**Рабочая программа по реализации образовательной области "Физическая культура".**

**Содержание**

**I . Целевой раздел**

1.1. Пояснительная записка

1.2. Возрастные и индивидуальные особенности воспитанников

1.3. Планируемые результаты освоения Программы

 **II. Содержательный раздел**

2.1 Основные цели и задачи

2.2 Содержание психолого-педагогической работы

2.3 Перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

2.4 Работа с родителями

**III. Организационный раздел**

3.1 Сетка ООД

3.2 Методические материалы и средства обучения и воспитания

3.3 Организация развивающей предметно – пространственной среды

**I. Целевой раздел**

**1.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа по физической культуре для детей всех возрастных групп детский сад МАДОУ (далее - Программа) разработана на 2014-2015 учебный годв соответствии с основной образовательной программой учреждения, соответствующей действующим нормативным документам (Федеральному закону от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным государственным образовательным стандартам дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»), Постановлению Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва от "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно эпидемиологическим требованиям к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций").

**Целью** Программы является физическое развитие детей дошкольного возраста 3-7 лет с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

**Основные задачи образовательной области «Физическое развитие»:**

* Развитие физических качеств.
* Правильное формирование опорно–двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики.
* Правильное выполнение основных движений.
* Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.
* Овладение подвижными играми с правилами.
* Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
* Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

 Программа направлена на решение специфических **задач:**

* Формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений.
* Изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов.
* Развитие речи посредством движения.
* Формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности.
* Управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

**Программа опирается на научные принципы построения:**

* соответствовать принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
* обеспечивать единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
* строиться с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
* основываться на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
* предусматривать решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
* предполагать построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.

**1.2.** **Возрастные и индивидуальные особенности воспитанников**

В младших группах №1, №4 воспитывается 50 детей в возрасте 3 - 4 лет. Из них 27 - девочек, 23 – мальчика. 41 воспитанников имеют основную группу здоровья по физкультуре; 6 детей – подготовительную и 3 ребенка имеют специальную медицинскую группу; в средней группе №6 воспитывается 27 детей в возрасте 4 - 5 лет. Из них -15 девочек, 12 – мальчиков. 27 воспитанников имеют основную группу здоровья по физкультуре; в старших группах №7,№12 воспитывается 50 детей в возрасте 5 - 6 лет. Из них 28 - девочек, 22 – мальчика. 50 воспитанников имеют основную группу здоровья по физкультуре; В подготовительной группе №10 воспитывается 26 детей в возрасте 6 - 7 лет. Из них 14 - девочек, 12 – мальчиков. 26 воспитанников имеют основную группу здоровья по физкультуре;

**1.3.Планируемые результаты освоения Программы**

Требования ФГОС к результатам освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.  Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

**Педагогическая диагностика**

Реализация Программы предполагает оценку индивидуального физического развития детей. Такая оценка производится инструктором по физической культуре в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за организованной деятельностью детей. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений физического развития, позволяющие фиксировать индивиду­альную динамику и перспективы развития каждого ребенка

Результаты педагогической диагностики используются ис­ключительно для индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной кор­рекции особенностей его развития), оптимизации работы с группой детей.

**II. Содержательный раздел**

Образовательная деятельность по физическому развитию в МАДОУ «Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей «Снегурочка» осуществляется в соответствии с содержанием проекта примерной основной образовательной программы «От рождения до школы» /Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014. — с. 259

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; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление 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.).

2.1 Основные цели и задачи

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. 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, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

2.2 Содержание психолого-педагогической работы

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

**2.3 Перечень основных движений, спортивных игр и упражнений**

Физическая культура. Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры.Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

2.4 Работа с родителями

Разъяснять родителям (на информационном стенде, на сайте ДОУ, на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.

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

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

Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.

Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также городе).

**III. Организационный раздел**

3.1 Организованная образовательная деятельность по физкультуре проводится 3 раза в неделю, 2 ООД в помещении, 1 на воздухе во время прогулки.Учебный год составляет 34 учебные недели.

## СЕТКА

**организованной образовательной деятельности в младшей группе
№1**

|  |  |
| --- | --- |
| Вторник | 9.00-9.15 |
| Четверг |  9.45-10.00 |
| Пятница |  9.00-9.15 |

## СЕТКА

**организованной образовательной деятельности в младшей группе
№4**

|  |  |
| --- | --- |
| Вторник | 9.25-9.40 |
| Четверг | 9.25-9.40 |
| Пятница | 9.25-9.40 |

## СЕТКА

**организованной образовательной деятельности в средней группе
№6**

|  |  |
| --- | --- |
|  Вторник | 9.50-10.10  |
| Среда | 9.00-9.20 |
| Пятница | 10.50-11.10(на воздухе) |

## СЕТКА

**организованной образовательной деятельности в старшей группе
№7**

|  |  |
| --- | --- |
| Понедельник | 9.00-9.20  |
| Среда | 10.50-11.10 |
| Пятница | 11.15-11.40(на воздухе) |

## СЕТКА

**организованной образовательной деятельности в старшей группе
№12**

|  |  |
| --- | --- |
| Понедельник | 9.40-10.05 |
| Вторник | 11.50-12.10(на воздухе) |
| Четверг | 10.10-10.35 |

## СЕТКА

**организованной образовательной деятельности в подготовительной группе №10**

|  |  |
| --- | --- |
| Вторник | 10.20- 10.50 |
| Четверг | 9.00-9.30 |
| Пятница | 11.40-12.20(на воздухе) |

**3.2 Перечень программ, технологий и пособий, используемых в образовательной деятельности по физическому развитию детей**

ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА$СИНТЕЗ, 2014. — с.

Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников: Методическое пособие. – М.: Мозаика-Синтез, 2010.

Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет: Комплексы оздоровительной гимнастики. – М.: Мозаика-Синтез, 2011.

Пензулаева Л.И.Физкультурные занятия в детском саду.-М.:Мозаика-Синтез, 2010.

Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для детей2-7лет.М: Мозаика-Синтез, 2012.

Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду: Программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика-Синтез, 2010.

Картушина М.Ю методическое пособие «Зеленый огонек здоровья»-М Центр- Сфера 2004.

**3.3 Организация развивающей предметно-пространственной среды**

 В учреждении созданы необходимые условия для организации работы по физическому развитию детей и организации самостоятельной двигательной деятельности. Имеется физкультурный спортивный зал, с необходимым оборудованием. На территории детского сада расположены спортивная площадка, беговая дорожка, игровое поле для игр с элементами спорта (футбол, волейбол, баскетбол), площадки для подвижных игр, яма для прыжков. В группах имеются физкультурные уголки с необходимым набором спортивного инвентаря для организации двигательной деятельности детей в течение дня.

 Развивающая предметно-пространственная среда построена на следующих принципах:

1. насыщенность;
2. трансформируемость;
3. полифункциональность;
4. вариативность;
5. доступность;
6. безопасность.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают:

* игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами;
* двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
* эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
* возможность самовыражения детей.