- образовательных задач по направлению физического развития ребёнка.

Цели и задачи программы

Целью программы является: разностороннее и гармоничное развитие ребёнка, обеспечение его полноценного здоровья, разнообразное развитие движений и физических качеств, формирование убеждений и привычек здорового образа жизни на основе полученных знаний, подготовка к жизни в современном обществе.

Задачи программы:

- Развивать основные физические качества (силу, гибкость, ловкость, выносливость, ориентировку в пространстве, равновесие) и умение рационально использовать их в различных условиях.
- Развивать основные движения (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание).
- Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Воспитывать потребность в здоровом образе жизни (в закаливании, двигательном режиме, при формировании полезных привычек и др.).
- Формировать начальные представления о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
- Совершенствовать функции организма детей, повышать его защитные свойства и устойчивость к заболеваниям используя здоровье сберегающие технологии.
- Обеспечивать физическое и психическое благополучие.
- Приобщать детей к традициям мордовского народа посредством применения мордовских подвижных игр.

Особенности организации образовательного процесса

Наличие в программе регионального компонента, а именно приобщение детей к традициям мордовского народа посредством национальных подвижных игр, способствуют воспитанию у дошкольников толерантности к представителям других национальностей, развитию чувства гордости за свою культуру. Поэтому в детском саду в образовательном процессе используются разнообразные методы и формы организации детской деятельности: мордовские подвижные игры и забавы, дидактические игры.

Принципы и подходы к формированию программы

Наряду с общепедагогическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и др.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несёт ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.
- Принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально-нравственного и художественно-эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
- Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно-оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств, методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.
- Принцип индивидуализации позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию, учитывая индивидуальные особенности каждого ребёнка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений.
- Принцип постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

- Принцип единства с семьёй, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, развития двигательных навыков.

Рабочая Программа:

- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;
- допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей.

Возрастные особенности физического развития детей 2-7 лет

Особенности физического воспитания и развития детей 3-4 лет.

К четырём годам дети хорошо владеют в общих чертах всеми видами основных движений, возникает необходимость в двигательной импровизации, но они ещё не умеют соразмерять свои силы и возможности. Убедившись в трудности выполнения какого-либо упражнения, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий. Двигательная активность детей во многом обусловлена достаточно большим двигательным запасом и хорошей пространственной ориентировкой. Они стремятся к разным сочетаниям

физкультурных пособий. Как чрезмерно подвижным, так и малоподвижным детям необходима помощь взрослого, который поможет показать разнообразные действия с пособиями: мячом, обручем, скакалкой и т.д. Важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Ребёнку трёх лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений.

Особенности физического воспитания и развития детей 4-5 лет.

На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Появляется интерес к результатам движения. Потребность выполнять его в соответствии с образцом. Двигательная активность ребёнка этого возраста характеризуется соответствующими изменениями в основных движениях.

Особенности физического воспитания и развития детей 5-6 лет.

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требование к их качеству, больше внимания уделять развитию морально-волевых и физических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений. В старшем возрасте дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения (ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствие, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям.

Особенности физического воспитания и развития детей 6-7 лет.

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

Формы и режим организации занятий

Занятие тренировочного типа, которые направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др.

Тематические занятия, которые направлены на обучение дошкольников элементам спортивных игр и упражнений (бадминтон, городки, хоккей, настольный теннис, футбол, ходьба на лыжах, езда на велосипеде). Данный тип занятия в основном проводится на воздухе в зависимости от сезона.

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Групповой способ. Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Контрольно-проверочные занятия, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений (бег на скорость на I0 м. с хода и на 30 м. со старта, прыжки в длину с места, метание теннисного мяча вдаль (удобной рукой), бросание мяча вверх и ловля его, бросание набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками и т. д)

Занятия по физической культуре проводятся 3 раза в неделю, 2 раза занятия проводятся в спортивном зале и 1 раз занятие на открытом воздухе (его проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям). Всего в месяц проводится 12 занятий (8 - в спортивном зале, 4 - на воздухе).

Структура организации образовательной области «Физическое развитие»

	Неделя	**Месяц**	**Год**
Физическое развитие	**3**	**12**	**108**

Структура физкультурных занятий общепринята: занятие состоит из вводной, основной и заключительной частей.

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

Вводная часть

В эту часть включают упражнения в построениях, перестроениях; различные варианты ходьбы, бега, прыжков с относительно умеренной нагрузкой; несложные игровые задания.

Основная часть

В эту часть включают упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально – волевых качеств личности. Эти общеразвивающие упражнения, приводящиеся с разным темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные группы, способствуют формированию правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве. Одно из ведущих мест в основной части занятия занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности. В содержание основной части занятия входят также подвижные игры большой и средней интенсивности, несложные игровые задания, эстафеты.

Заключительная часть

В содержание этой части входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

Планируемые результаты реализации программы

Дошкольный возраст является базисным в формировании физического здоровья и культурных навыков, обеспечивающих его совершенствование, укрепление и сохранение в будущем.

Результатом дошкольного физкультурного воспитания должны стать - высокий уровень здоровья ребенка и формирование фундамента физической культуры будущего взрослого человека, включающее в себя:

• эмоционально-положительное отношение детей к физическим упражнениям и играм, к закаливающим процедурам и действию оздоровительных сил природы, к правилам личной гигиены соблюдению режима дня;

• начальные знания, познавательные интересы и способности детей в области физической культуры;

• начальные навыки школы естественных движений общеразвивающего характера, основ музыкально-ритмической грамоты, правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве, участвовать в коллективных действиях (играх, танцах, праздниках) проявлять культуру поведения, самостоятельность, организованность и дисциплинированность;

• навыки самообслуживания и ухода за инвентарем для занятий.

Планируемые результаты:

Вторая младшая группа:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- сформировать начальные представления о здоровом образе жизни;
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- сформировать у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Средняя группа:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- сформировать начальные представления о здоровом образе жизни;

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- накопление и обогащение двигательного опыта детей;

- овладение основными видами движения;

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

Старшая группа:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

- воспитание культурно-гигиенических навыков;

- сформировать начальные представлений о здоровом образе жизни;

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- накопление и обогащение двигательного опыта детей;

- овладение основными видами движения;

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

Подготовительная к школе группа:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

- воспитание культурно-гигиенических навыков;

- сформировать начальные представления о здоровом образе жизни;

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- накопление и обогащение двигательного опыта детей;

- овладение основными видами движения;

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

Срок реализации рабочей программы

Срок реализации рабочей программы рассчитан на 4 года

2. Содержательный раздел

Особенности организации жизни и воспитания детей

Цели и задачи психолого-педагогической работы

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач

- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации).

- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).

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

Содержание образовательной области «Физическое развитие»

I. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации).

Общеразвивающие упражнения

Упражнения в равновесии

Броски, ловля, метание

II. Накопление и обогащение двигательного опыта детей.

Овладение основными видами движений: ходьба, бег, ползание и лазание, прыжки

Совершенствование и автоматизация основных видов движений

Выполнение имитационных движений

Выполнение упражнений на образное перевоплощение

Выполнение статических поз

Имитация движений

III. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Развивающие подвижные игры

Подвижные игры с правилами и сигналами

Ориентировка в пространстве

Движение под музыку

Танцевальные упражнения

Комплексно-тематическое планирование занятий по всем возрастным группам

Тема месячника	Срок реализации (неделя)	1-2 младшая группа (2-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	Группа компенсирующей направленности (ОНР)	
						1 год	2 год
Сентябрь **Азбука безопасности**	1 неделя	До свиданья, лето! Здравствуй, детский сад!	До свиданья, лето! Здравствуй, детский сад!	До свиданья, лето! Здравствуй, детский сад!	До свиданья, лето! Здравствуй, детский сад!	До свиданья, лето! Здравствуй, детский сад!	
	2 неделя	Овощи и фрукты	Азбука безопасности	Во саду ли в огороде	Дары осени	Как хорошо у нас в саду	
	3 неделя	Цветные автомобили	Что нам осень принесла	Азбука безопасности	Азбука безопасности	Овощи Огород	
	4 неделя	Осень	Что нам осень принесла?	Берегите природу!	Как хорошо у нас в саду!	Фрукты Огород	
	Итоговое мероприятие	**Развлечение «На лесной полянке»**	**Развлечение «На лесной полянке»**	**Развлечение «В гости к Лесовичку»**	**Развлечение «В гости к Лесовчику»**	**Развлечение «В гости к Лесовчику»**	
Октябрь **День пожилого человека**	1 неделя	Бабушка и дедушка – лучшие друзья	Бабушка и дедушка – лучшие друзья	Мои друзья – бабушка и дедушка	Мои друзья – бабушка и дедушка	Овощи – фрукты	Овощи. Фрукты. Ягоды
	2 неделя	Домашние животные и птицы	Мой край, мой город	В гостях у сказок	Мой город, моя республика, моя страна	Деревья	Деревья осенью
	3 неделя	Дикие животные и птицы	Цирк	Дары осени	Достижения моей страны	Осень	Грибы
	4 неделя	Сказка бабушки Арины «Репка».	Уголок природы	Природа Мордовии	Золотая осень в Мордовии	Осень в Мордовии	

	Итоговое мероприятие	**Развлечение «Осенняя пора».**	**Развлечение «Осенняя пора»**	**Развлечение «Все на стадион»**	**Развлечение «Все на стадион»**	**Развлечение «Все на стадион»**	**Развлечение «Все на стадион»**
Ноябрь **Семейное воспитание**	1 неделя	Город, в котором я живу	Я в мире человек	День народного единства	В единстве наша сила	Осень	
	2 неделя	Транспорт в моем городе	Моя семья	О дружбе и друзьях	Дружная семья	Игрушки	Дом
	3 неделя	Папа, мама, я – дружная семья	Осень в лесу	Мама, папа, я – дружная семья!	Папа, мама, я – дружная семья!	Папа, мама, я – дружная семья!	
	4 неделя	Осень в лесу	Моя мама – лучше всех!	Моя мама - лучше всех!	Моя мама – лучше всех!	Мамочке любимой	
	Итоговое мероприятие	**Развлечение «Теремок»**	**Досуг «Теремок»**	**Развлечение «Веселые старты»**	**Развлечение «Веселые старты»**	**Развлечение «Веселые старты»**	
Декабрь **«Сияй огнями, Новый год!»**	1 неделя	Зима	Зима	Зима спортивная	Зима	Зима	
	2 неделя	Зимние забавы	Зима	Зимние забавы	Зимние забавы	Зимние забавы	Зимующие птицы
	3 неделя	Что нам нравится зимой?	Птицы зимой	Животные зимой	Животные зимой	Природа зимой	
	4 неделя	Сияй огнями Новый год!	Здравствуй, Новый год!	Сияй огнями, елочка!	Новый год у ворот!	Новый год к нам идет!	
	Итоговое мероприятие	**Развлечение «Если с другом вышел в путь»**	**Развлечение «Если с другом вышел в путь»**	**Развлечение «Мы здоровье сбережем»**	**Развлечение «Мы здоровье сбережем»**	**Развлечение «Мы здоровье сбережем»**	
Январь **За здоровый образ жизни**	1 неделя	Рождественские каникулы					
	2 неделя	Полезные и вредные продукты	Зимние забавы	Зимние забавы	Зимние забавы	Зимние забавы	
	3 неделя	Чистота - залог здоровья!	Зимние забавы	Я вырасту здоровым	Прогулка в зоопарк	Зимующие птицы	Дикие животные

	4 неделя	Я и спорт	Я и спорт	Мы растем здоровыми!	Мы растем здоровыми!	Домашние птицы	Дикие животные
	Итоговое мероприятие	**Развлечение «Зимняя олимпиада»**	**Развлечение «Зимняя олимпиада»**	**Развлечение «Зимняя олимпиада »**	**Развлечение « Зимняя олимпиада»**	**Развлечение « Зимняя олимпиада »**	
Февраль **Патриотическое воспитание**	1 неделя	Транспорт	Наша Родина – Россия!	Моя страна – Россия	Мое Отечество – Россия	Дикие животные	Животные Севера
	2 неделя	Воздушный и водный транспорт	Мы по городу идем	Моя страна – Россия	Мое Отечество - Россия	Домашние животные	Животные жарких стран
	3 неделя	День защитника Отечества	Защитники Отечества	День защитника Отечества	Защитники Родины	Дикие и домашние животные	
	4 неделя	Наша родина – Россия	Мы растем здоровыми!	Мы растем здоровыми!	Дружим мы в краю родном!	Наша Армия	Защитники Отечества
	Итоговое мероприятие	**Праздник «День Защитника Отечества» Развлечение «Проводы зимы»**	**Праздник «День Защитника Отечества» Развлечение «Проводы зимы»**	**Праздник «День Защитника Отечества» Развлечение «Проводы зимы»**	**Праздник «День Защитника Отечества» Развлечение «Проводы зимы»**	**Праздник «День Защитника Отечества» Развлечение «Проводы зимы»**	
Март **Национальная культура**	1 неделя	Забота о маме	Мамины помощники	Моя мама самая спортивная!	Моя мама самая спортивная!	Семья	
	2 неделя	Мой город	Весна стучится в окна	Саранск спортивный	Саранск спортивный	Спорт в Мордовии	
	3 неделя	Моя республика	Народная культура и традиции	Обычаи и традиции мордовского народа	Прогулка по лесу	Саранск спортивный	Домашние птицы
	4 неделя	У солнышка в гостях	В гостях у сказки	Народная игрушка	День мордовских подвижных игр	Весна	

	Итоговое мероприятие	**Развлечение «В гостях у бабушки»**	**Развлечение «В гостях у бабушки»**	**Развлечение «А ну-ка, мамы!»**	**Развлечение «А ну-ка, мамы!»**	**Развлечение «А ну-ка, мамы!»**	
Апрель **Экологическое воспитание**	1 неделя	Весна	Весна	Весна. Водные ресурсы земли	Полюбуйся, весна наступает…..	Перелетные птицы	
	2 неделя	Весенние забавы	Веселые туристы	Юные космонавты	Юные космонавты	Наш город	Наша Родина – Россия
	3 неделя	Во саду ли, в огороде	Труд весной	Леса и луга нашей родины	День Земли	День Земли	
	4 неделя	Путешествие в кладовую родного края	Зеленая планета	Весна. Животные и птицы весной	Знатоки природы	Знатоки природы	
	Итоговое мероприятие	**Развлечение «Праздник мяча»**	**Развлечение «Праздник мяча»**	**Развлечение «Путешествия в страну Игралия»**	**Развлечение «Путешествие в страну Игралия»**	**Развлечение «Путешествие в стану Игралия»**	
Май **Георгиевская ленточка**	1 неделя	Солдаты мая	День Победы	День Победы	Мордовия героическая	День Победы	
	2 неделя	Насекомые	Цветы весной	День Победы	Мордовия героическая	Насекомые	Насекомые
	3 неделя	Птицы	Цветы весной	Безопасность на природе	Цветочный ковер	Цветы	Цветы
	4 неделя	Скоро лето!	Здравствуй, лето!	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.	До свиданья, детский сад!»	Лето	Школа
	Итоговое мероприятие	**Праздник «День Победы» Развлечение «Мама, папа, я – спортивная семья»**	**Развлечение «Разведчики на задании» Праздник «День Победы» Развлечение «Мама, папа, я – спортивная семья»**	**Праздник «День Победы» Развлечение «Мама, папа, я – спортивная семья»**	**Праздник «День Победы» Развлечение «Мама, папа, я – спортивная семья»**	**Праздник «День Победы» Развлечение «Мама, папа, я – спортивная семья»**	**Праздник «День Победы» Развлечение «Мама, папа, я – спортивная семья»**

План работы с родителями в
МАДОУ «Центр развития ребенка - детский сад № 17»
на 2021-2022 учебный год.

Цель: развитие ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания.

Месяц	Формы взаимодействия	Цели
Сентябрь	1. Выступления на родительских собраниях: «Организация физкультурной деятельности в детском саду. Формы работы по физическому воспитанию», «Основные гигиенические требования к одежде детей при проведении непосредственно-образовательной деятельности по физической культуре в ДОУ». 2. Организовать фотовыставку об активном отдыхе «Лето, солнце, спорт и я!».	Ознакомить родителей с организацией физкультурной деятельности в ДОУ. Информировать родителей о режиме дня дошкольников в детском саду и дома. Разъяснить санитарно - гигиенические требования о специальной одежде, для занятий физической культурой. Привлечь родителей к активному отдыху и здоровому образу жизни. Привлечь внимание родителей к совместной активной деятельности.
Октябрь	1. Провести индивидуальные консультации на тему «Детский травматизм: как уберечь ребенка?». 2. Провести индивидуальные беседы с родителями по результатам диагностики физической подготовленности детей, пути её совершенствования.	Разъяснить родителям необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития детей и необходимости двигательной активности. Ориентировать родителей на развитие и совершенствование физических качеств дошкольников.
Ноябрь	1. Подготовить материал на тему «Профилактика плоскостопия у детей дошкольного возраста». 2. Провести занятие физической культуры для детей совместно с родителями.	Привлечь родителей к использованию специальных упражнений для профилактики плоскостопия. Информировать родителей о необходимости выбора обуви для профилактики плоскостопия.
Декабрь	1. Консультация на тему «Активный детский отдых зимой».	Ознакомить родителей с физиологическими возрастными потребностями детей дошкольного возраста. Привлечь родителей к стимулированию двигательной деятельности детей совместными спортивными играми: лыжи, коньки, туризм и др.

План спортивных развлечений на холодный период года МАДОУ «Центр развития ребенка - детский сад № 17» на 2021-2022 учебный год.

№ п/п	Тема	Вид деятельности	Возрастная группа	Сроки
1	«На лесной полянке»	физкультурное развлечение	Вторая младшая группа Средняя группа	Сентябрь
2	«В гости к Лесовичку»	физкультурный досуг	Старшие группы, Подготовительные	
3	«Осенняя пора»	спортивное развлечение	Вторая младшая группа, Средняя группа	Октябрь
4	«Все на стадион»	спортивное развлечение	Старшие группы, Подготовительные	
5	«Теремок»	спортивное развлечение	Вторая младшая группа, Средняя группа	Ноябрь
6	«Веселые старты»	спортивное развлечение	Старшие группы, Подготовительные	
7	«Если с другом вышел в путь»	спортивный досуг	Вторая младшая группа, Средняя группа	Декабрь
8	«Мы здоровье сбережем»	спортивное развлечение	Старшие группы, Подготовительные	
9	«Зимняя олимпиада»	спортивный праздник	Все группы	Январь
11	«В гостях у бабушки»	Развлечение	Вторая младшая группа, Средняя группа	Март
	«А ну-ка мамы»	Развлечение	Старшие группы: №6,7,8 Подготовительные	
10	«День Защитника Отечества»	спортивный праздник	Все группы	Февраль
11	«Проводы зимы»	спортивное развлечение		
12	«Путешествие в страну Игралию»	спортивное развлечение	Старшие группы № 6; 7; 8. Подготовительные	Апрель
13	«Праздник мяча»	спортивный праздник	Вторая младшая группа №3;2 Средняя группа №5	
14	«День Победы»	спортивный праздник	Все группы	Май
15	«Мама, папа, я-спортивная семья»	спортивный праздник		

Дополнительные услуги по физическому развитию

- Дополнительная общеобразовательная программа (дополнительная общеразвивающая программа) «Малыши крепыши» (вторые младшие группы)
- Дополнительная общеобразовательная программа (дополнительная общеразвивающая программа) «Школа мяча» (старшие группы)
- Дополнительная общеобразовательная программа (дополнительная общеразвивающая программа) «Грация» (Художественная гимнастика) (средние и старшие группы)
- Дополнительная общеобразовательная программа (дополнительная общеразвивающая программа) «Шахматная королева» (старшие, подготовительные группы)

3. Организационный раздел

Физкультурно–оздоровительная работа с детьми в МАДОУ «Центр развития ребенка «Детский сад №17»

Расписание занятий ООД по физической культуре

на 2021-2022 учебный год

Понедельник

1. 9.00 – 9.15 Вторая младшая группа №2
2. 9.25 – 9.45 Средняя группа №7 (1 и 3 неделя)
3. 10.20 – 10.45 Старшая группа №6 (2 и 4 неделя)
4. 10.50 – 11.20 Подготовительная к школе группа №12 (1 и 3 неделя)

Вторник

1. 9.00 – 9.15 Средняя группа №5
2. 9.30 – 9.50 Средняя группа №8(1 и 3 неделя)
3. 9.30 – 9.50 Старшая группа №9 (2 и 4 неделя)
4. 10.35 – 11.00 Подготовительная группа №11 (3 неделя)

Среда

1. 9.00 – 9.15 Вторая младшая группа №3
2. 9.25 – 9.45 Средняя группа №7 (2 и 4 неделя)
3. 10.30 – 11.00 Старшая группа №10 (1 и 3 неделя)

Четверг

1. 9.00 – 9.15 Вторая младшая группа №2
2. 9.30 - 9.55 Старшая группа № 9 (1 и 3 неделя)
3. 9.30 – 9.55 Средняя группа № 8 (2 и 4 неделя)
4. 10.20 – 10.45 Подготовительная к школе группа №11 (2 и 4 неделя)
5. 10.55 – 11.25 Подготовительная к школе группа № 12 (4 неделя)

Пятница

1. 9.00 – 9.15 Вторая младшая группа №3
2. 9.3 5– 9.50 Средняя группа №5
3. 10.00 – 10.25 Средняя группа №6 (1 и 3 неделя)
4. 10.30 – 11.00 Подготовительная к школе группа №10 (2 и 4 неделя)

Расписание работы кружков дополнительного образования

МАДОУ «Центр развития ребенка - детский сад № 17»

№	Название кружка	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
1.	**«Школа мяча»**	-15.40-16.05(ст. лог.гр. «№6)	-		-	-16.10.16.35 (стр.гр.№9)
2.	**Художественная гимнастика «Грация»**				15.00-15.20(ср.гр№8) 15.30-15.50(ср. гр. №7)	15.00-15.25 (ст. гр.№6) 15.35-16.00 (ст. гр.№9)
3.	**«Малыши крепыши»**			15.00-15.15(вт.мл.гр. №3) 15.25-15.40(вт.мл.гр. №5) !5.45-16.00(вт.мл.гр. №2)		
4.	**«Шахматы»**	15.00-15.30 (под. к школе группа №12) 15:40-16:10 (под.Гр.№10)	15.00-15.30(под. Гр. №11) 16.10-16.35 (ст.гр.№9)			

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы

Физическая подготовленность определяется уровнем сформированности у детей физических качеств (сила, скоростно-силовые качества, быстрота, гибкость), координационных способностей (равновесие) и степенью сформированности двигательных навыков. После обследования анализируются показатели каждого ребенка и полученные данные сопоставляются с общепринятыми нормами.

В физкультурном зале проводятся обследования таких физических способностей, как скоростно-силовые качества:

- бросок набивного мяча двумя руками из-за головы (4—7 лет);
- прыжок в длину с места (4—7 лет);
- гибкость - отодвигание кубика как можно дальше от пяток, сидя на полу (5-7 л);
- удержание равновесия (5—7 лет).

На физкультурной площадке обследуются такие качества, как:

- быстрота — бег на 10 или 30 м (4—7 лет);
- скоростно-силовые качества — метание мешочка с песком весом 150—200 г правой и левой рукой (4—7 лет).

Оценка показателей физической подготовленности проводится в соответствии с возрастом ребенка. Определение возраста осуществляется по методике, принятой в медицинской практике.

МЕТОДИКИ:

Бег на 10 м с ходу или на 30 м со старта

Тесты проводятся на беговой дорожке длиной 50 м, шириной 2—3 м, с асфальтовым покрытием двумя взрослыми (воспитателем по физкультуре и воспитателем группы). Для первого теста размечается дистанция 30 м. На линии 10 м отрезка (т. е. старта) и линии финиша делаются две отметки. Ребенок разгоняется от метки «старт» (0 м) до

метки 10 м так, чтобы он набрал к ней максимальную скорость. Воспитатель стоит на метке 10 м. В тот момент, когда ребенок пробегает мимо взрослого, педагог делает отмашку флажком. По этому сигналу другой взрослый, стоящий на линии финиша, включает секундомер и выключает его, когда ребенок пересекает линию финиша.

Второе тестирование также проводится двумя взрослыми: один с флажком находится на линии старта, второй с секундомером — на линии финиша.

По команде «Внимание!» двое детей подходят к линии старта и принимают стартовую позу стоя, так называемый высокий старт. По команде «Марш!» и отмашке флажком начинают бег. Одновременно взрослый, стоящий на линии финиша, включает секундомер. Во время пересечения финишной линии секундомер выключается. Время фиксируется взрослым, стоящим на линии финиша.

Бросок набивного (медицинского) мяча весом 1 кг двумя руками из-за головы из исходного положения стоя

Испытание проводится на ровной площадке длиной не менее 10 м. Ребенок встает у контрольной линии разметки и бросает мяч из-за головы двумя руками вперед из исходного положения стоя — одна нога впереди, другая сзади или ноги врозь. При броске ступни должны сохранять контакт с землей. Допускается движение корпуса вперед, сопровождающее произведенный бросок. Делается три попытки. Засчитывается лучший результат.

Прыжок в длину с места

Ребенок прыгает, отталкиваясь двумя ногами с интенсивным взмахом руками от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние, и приземляется на обе ноги. Для приземления можно использовать тонкий матрасик или резиновую дорожку. При приземлении нельзя опираться сзади руками.

Взрослый при помощи рулетки или сантиметровой ленты измеряет расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (в см). Засчитывается лучшая из трех попыток.

Определение гибкости

Ребенок сидит на ковре, ноги врозь на ширине плеч, колени выпрямлены. Взрослый прижимает рукой колени ребенка к полу. Между стопами ребенка расположен кубик (пятки ног и кубик находятся на одной черте).

Задание ребенку: наклониться и отодвинуть кубик руками как можно дальше. Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами. Засчитывается результат только одной попытки.

Определение функции равновесия

Ребенок стоит босиком, носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впередистоящей ноги. Руки внизу.

Задание ребенку: устоять в такой позе с открытыми глазами как можно дольше.

Оценивается время (в секундах) удержания позы с момента принятия и до момента, когда ступни ног сдвинутся с места или ребенок пошатнется.

Примечание. Поверхность, на которой стоит ребенок, должна быть ровной и жесткой.

Метание мешочка с песком весом 150—200 г правой и левой рукой

После разминки взрослый предлагает ребенку произвести три броска мешочков каждой рукой как можно дальше. При броске ребенок принимает следующее исходное положение: стоя одна нога впереди, другая на расстоянии шага, рука с мешочком за головой.

Взрослый осуществляет замер после каждого броска и лучший результат заносит в протокол. Педагоги и специалисты ДОУ по своему

усмотрению могут дополнять вышеперечисленный необходимый минимум диагностических методик.

Диагностическая карта
«Определение физической подготовленности дошкольников»

учебный год группа №		бег (сек)		прыжки (см)			метание (м)			координация	активность	общий балл
№ / №	Фамилия, имя ребенка	10 м	30 м	с места	с разбега	в высоту	правая рука	левая рука	мяч 1 кг			
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												

Ориентировочные показатели физической подготовленности

Вторая младшая

Минимальные результаты:

Бег на 30 м — 13,5 с.

Прыжки в длину с места — 40 см.

Спрыгивание (прыжки в глубину) — 20—25 см.

Бросание предмета — 4 м.

Бросание набивного мяча (1 кг) — 90 см.

Трехбалльная система оценки результатов позволяет не только получить достаточно объективную картину физической подготовленности детей, но и выявить уровень развития детей группы.

По результатам тестирования заполняются диагностические карты физической подготовленности детей на каждую возрастную группу, и планируется дальнейшая работа.

Методическое обеспечение

1. **«Детство»** - Основная общеобразовательная программа дошкольного образования/ Под ред. Бабаевой Т.И., Логиновой В.И. и др.

2. **«Мы в Мордовии живем»:** примерный региональный модуль программы д. о./ О. В. Бурляева.

3. Примерная адаптированная основная образовательная программа для дошкольников с ТНС/ под ред. Л. В. Лопатиной , 2014г.

4. **Л.И. Пензулаева** «Физическая культура в детском саду» Вторая младшая группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2014.- 80с.

5. **Л.И. Пензулаева** «Физическая культура в детском саду» Средняя группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2014.-112с.

6. **Л.И. Пензулаева** «Физическая культура в детском саду» Старшая группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2014.-128с.

7. **Л.И. Пензулаева** «Физическая культура в детском саду» Подготовительная к школе группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2014.-112с.