

Аннотация к рабочей программы инструктора по ФИЗО

Рабочая программа образовательной деятельности физкультурного руководителя в младшей, средней старшей и подготовительной группах общеразвивающей направленности (далее – РП Рабочая программа) предусмотрена для организации образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие» в части занятий физической культурой с детьми в возрасте от 3 до 7 лет в соответствии с образовательной программой дошкольного образования МАОУ «СОШ №132» им. Н.М. Малахова (далее - Учреждение), как обязательная часть. В основе методические разработки:

Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду»: младшая группа – М: Мозаика-синтез, 2016.

Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду»: средняя группа – М: Мозаика-синтез, 2016.

Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду»: старшая группа – М: Мозаика-синтез, 2016.

Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду»: подготовительная группа – М: Мозаика-синтез, 2016.

Цель Рабочей программы: накопление ребенком опыта деятельности и общения в процессе активного взаимодействия с другими детьми и взрослыми, решения задач физического развития дошкольников, приобщения к здоровому образу жизни, готовности к непрерывному образованию, саморазвитию и успешной самореализации на всех этапах жизни.

Приоритетные задачи реализации Рабочей программы:

- охрана и укрепление здоровья детей, обеспечение их физической и психологической безопасности, эмоционального благополучия; создание комфортных условий жизнедеятельности, в которых каждый ребенок чувствует себя защищенным и уверенным в том, что его любят и принимают таким, какой он есть;
- развитие нравственных, физических, эстетических качеств детей; создание благоприятных условий для гармоничного развития детей в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями каждого ребенка;
- формирование общей культуры личности ребенка, в т. ч. ценностей здорового образа жизни, предпосылок учебной деятельности, инициативности, самостоятельности и ответственности, активной жизненной позиции;
- развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка; организация содержательного взаимодействия ребенка с другими детьми, взрослыми, любви к Родине, гордости за ее достижения на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей; объединение воспитательно-оздоровительных ресурсов семьи и Учреждения на основе традиционных духовно-нравственных ценностей семьи и общества; установление партнерских взаимоотношений с семьей, оказание ей психолого-педагогической поддержки, повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

Программные задачи по образовательной области

«Физическое развитие» в части физическая культура по возрастам от 3 до 7 лет
Физическое развитие от 3 до 4 лет

В освоении основных видов движения учить:

- проявлять интерес к двигательной деятельности,
- уметь использовать приобретенные под руководством воспитателя двигательные навыки в самостоятельной игре.

- развивать основные двигательные умения и навыки, соответствующем здоровому ребенку этого возраста.

Основные антропологические и физиологические показатели малыша четвертого года жизни должны соответствовать возрастным нормам (физиологическая зрелость организма).

Ребенок должен иметь оптимальное состояние нервной системы, хороший аппетит, спокойный сон, достаточно хорошую умственную работоспособность, высокий интерес к окружающему, редко болеть, быстро выздоравливать.

Физическое развитие от 4 до 5 лет

В освоении основных видов движения учить:

- проявлять интерес к двигательной деятельности,
- уметь использовать приобретенные под руководством воспитателя двигательные навыки в самостоятельной игре.

- развивать основные двигательные умения и навыки, соответствующем здоровому ребенку этого возраста.

Основные антропологические и физиологические показатели ребенка пятого года жизни должны соответствовать возрастным нормам (физиологическая зрелость организма).

Ребенок должен иметь оптимальное состояние нервной системы, хороший аппетит, спокойный сон, достаточно хорошую умственную работоспособность, высокий интерес к окружающему, редко болеть, быстро выздоравливать.

Физическое развитие от 5 до 6 лет

Забота о психическом и физическом здоровье детей

Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия

Обеспечивать комфортный эмоциональный микроклимат в группе детского сада, в котором ребенок чувствует себя защищенным и принимаемым педагогами и детьми.

Содействовать укреплению эмоциональных связей между детьми и их родителями.

Упражнять детей в умении находить положительные стороны во всех сферах жизни, применении правила «не думать и не говорить плохо о себе и других».

Организовывать разнообразную двигательную активность детей в разных формах (утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, подвижные игры и др.).

Продолжить работу по осуществлению мероприятий, способствующих сохранению здоровья детей, закаливанию, повышению защитных сил организма.

Осуществлять контроль за формированием правильной осанки.

Продолжать поддерживать родителей в самообразовании в вопросах охраны и укрепления здоровья детей, в стремлении участвовать в педагогическом процессе и жизни детского сада в целом.

Формирование начальных представлений детей о здоровом образе жизни

Формировать потребность в бережном отношении к своему здоровью, желание вести здоровый образ жизни.

Воспитывать потребность соблюдать правила здоровьесберегающего поведения.

Приобщение к физической культуре

Расширять у детей представления и знания о многообразии физических и спортивных упражнений.

Вызывать у детей стремление к выражению своих возможностей в процессе выполнения физических упражнений: правильно оценивать свои силы, мобилизовать их адекватно поставленным целям.

Приступить к целенаправленному развитию физических качеств: скоростных, скоростно-силовых, силы, гибкости, выносливости.

Развивать чувство равновесия, координацию движений, улучшать ориентировку в пространстве.

Закреплять приобретенные ранее умения и навыки в процессе разных форм двигательной активности.

Обучать элементам техники всех видов жизненно важных движений, спортивным играм и упражнениям.

Развивать умение ходить и бегать в колонне по одному, по двое, с выполнением различных заданий педагога.

Развивать у детей умение бегать с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, змейкой, врассыпную, с преодолением препятствий. Непрерывный бег не более 2 минут.

Закреплять умение прыгать с высоты в обозначенное место (не более 30 см), прыгать в длину с места и с разбега, прыгать через короткую и длинную скакалку.

Обучать бросанию мяча: вверх, об пол (о землю) и ловле его двумя руками, перебрасывать мяч из одной руки в другую, друг другу их разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди). Закреплять умение метать предметы на дальность, в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния не более 4 м).

Совершенствовать навыки ползания, перелезания через различные препятствия, лазанья по гимнастической стенке с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой.

Осознанно и самостоятельно использовать определенный объем знаний и умений в различных условиях (в лесу, парке при выполнении двигательных заданий).

Обогащать двигательный опыт детей и формировать у них потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Способствовать развитию у детей интереса к движению и повышению своих результатов.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Физическое развитие от 6 до 7 лет

Основные показатели физического развития семилетнего дошкольника (рост, вес, окружность грудной клетки) гармоничны и соотносятся с возрастными показателями на уровне выше средних. Резерв анатомо-физиологических возможностей организма достаточно высок, о чем свидетельствуют снижение заболеваемости, быстрое выздоровление при простудах, оптимальное состояние всех систем организма и их функционирование.

Двигательная активность составляет не менее 11—17 тыс. шагов в сутки, а общая продолжительность в пределах 70—80% по отношению к периоду бодрствования. При этом его двигательная деятельность характеризуется целенаправленностью, избирательностью, навыками самоуправления.

Продолжать формировать двигательные умения ребенка, которые отличаются разнообразием, количественными и качественными показателями не ниже средних возрастных; выпускник детского сада владеет элементарными навыками оценки и самооценки движений; понимает их значимость для собственного здоровья и развития; сложился определенный стиль двигательной деятельности, заметен избирательный интерес к определенным видам физических упражнений; сформированы некоторые организаторские умения (например, умение вовлечь в игру сверстников, руководить подвижной игрой без помощи взрослых).

Движения характеризуются определенной культурой: ловкостью, быстротой, техничностью, умением выбирать нужный способ движения в определенных ситуациях. Оптимальная двигательная активность и хорошее развитие движений создают предпосылки для достаточно высокой умственной работоспособности, умения выдерживать статические нагрузки (заниматься сидя за столом).

Содействовать овладению основными культурно-гигиеническими навыками (умывание, чистка зубов, культура еды, пользование носовым платком), учить основным

правилам здорового образа жизни.

В поведении формировать ровное, активное состояние, положительный эмоциональный тонус, доброжелательность по отношению к окружающим людям.

Возрастные особенности детей четвертого года жизни

В младшем дошкольном возрасте происходит дальнейшее развитие детского организма, совершенствуются все физиологические функции и процессы. По данным Всемирной организации здравоохранения, средние антропометрические показатели к четырем годам следующие: мальчики весят 16,3 кг при росте 102,4 см, а девочки весят 15,9 кг при росте 100,7 см. При этом главный показатель нормы - комфорт и хорошее самочувствие ребенка.

У малыша продолжают развиваться психические функции, возрастают физические возможности, показатели роста. Накапливание массы тела идет одновременно с увеличением роста: в течение года масса его тела увеличивается на 1,5—2 кг, рост — на 5—7 см. К 4 годам масса тела его достигает примерно 16,5 кг, рост 102 см, окружность грудной клетки — 53 см. В дальнейшем прибавка в росте и весе колеблется. В одни периоды развития ребенка идет заметное накопление веса, в другие периоды прибавка в росте оказывается быстрой, в то время как вес накапливается медленнее.

В сравнении с предыдущими годами меняется работа сердца. Частота сокращений заметно падает до 90—120 ударов. При этом сокращения становятся все более равномерными, ритмичными. Меняются также глубина, частота и ритм дыхания. Трехлетний ребенок делает 28 дыхательных движений в минуту, при этом объем выдыхаемого и вдыхаемого воздуха (в сравнении с годовалым малышом) к четырем годам увеличивается в 1,5 раза. Вместе с тем его дыхание остается еще поверхностным, неровным и довольно частым.

Данные возрастной физиологии говорят о быстром и усиленном процессе обмена веществ, который совершается в организме трехлетнего ребенка. Он требует неослабного внимания не только врачей, но и педагогов ко всем проблемам гигиены, профилактики и ухода за ребенком. Ему необходимы длительные прогулки в течение дня (5—6 часов), свежий воздух в спальне, регулярное питание, высококалорийная пища, водные процедуры и легкая гимнастика.

Двигательная активность детей характеризуется достаточно высоким уровнем самостоятельности действий. В среднем за время пребывания в дошкольном учреждении объем двигательной активности составляет в этот возрастной период 10—14 тыс. условных шагов, продолжительность — 240—250 мин (более 4 ч), интенсивность — до 40—55 движений в минуту. Показатели суточной двигательной активности подвержены сезонным колебаниям и зависят от содержания и характера деятельности.

Возрастные особенности детей пятого года жизни

Для обогащения развития человека это — возраст огромных возможностей на всю оставшуюся жизнь, утрата которых в последующие годы либо невозвратима, либо потребует от ребенка колоссальных дополнительных усилий (Н.И. Непомнящая).

Пятый год жизни — период интенсивного роста и развития организма ребенка. В течение года масса его тела увеличивается на 1,5—2 кг, рост — на 6—7 см. К 5 годам масса тела ребенка составляет 19,0 кг, рост 110 см, окружность грудной клетки — 54 см.

Здоровье воспитанника средней группы «Детского сада — Дома радости» в условиях свободного двигательного режима, оптимально здорового образа жизни становится более крепким (В.Ф. Базарный, Г.Н. Галаухова). Организм легче, чем в младшем возрасте, справляется с неблагоприятными погодными условиями, так как его функционирование становится более совершенным. В развитии основных движений ребенка происходят заметные качественные изменения, возрастает естественность и легкость их выполнения. Физическое развитие характеризуется большей гармоничностью, благодаря, *во-первых*, более совершенным функциональным возможностям организма, *а во-вторых*, воспитанию, которое понимается нами в соответствии с определением А.В. Запорожца как «правильная организация всей жизни и деятельности ребенка».

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

Возрастные особенности детей шестого года жизни

В физическом развитии ребенка происходят существенные изменения. Масса тела его увеличивается примерно на 200 г в месяц, длина тела — на 0,5 см. К 6 годам его рост достигает в среднем 116 см, масса тела — 21,5 кг; окружность грудной клетки — 56—57 см.

Шестой год жизни — это возраст, когда основной функцией высших отделов нервной системы человека является создание системы внутренних ходов, которые обобщают впечатления ребенка и создают возможность абстрагировать его поведение от случайных влияний и подчинить его внутренне сформированным планам и программам, делая мозг пятилетнего дошкольника «органом свободы» (А.Р. Лурия, Е.В. Субботский). Значительно увеличивается подвижность ребенка, он успешно овладевает основными движениями.

Функциональные возможности организма ребенка данного возраста создают базис для формирования и возрастания физической и умственной трудоспособности.

Происходят изменения и в органах внутренней секреции. С активизацией работы щитовидной железы связываются характерные для этого периода эмоциональная неустойчивость и быстрая смена настроения. В этом возрасте отмечается прямая связь между уровнем гармоничности физического развития и здоровьем, трудоспособностью и функциональным состоянием организма. Шестой год жизни ребенка очень важен для развития его воли, выдержки, осознания ответственности за результаты как индивидуальных, так и совместных действий, развитию, благодаря самостоятельности, дружеских, коллективных взаимоотношений в процессе разнообразных видов физической культуры. К концу пребывания в старшей группе ребенок должен обладать крепким здоровьем, гармоническим физическим развитием, хорошей двигательной подготовленностью.

Существенные сдвиги происходят в умении ориентироваться в пространстве. Наш воспитанник уверенно определяет направление в пространстве, взаимное расположение предметов в обозримых пространственных ситуациях; замечает изменения в оформлении и оборудовании помещений.

Возрастные особенности детей седьмого года жизни

Продолжается интенсивное созревание организма, всех жизненно важных систем, повышение уровня его морфологического и функционального развития, идет активная физиологическая перестройка. Вес мозга к 7 годам увеличивается, размеры поверхности коры головного мозга достигают 80—90% размеров поверхности коры взрослого человека. Ребенок вытянулся: его рост, в среднем, достигает 125 см, масса — 22,5 кг; окружность грудной клетки — 60 см. Наряду с общим ростом происходит анатомическое формирование тканей и органов, дальнейшее окостенение скелета и наращивание массы мышц, что создает условия для успешного выполнения ребенком более интенсивных, чем ранее физических нагрузок. Продолжает нарастать мускулатура как верхних, так и нижних конечностей. Относительно хорошо в этот период развиваются крупные мышцы туловища и конечностей. Наряду с основными видами движений у него развиваются тонкие движения кисти и пальцев рук. Это существенно расширяет возможности осуществления воспитанником продуктивных видов деятельности. Однако координация глаз и рук, необходимая для овладения письмом, формируется лишь к 7 годам. (В.Ф. Базарный) Есть изменения во внешних очертаниях лица, происходит смена зубов, существенно меняются пропорции тела. Выпускник детского сада представляет собой почти уже пропорционально сложенного человека. К концу седьмого года жизни ребенок должен обладать крепким здоровьем, гармоническим физическим развитием, хорошей двигательной подготовленностью.

К концу дошкольного возраста длительность непрерывной продуктивной деятельности ребенка возрастает до 25—30 мин. При этом общий ее объем (по сравнению с объемом работы детей 4—5 лет) увеличивается в 2—2,5 раза. Значительно повышается его физическая и умственная работоспособность, но у каждого воспитанника уровень ее разный. Он зависит от степени подготовленности его к умственным и физическим нагрузкам, общей выносливости организма, состояния здоровья и индивидуальных особенностей. Движения ребенка становятся более точными и координированными. Возможности формирования таких качеств, как сила, быстрота, выносливость и ловкость возрастают. Появляются собранность, выдержка, умение «проиграть» элементы движения в уме. Самостоятельная двигательная активность ребенка увеличивается, особенно у мальчиков. В связи с ростом двигательных возможностей он охотно участвует в подвижных играх с правилами, требующими выполнения сложных движений по показу и словесному объяснению, а также в играх с элементами соревнования, развивающими интерес его не только к достижению результата, но и к качеству выполняемого действия.

1.1. Планируемые результаты освоения Рабочей программы

Планируемые результаты освоения Рабочей программы в части физическая культура представлены в виде целевых ориентиров возрастных характеристик возможных достижений ребенка на этапе завершения освоения Рабочей программы. Они отражают согласованные ожидания общества относительно дошкольного детства и представляют собой возрастной портрет ребенка, который не применяется непосредственно к каждому ребенку.

Возрастной портрет ребенка к концу младшей группы:

- стремится к взаимодействию со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх; адекватно проявляет свои чувства;
- отличает пространственные отношения от себя: впереди-сзади, вверху, справа-слева;
- способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- может оценить свои и чужие поступки в соответствии с первичными ценностными представлениями о том, «что такое хорошо, а что такое плохо»;
- проявляет любознательность, задает вопросы, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей, склонен экспериментировать и наблюдать.

Возрастной портрет ребенка к концу средней группы:

- ребенок открытый, искренний, оптимистичный, любознательный, впечатлительный, владеет избирательностью отношений;
- владеет адекватной самооценкой, предвидит последствия своего решения, развивается осознание ценности своего «Я», своих достоинств;
- ребенок способен признать «границы своих знаний и умений, видит возможность различных результатов собственной деятельности, нацеливает себя на разные уровни достижений, преимущественно высокий,
- выражен эмоциональный интерес к себе и окружающим людям, их внутреннему миру как основе овладения психологической культурой;
- устанавливает межличностные контакты с окружающими людьми; располагает к себе, вызывает понимание окружающих людей, проявляет к ним доброжелательное отношение;
- усваивает полоролевые стереотипы и формы поведения, соответствующие половой принадлежности, формируется чувство тождественности с другими представителями пола;
- появляются новые чувства: чувство самоценности, самоуважения;
- зарождаются и появляются эстетические, нравственные, интеллектуальные чувства;

- ребенок инициативен, стремится самостоятельно решать проблемы, возникающие в деятельности и общении: в играх, рассуждениях, конструировании и экспериментировании, в поиске способов действия. Нередко проявляются креативность, своеобразное нестандартное видение мира, оригинальность образов в рисунках, поделках, выразительность движений, изобретательность в словотворчестве, драматизации, конструировании, музыкальной деятельности. Возникают новые мотивы поведения: мотив признания сверстниками, игровой мотив, мотив самоутверждения.

Возрастной портрет ребенка к концу старшей группы:

- усвоена система общественно выработанных сенсорных эталонов, пользуясь которыми ребенок овладевает рациональными способами обследования свойств предметов (рассматриванием, ощупыванием, прослушиванием и т.п.);

- ему доступно понимание общих связей, принципов, закономерностей, лежащих в основе научных знаний (о взаимодействии организма и окружающей среды);

- он обладает относительно большим объемом как стабильных знаний об окружающем мире и о себе, так и знаний гипотетических, проявляющихся в догадках, предположениях, вопросах;

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.;

- способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

- активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

- владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

- обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором живет;

- ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности;

- ребенок владеет всеми основными движениями и использует их в самостоятельной деятельности, охотно участвует в подвижных играх, начинает овладевать культурой движения (темп, ритм, координация и т. д.);

- имеет представления и знания о многообразии физических и спортивных упражнений;

- проявляет потребность и интерес к двигательной деятельности, спортивным играм;

- самостоятельно организует подвижные игры, придумывая разные варианты.

Возрастной портрет ребенка к концу подготовительной группы:

- у выпускника подготовительной группы крепкое здоровье, высокий рост, хорошо физически развит, у него высокая работоспособность. Изменились пропорции тела, вытянулись конечности, соотношение длины тела и окружности головы соответствуют (опережают) параметрам школьного возраста. Подняв правую руку вверх, через голову он может кистью правой руки перекрыть левую ушную раковину (филиппинский тест). У него появились ловкость, быстрота, сила, точность, координация движений. Сформировалась кисть руки, мелкая мускулатура пальцев обеих рук, гармоничнее развиваются мозг, координация зрения и руки.

- получает удовольствие от утренней гимнастики, проявляет инициативу в занятиях

разными видами спорта.

- владеет представлениями и навыками культуры здорового образа жизни. Разные виды самообслуживания (умывание, одевание и др.) осознает как деятельность, состоящую из пяти компонентов (замысел, материал, средства, действия и результат), которые выполняет, осознавая их значение для собственного здоровья, умеет гибко пользоваться ими в разных условиях.

- позитивные изменения физического развития — показатели биологической зрелости ребенка, необходимой ему для успешного старта школьного обучения.

- обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором живет;

- ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности;

- ребенок владеет всеми основными движениями и использует их в самостоятельной деятельности, охотно участвует в подвижных играх, начинает овладевать культурой движения (темп, ритм, координация и т. д.);

- имеет представления и знания о многообразии физических и спортивных упражнений;

- проявляет потребность и интерес к двигательной деятельности, спортивным играм;

- самостоятельно организует подвижные игры, придумывая разные варианты.

Особенности проведения педагогического мониторинга

Педагогический мониторинг осуществляется с целью определения динамики актуального индивидуального профиля физического развития ребенка и используется при решении следующих задач:

- индивидуализации образования (в т. ч. поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

- оптимизации работы с группой детей.

Педагогический мониторинг опирается на принципы поддержки специфики и разнообразия детства, а также уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека. В связи с этим педагогический мониторинг:

- не содержит каких-либо оценок развития ребенка, связанных с фиксацией образовательных достижений;

- позволяет фиксировать актуальный индивидуальный профиль развития дошкольника и оценивает его динамику;

- учитывает зону ближайшего развития ребенка по каждому из направлений;

- позволяет рассматривать весь период развития ребенка как единый процесс без условного разделения на разные возрастные этапы, «привязанные» к паспортному возрасту, при этом учитывает возрастные закономерности развития, опираясь на оценку изменений деятельности дошкольника;

- учитывает представленные в Рабочей программе целевые ориентиры, но не использует их в качестве основания для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Инструментарий для педагогического мониторинга детского развития - карты наблюдения. Технология педагогического оценивания представлена в примерной образовательной программе дошкольного образования «Детский сад – дом радости».

Приоритетные виды детской деятельности (активности)

во всех возрастных группах от 3 до 7 лет

Возрастной период	Виды детской деятельности	образовательные области
Дошкольный возраст (3-7 лет)	Двигательная (овладение основными движениями) форма активности	Ф
	Спортивные игры	СК

	спортивные праздники и развлечения	ХЭ

Формы взаимодействия с родителями

В образовательной деятельности используются различные формы взаимодействия с семьями воспитанников: информационные, организационные, просветительские, организационно-деятельностные, участие родителей в образовательной деятельности и др.

Перспективный план взаимодействия с родителями

Период	Тема, мероприятие
Консультации:	
Сентябрь	Тема: «Спортивная форма на физкультурном занятии»
Октябрь	Тема: «Значение режима дня для здоровья ребенка»
Ноябрь	Тема: «Физическое воспитание ребенка в семье»
Декабрь	Тема: «О пользе прогулок на свежем воздухе»
Январь	Тема: «Профилактика ОРЗ и гриппа»
Февраль	Тема: «Десять советов по укреплению физического здоровья»
Март	Тема: «Играйте с детьми дома»
Апрель	Тема: «Игры с мячом»
Май, июнь, июль, август	Тема: «Закаливание детей летом», «Правила безопасности на воде», «Здоровая пища для всей семьи».
Папки-передвижки: (основные темы)	
Сентябрь- Октябрь	Тема: «Физическое развитие детей»
Ноябрь-Декабрь	Тема: «Проблемы плоскостопия»
Январь-Февраль	Тема: «Лыжный спорт для детей»
Март-Апрель	Тема: «Как улучшить осанку ребенка»
Май	Буклет на тему: «Ходить босиком полезно»
В течение года	Индивидуальные консультации по запросу родителей.
В течение года	Посещение родительских собраний.

Учебный план

Продолжительность физкультурных занятий (непрерывной образовательной деятельности) для детей от 3 до 4 лет не более 15 мин, от 4 до 5 лет не более 20 мин, от 5 до 6 лет не более 25 мин, от 6 до 7 лет не более 30 мин. Перерывы между занятиями (непрерывной образовательной деятельностью) - не менее 5 мин.

Учебный план занятий по физическому развитию дошкольников

музыкальные занятия	количество в неделю	количество в год
младшая	2	72
средняя	2	72
старшая	2	72
подготовительная	2	72