

Аннотация к рабочей программе инструктора по физической культуре 2-3 года

Рабочая программа базируется на примерной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. Программа обеспечивает физическое развитие детей в возрасте от 2 до 3 лет с учетом их возрастных, индивидуальных и психических особенностей. Целью Программы является физическое развитие детей дошкольного возраста 2-3 лет с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей. Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение следующих целей: • сохранение, укрепление и охрана физического и психического здоровья детей, • формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, • обеспечение гармоничного физического развития. Психолого-педагогическая работа в образовательной области «Физическое развитие» направлена на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, а также гармоничное физическое развитие. При этом учитываются возрастные и индивидуальные особенности детей.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников - консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье. Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Принят
на педагогическом совете
Протокол №1 от 30.08.2017



Утвержден
на педагогическом совете ГБДОУ д/с №10
Парамонова Е.К.
Приказ № 2/6 от 31.08.2017

**Рабочая образовательная программа группы раннего возраста
инструктора по физической культуре
Государственного бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детский сад №10 Калининского района Санкт-Петербурга
Ахметшиной Айгуль Радиковны
на 2017-2018 учебный год**

Санкт-Петербург
2017 год

Содержание

- 1. Целевой раздел**
 - 1.1 Пояснительная записка
 - 1.2 Целевые ориентиры освоения Программы
- 2. Содержательный раздел**
 - 2.1 Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическое развитие»
 - 2.2 Примерное комплексно-тематическое планирование
 - 2.3 Взаимодействие с педагогами ДОУ
 - 2.4 Система физкультурно-оздоровительной работы
 - 2.5 Форма календарного планирования
 - 2.6 Взаимодействие с родителями
- 3. Организационный раздел**
 - 3.1 Учебный план
 - 3.2 Расписание физкультурных занятий
 - 3.3 Методическое обеспечение образовательного процесса
 - 3.4 Материально-техническое обеспечение

1. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Дошкольный возраст – важный период формирования человеческой личности. Именно в дошкольном возрасте формируются основы физического и психического здоровья детей.

В общей системе образования и воспитания физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Формирование физических качеств, двигательных умений и навыков тесно связано с психическим здоровьем ребенка, с воспитанием эстетических чувств и нравственно – волевых черт личности.

Данная рабочая программа (далее – Программа) разработана в соответствии с Федеральным Государственным Образовательным Стандартом Дошкольного Образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года № 1155. Программа реализует образовательную область «Физическое развитие» основной общеобразовательной программы дошкольного образования государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №10 Калининского района города Санкт-Петербург.

Рабочая программа базируется на примерной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.

Программа обеспечивает физическое развитие детей в возрасте от 2 до 3 лет с учетом их возрастных, индивидуальных и психических особенностей.

Рабочая программа составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность ДОУ:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 г.;
- Требования СанПиН 2.4.1.3049 от 15.05.2013 г. "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций";
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утверждённый приказом от 17.10.2013г. № 1155 Министерства образования и науки Российской Федерации;
- Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой;
- Основная образовательная программа ГБДОУ №10;

- Здоровьесберегающая технология с использованием Тренажерно-информационной системы «ТИСА» в физическом воспитании.

Цели и задачи реализации Программы

Целью Программы является физическое развитие детей дошкольного возраста 2-3 лет с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение следующих **целей**:

- сохранение, укрепление и охрана физического и психического здоровья детей,
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни,
- обеспечение гармоничного физического развития.

Цели достигаются посредством решения следующих **задач**:

- Развивать физические качества;
- Формировать умение сохранять устойчивое положение тела;
- Формировать правильную осанку;
- Развивать координацию движений, крупную и мелкую моторику;
- Правильно формировать опорно–двигательную систему организма,
- Правильно выполнять основные движения;
- Развивать у детей желание играть вместе с инструктором в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями;
- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности;
- Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений;
- Развивать инициативу в двигательной активности.

Принципы и подходы к формированию Программы

Эффективность решения задач зависит от правильного подбора принципов воспитания и развития детей.

Данная рабочая программа опирается на **принципы** примерной основной общеобразовательной программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности;
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста;

- 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 непрерывной 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;

- строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

Наряду с вышеизложенными принципами, рабочая программа также опирается на **специальные**, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- *Принцип оздоровительной направленности*, согласно которому инструктор по физической культуре несет 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 и 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 способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя *принцип возрастной адекватности физических упражнений*.
- *Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий*,

непрерывности и систематичности чередования я нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

- *Принцип единства с семьей*, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

Организация учебного процесса регламентируется учебным планом, годовым календарным учебным графиком, расписанием занятий, циклограммой деятельности воспитателя с детьми и циклограммой деятельности инструктора по физической культуре.

Учебный план занимает важное место при реализации рабочей программы. Он скорректирован с учетом требования санитарно-эпидемиологических правил и нормативов. Нагрузка на детей не превышает допустимую норму.

Рабочая программа рассчитана на две группы раннего возраста ГБДОУ №10: №2 и №4 и на группу кратковременного пребывания №3.

По действующему СанПиН 2.4.1.3049-13 непрерывная образовательная деятельность (НОД) по физическому развитию детей 2-3 лет организуется 3 раза в неделю: 2 занятия проводятся в спортивном зале в специально организованных условиях, одно занятие на прогулке с воспитателем.

Образовательная нагрузка в соответствии с СанПиНом 2.4.1.3049-13

Возрастная группа	Количество НОД в неделю / время	Количество НОД в год / время
1-я младшая группа	2 / 20 минут	60 /600 минут

Возрастные и индивидуальные особенности развития детей раннего возраста

На третьем году жизни темпы физического развития немного замедляются, за целый год в среднем прибавка в весе составляет 2—2,5 кг, в длине — 7—8 см. Это естественно, так как значительная часть энергии идет на обеспечение двигательной активности, на совершенствование внутренних органов и систем.

Совершенствуется опорно-двигательный аппарат. Идет интенсивное окостенение мягкой костной ткани, хрящей. Скелет ребенка на втором году жизни уже обеспечивает довольно хорошую вертикальную устойчивость всего тела.

Продолжается укрепление мышечно-связочного аппарата. Движения становятся более уверенными, разнообразными. Но физическое утомление все еще наступает быстро, ребенок часто меняет позу, после значительных усилий долго отдыхает.

Преддошкольный возраст отличается быстрым развитием двигательной активности, но контроль за адекватностью движений у детей низкий, что часто ведет

к травмам. Мышечная система в этом возрасте заметно укрепляется, нарастает масса крупных мышц.

К концу третьего года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками. В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование.

На втором году жизни ребенок овладевает сложным двигательным актом - ходьбой, а к концу этого года он уже начинает бегать. На третьем году жизни под влиянием воспитания и обучения усложняются и качественно совершенствуются лазанье, бросание, появляются подготовительные движения к прыжкам. К трем годам ребенок владеет почти всеми основными движениями и, что очень важно, начинает их реализовывать в своей свободной двигательной деятельности.

В раннем возрасте большое внимание уделяется развитию образно-игровых движений (прыгать, как зайчики, клевать зернышки). Для выполнения общеразвивающих упражнений в спортивном зале и уголках физического развития используются погремушки, кубики, флажки, мячи разного диаметра, сухой бассейн.

Основные виды движений включают в себя обучение ползанию и лазанию; разнообразные действия с мячами (бросать, держать, бросать, катать); прыжки, отталкиваясь двумя ногами.

Для детей раннего и младшего возраста важно формировать устойчивое положительное отношение к подвижным играм. Характерными особенностями игры является то, что группа детей не разделяется на команды, простота сюжета, чередование подвижных и спокойных моментов. С детьми этого возраста в основном проводятся игры, в которых одновременно выполняются одинаковые действия для всех детей.

На занятиях по физической культуре учитываются особенности здоровья детей. Некоторым из них рекомендуется ограничение физической нагрузки по состоянию здоровья.

1.2 Целевые ориентиры 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.

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. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

Целевые ориентиры образования в раннем возрасте:

- Ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий.

- Использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении; проявляет навыки опрятности.

- Проявляет отрицательное отношение к грубости, жадности.

- Соблюдает правила элементарной вежливости (самостоятельно или по напоминанию говорит «спасибо», «здравствуйте», «до свидания», «спокойной ночи» (в семье, в группе)); имеет первичные представления об элементарных правилах поведения в детском саду, дома, на улице и старается соблюдать их.

- Владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек. Речь становится полноценным средством общения с другими детьми.

- Стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого. Эмоционально откликается на игру, предложенную взрослым, принимает игровую задачу.

- Проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им. Умеет играть рядом со сверстниками, не мешая им. Проявляет интерес к совместным играм небольшими группами.

- Проявляет интерес к окружающему миру природы, с интересом участвует в сезонных наблюдениях.

- Проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинок, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства.

- С пониманием следит за действиями героев кукольного театра; проявляет желание участвовать в театрализованных и сюжетно-ролевых играх.

- Проявляет интерес к продуктивной деятельности (рисование, лепка, конструирование, аппликация).

- У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.). С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.

К трем годам ребенок преимущественно усваивает следующие **умения и навыки** по образовательной области «Физическое развитие»:

- Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление.
- Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега.
- Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.

- Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке – стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.
- Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м., бросать мяч двумя руками от груди, из – за головы, метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Срок реализации рабочей программы – один учебный год.

2. Содержательный раздел

Образовательная деятельность по физическому развитию реализует основную программу ГБДОУ №10 с учетом примерной основной образовательной программы «От рождения до школы».

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 наносящим 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.).

Особенностью реализации принципов построения воспитательно-образовательной работы с детьми является педагогическое взаимодействие как уникальный вид педагогической деятельности, наполненный социальным смыслом и направлен (родителем и педагогом) на целостное развитие личности. Педагогическое взаимодействие понимается как процесс, происходящий между

педагогом (родителем) и ребенком в ситуации непосредственного педагогического общения, а также в ситуации предвосхищения.

Педагог прогнозирует и проектирует условия, средства и методы, которые являются наиболее эффективными в конкретной ситуации взаимодействия, учитывает время, место, предметно-пространственную среду, эмоциональную атмосферу, обеспечивает активное участие в совместной деятельности, согласовывает действия, оказывает помощь и поддержку, координирует действия.

Организация образовательного процесса строится с учетом закономерностей психологического развития ребенка в возрасте 2-3 лет: неравномерность, скачкообразность развития детей, ярко прослеживающаяся в разные периоды детства.

Полноценное развитие ребенка осуществляется в определенных социальных условиях жизни ребенка, в процессе общения и деятельности; обеспечение личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми, ориентация на общечеловеческие ценности, введение детей в мир культуры, установление сотруднических отношений с семьей для обеспечения полноценного развития ребенка.

Важным условием организации образовательного процесса является объединение усилий со стороны всех участников образовательных отношений. Особую роль играют субъективные факторы (взаимодействия и взаимоотношения между воспитателями и воспитанниками, психологический климат) и объективные (материально-технические, социальные, санитарно-гигиенические и др.).

Воздействие на личность воспитанников осуществляется через формирование ее отношений ко всему окружающему. Оно обеспечивается активностью участников взаимодействия.

В наибольшей степени эффективному физическому развитию способствует интеграция содержания образования в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей. Интеграция содержания образования означает объединение обобщенных понятий, которые являются общими для разных образовательных областей и создание новой целостной системы понятий.

Интеграция образовательных областей обеспечивает достижение необходимого и достаточного уровня развития ребенка для успешного освоения им содержания начального общего образования.

Педагогическая поддержка и сопровождение развития ребенка выступает как один из признаков современной модели образовательного процесса и выражается:

- в педагогически целесообразном применении воспитывающих и обучающих воздействий педагога на детей;

- в организации педагогом игровых, познавательных и проблемных ситуаций, ситуаций общения, обеспечивающих взаимодействие детей между собой;

- в создании атмосферы эмоционального позитива, одобрения и подчеркивания положительных проявлений детей по отношению к сверстнику и взаимодействию с ним.

2.1 Содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическое развитие»

Психолого-педагогическая работа в образовательной области «Физическое развитие» направлена на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, а также гармоничное физическое развитие. При этом учитываются возрастные и индивидуальные особенности детей.

Физическая культура является частью общечеловеческой культуры и рассматривается как основа формирования здорового образа жизни ребенка.

В результате происходит созревание и совершенствование жизненно важных физиологических систем организма дошкольника, повышаются его адаптивные возможности и устойчивость к внешним воздействиям, приобретаются необходимые двигательные умения и навыки, физические качества, формируется личность в целом.

Процесс формирования физической культуры важен в период от двух до трех лет, так как этот период характеризуется активной познавательной деятельностью, интенсивным развитием интеллектуальной, эмоциональной, сферы, ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза – смотреть, уши – слышать, нос – нюхать, язык – пробовать на вкус, руки – хватать, держать, трогать; ноги – стоять, бегать, ходить; голова – думать, запоминать.

Физическая культура:

- Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.
- Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными свободными движениями рук и ног.
- Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.
- Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, кидать, бросать).
- Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры:

- Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.
- Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание).
- Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята и т.п.).

Связь с другими образовательными областями

Специфика модели интеграции состоит в том, при что решении основных психолого-педагогических задач области «Физическое развитие» необходимо учитывать другие основные образовательные области. Далее представлены примеры интеграции области «Физическое развитие» с основными областями.

Образовательная область	Интеграция
Социально-коммуникативное развитие	<ul style="list-style-type: none"> - Формирование основ безопасности в процессе выполнения физических упражнений, подвижных игр, совместной деятельности педагога и детей; навыков здорового образа жизни, потребности в движении. - Формирование гендерной принадлежности, развитие партнерских взаимоотношений в процессе двигательной деятельности, приобщение к ценностям физической культуры. - Формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности. - Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение. - Накопление опыта двигательной активности, овладение навыками ухода за физкультурным инвентарем и спортивной одеждой. - Воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование бережного отношения к личным вещам. - Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх.
Познавательное	- Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта.

развитие	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. - Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья. - Формировать начальные представления о некоторых видах спорта. - Формировать представление о здоровом образе жизни.
Художественно-эстетическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> - Развитие музыкально – ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств. - Использование музыкально-ритмической деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов, моторики в творческой форме. - Использование продуктивной деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов, моторики в творческой форме. - Использование музыкальных произведений в качестве музыкального сопровождения.
Речевое развитие	<ul style="list-style-type: none"> - Использование художественных произведений, с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме. - Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх. - Использование всех компонентов устной речи во время утренней гимнастики, досуговой деятельности, спортивных праздниках, включая в их содержание фольклорный и литературный материал.

2.2 Примерное комплексно-тематическое планирование для первой младшей группы

Согласно комплексно-тематическому планированию для первой младшей группы, одной теме уделяется от двух до четырех недель. Тема отражается в подборе материалов, находящихся в спортивном зале и уголках физического развития на первых младших группах №2 и №4.

Выделение основной темы периода не означает, что абсолютно вся физическая деятельность детей посвящена этой теме. Цель введения основной темы периода — интегрировать образовательную деятельность и избежать неоправданного дробления детской деятельности по образовательным областям.

Тема, сроки	Содержание работы	Итоговое мероприятие
<i>Детский сад</i> (4-я неделя августа — 1-я неделя сентября)	Адаптировать детей к условиям детского сада. Знакомство детей с инструктором по физической культуре. Познакомить с физкультурным залом, спортивным инвентарем. Способствовать формированию положительных эмоций к двигательной активности.	
<i>Осень</i> (2-я–4-я недели сентября)	Формировать элементарные представления об осени (сезонные изменения в природе, одежде людей, на участке детского сада) посредством проведения подвижных игр. Учить ходить стайкой. Знакомить с особенностями поведения лесных зверей и птиц осенью посредством выполнения общеразвивающих образно-имитац. упражнений.	Подвижная игра «Солнышко и дождик»
<i>Я в мире человек</i> (1-я–2-я недели октября)	Формировать представления о себе как о человеке; об основных частях тела человека, их назначении посредством упражнений. Формировать навык называть инструктора по физической культуре по имени и отчеству. Формировать начальные представления о здоровом образе жизни.	Игра «Кто у нас хороший?»
<i>Мой дом</i> (3-я неделя октября — 2-я неделя ноября)	Учить ходить в колонне друг за другом, враспынную. Формировать навыки прыжков на месте. Побуждать к участию в подвижных играх.	Консультация для родителей: “Роль родителей в воспитании здорового ребенка”
<i>Новогодний праздник</i> (3-я неделя ноября — 4-я неделя декабря)	Организовывать игровую деятельность вокруг темы Нового года и новогоднего праздника. Обучать навыкам метания в горизонтальную цель, прыжкам. Способствовать формированию	Подвижные игры «Снежки», «Зайка беленький сидит».

	<p>правильной осанки. Вызывать положительный эмоциональный настрой.</p>	
<p><i>Зима</i> (1-я–4-я недели января)</p>	<p>Формировать элементарные представления о зиме. Расширять знания о домашних животных и птицах в играх («Птички летают») Знакомить с некоторыми особенностями поведения лесных зверей и птиц зимой («Встречи животных в лесу» - имитация их движений: заяц, волк, медведь, лиса)</p>	<p>Подвижные игры «По сугробам», «Снежки»</p>
<p><i>Мамин день</i> (1-я неделя февраля — 1-я неделя марта)</p>	<p>Организовывать игровую деятельность вокруг семьи, любви к маме, бабушке.</p>	<p>Подвижные игры «По тропинке к бабушке», «Найди предмет для мамы»</p>
<p><i>Народная игрушка</i> (2-я–4-я недели марта)</p>	<p>Знакомить с народным творчеством на примере народных игрушек. Использовать фольклор при организации всех игровой деятельности. В игровой форме закреплять прыжки с продвижением вперед и метании мелких предметов.</p>	<p>Игры-забавы.</p>
<p><i>Весна</i> (1-я–4-я недели апреля)</p>	<p>Формировать элементарные представления о весне, используя подвижные игры. Расширять знания о домашних животных и птицах. Развивать двигательную активность: ловкость, выносливость; закреплять умение свободно двигаться по залу.</p>	<p>Консультация для родителей: «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой»</p>
<p><i>Лето</i> (1-я–4-я недели мая)</p>	<p>Формировать элементарные представления о лете. Расширять знания о домашних животных и птицах, об овощах, фруктах, ягодах. Развивать ловкость в ходьбе с преодолением препятствий, быстроту в смене действий через игровые упражнения и задания. Способствовать закаливанию детского организма.</p>	<p>Игры-забавы.</p>

Летняя оздоровительная кампания

Июнь	Июль	Август
<p>Вводная часть: Ходьба - по кругу меняя направление по сигналу - с выполнением заданий - Высоко поднимая колени Бег – по кругу меняя темп по сигналу - с различным положением рук</p>	<p>Вводная часть: Ходьба – на пяточках, носочках - “муравьиным” шагом - с перешагиванием через препятствия - парами друг за другом Бег - на выносливость - с использованием ориентиров</p>	<p>Вводная часть: Ходьба - спиной вперед - переступая через предметы - сочетая с поворотом - с прыжком через «лужу» Бег – по дорожке ограниченной площади - подскоки</p>
<p>Подвижная игра (одна игра – 2 занятия подряд): - «Птички летают» - «Зайцы и волк» - «Лошадки» - «Гуси-Лебеди»</p>	<p>Подвижная игра (одна игра – 2 занятия подряд): - «Мяч через сетку» - «Цветные автомобили» - «Прятки» - «Солнышко и дождик»</p>	<p>Подвижная игра (одна игра – 2 занятия подряд): - «Лохматый пес» - «Такси» - «Игра с косынками» - «Кот и мыши»</p>
<p>Заключительная часть: Ходьба - в рассыпную - за названным ребенком - в заданном направлении Малоподвижная игра: - «Ласковые слова» - «Пройди тихо» - «Каравай»</p>	<p>Заключительная часть: Ходьба – имитационная - в глубоком приседе - с закрытыми глазами Малоподвижная игра: - «Найди свой домик» - «Курочка-хохлатка» - «Пузырь»</p>	<p>Заключительная часть: Ходьба – простая, взмахи руками - к ориентиру и присесть - с остановкой, вдох-выдох Малоподвижная игра: - «Повадки животного» - «Чей голос» - «Кто это?»</p>

Цели и задачи основных видов движений:

Ходьба и бег.

- Развивать чувство ритма и темпа, слаженности движений во время ходьбы и бега.
- Учить детей ходить и бегать свободно не шаркая ногами, не опуская головы.
- Приучать действовать совместно.

При освоении ходьбы и бега происходит:

- укрепление мышц туловища, спины и живота
- тренировка мелких мышц стопы
- формирование правильной осанки
- развитие координации движений рук и ног
- развитие ловкости, быстроты, выносливости.

Прыжки.

- Учить прыгать легко, на носочках, взмахивать руками, сохранять определенное положение корпуса и головы, мягко приземляться.

При прыжках происходит:

- укрепление костно-мышечного и опорно-двигательного аппарата ног, туловища
- тренировка глазомера
- тренировка координации движений
- развитие ритмичности, быстроты, ловкости, выносливости, силы.

Ползание и лазанье.

- Учить детей свободно подлезать под препятствие, не касаясь ее, лазать по гимнастической лестнице свободным шагом.

При ползании и лазанье происходит:

- развитие гибкости позвоночника
- укрепление крупных групп мышц туловища, плечевого пояса, конечностей.

Метание, катание, бросание и ловля мяча.

- Упражнять в метании на дальность и в цель, удовлетворять потребность в катании, бросании, перекидыванию, добиваться результатов в ловле мяча.

При метании, катании, бросании и ловле мяча происходит:

- укрепление мышц плечевого пояса, туловища, мелких мышц верхних конечностей
- развитие глазомера, меткости
- развитие координации движений
- развитие ловкости, ритмичности и точности движений.

Равновесие.

- Упражнять в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Упражняясь в равновесии развивается:

- чувство равновесия
- вестибулярный аппарат,
- собранность, внимание, координация движения, ориентировка, смелость.

Построения и перестроения.

- Учить свободному построению, построению в круг, в колонну и шеренгу по зрительным ориентирам.

Психофизические качества.

- Развивать психофизические качества.
- Воспитывать самостоятельность, смелость при выполнении физических упражнений и в подвижных играх.

Перечень основных движений, упражнений и подвижных игр

Построение

- Свободное построение
- В круг по зрительным ориентирам
- В колонну по зрительным ориентирам
- Шеренгу по зрительным ориентирам
- Парами

Ходьба

- Стайкой за воспитателем в заданном направлении
- По кругу, взявшись за руки
- Парами, взявшись за руки
- В разных направлениях
- По дорожке шириной 20 см.
- Между предметами
- В колонне друг за другом не большими группами и всей группой
- Приставным шагом в сторону

Бег

- Стайкой на расстояние до 10 м
- В разных направлениях небольшими группами и всей группой
- За предметом или с ним
- В колонне не большими группами и всей группой
- По кругу
- Между двумя линиями
- В медленном темпе 30-40 с

Прыжки

- Ритмические приседания и выпрямления
- Подпрыгивание на двух ногах
- Вверх
- На двух ногах, пытаясь продвигаться вперед
- В длину с места
- В глубину

Катание мяча

- Мяча с горки или ската и бег за ним
- Мяча воспитателю двумя руками в положении сидя и стоя
- Мяча друг другу с расстояния 1-1,5 м.

Бросание мяча

- Двумя руками снизу вперед и вверх
- От груди двумя руками вперед
- Воспитателю
- Большого мяча двумя руками через веревку
- Маленького мяча одной рукой (правой и левой) через веревку, натянутую на уровне поднятой руки ребенка с расстояния 1-1,5 м.

Ловля мяча

- От воспитателя с расстояния до 1 м.

Метание мяча

- Большого мяча двумя руками снизу в горизонтальную цель
- Маленького мяча или мешочка с песком правой и левой рукой в горизонтальную цель (корзину, ящик) с расстояния 100-125 см.
- Мячей или мешочков с песком вдаль правой и левой рукой
- Маленького мяча с расстояния до 1 м. в вертикальную цель, находящуюся на уровне глаз ребенка.

Ползание и лазание

- На четвереньках в разных направлениях
- На четвереньках к предмету (расстояние 3-4 м.)
- По дорожке между двух линий
- Под веревку, дугу высотой 30-40 см.
- Через бревно, лежащее на полу
- По стремянке произвольно
- Попытки влезания на вертикальную лестницу и спзания с нее любым удобным способом.

Равновесие

- Ходьба по прямой дорожке, ограниченной линиями (ширина 25-20 см., длина 2-2,5 м.)
- Ходьба по доске, положенной на землю
- Ходьба по наклонной доске шириной 25 см. (один конец приподнят на 15-20 см.)
- Влезание на гимнастическую скамейку (высота 25 см.) и спзание с него
- Перешагивание через препятствия
- Ходьба по дощечкам, положенным на расстоянии 10 см. одна от другой
- Перешагивание с ящика на ящик (стороны размером 50 х 50 см., высота 15 см.)
- Перешагивание из обруча в обруч
- Ходьба по гимнастической скамейке
- Ходьба на четвереньках по доске, положенной на пол
- Последовательное перешагивание через различные предметы, положенные на расстоянии 20 см. один от другого

- Медленное кружение на месте

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса

- Поднимать руки вперед, вверх, в стороны;
- скрещивать их перед грудью и разводить в стороны.
- Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их.
- Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед-назад, вниз-вверх.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника

- Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему).
- Наклоняться вперед и в стороны.
- Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу.
- Поднимать и опускать ноги, лежа на спине.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног

- Ходить на месте.
- Сгибать левую (правую) ноги в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя.
- Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку.
- Шевелить пальцами ног (сидя).

Подвижные игры

- Бегите ко мне
- Мышка и слон
- Пузырь
- Птички и кот
- Самолеты
- Солнышко и дождик
- Курочка-хохлатка
- Птички в гнездышке
- Поезд
- Прокати большой мяч
- У медведя во бору
- Воробышки и автомобиль
- Мой веселый звонкий мяч
- Найди свой домик
- Трамвай
- Лягушата
- С кочки на кочку
- Найди свой цвет
- Сова и мышки
- По ровненькой дорожке

- Мышки в кладовой
- Каравай
- Черный кот
- Сигналы светофора
- Спрячь игрушку и найди.

2.3 Взаимодействие с педагогами ДОУ

Взаимодействие инструктора по физической культуре с воспитателями

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью, чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого.

Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей.

Инструктор по физической культуре дает консультации воспитателям для проведения подвижных игр на улице, закрепления отдельных видов движений.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

1. Физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей);
2. Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем;
3. Предупреждение негативных влияний интенсивной физической нагрузки.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя

Взаимодействие происходит при организации совместных досугов, музыкальных и спортивных праздников, просветительской деятельности. Музыкальные руководители и инструктор по физической культуре предоставляют друг другу консультации в области своей профессиональной компетентности.

2.4 Система физкультурно-оздоровительной работы

Физкультурно-оздоровительная работа с детьми проводится с использованием принципов здоровьесберегающей педагогики и здоровьесберегающих образовательных технологий. Это означает, что действия педагогического коллектива направлены на формирование такой образовательной системы, которая основывается:

- на разумном приоритете ценностей здоровья и здорового образа жизни при организации воспитательно-образовательной работы с воспитанниками и их семьями;
- создании саморазвивающей среды со здоровьесберегающими функциями
- формировании единого здоровьесберегающего пространства семьи и детского сада.

Специфической целью ДОУ, связанной с реализацией принципов здоровьесберегающей педагогики выступает «обеспечение условий для охраны психофизического здоровья и всестороннего развития ребенка».

Задачи:

- заботиться о психофизическом здоровье детей, закаливать организм;
- формировать представления о здоровом образе жизни, двигательные умения и навыки, личностные качества;
- развивать интересы и потребности, создавать условия для успешности детей в любом виде деятельности, в том числе двигательной, в соответствии с их образовательной траекторией;
- создавать условия для налаживания взаимоотношений детей и взрослых, формировать благоприятный психологический климат в группе;
- для формирования адаптации и мотивации к обучению в детском саду, обеспечивать физическую и психическую готовность к общению и обучению в школе.

При проведении физкультурных занятий активно используются разные способы организации двигательной активности детей, интеграция речевых и физических упражнений. В занятия включены элементы психогимнастики и изучение способов безопасной жизнедеятельности. Особое внимание в процессе организации самостоятельной и досуговой деятельности отводится использованию здоровьесберегающих технологий.

Следует поощрять участие детей в совместных подвижных играх и физических упражнениях на прогулке. Развивать инициативу детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений, поощрять самостоятельное использование детьми имеющегося физкультурного и спортивно-игрового оборудования.

2.5 Форма календарного планирования для первой младшей группы

Дата	Группа	Тема	Построение и перестроение	Ходьба и бег	ОРУ	ОВД	Подвижные игры

2.6 Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников - консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье. Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОО напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Задачи инструктора по физической культуре:

- Разъяснять родителям (на информационном стенде, на сайте ДОО, 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.

План взаимодействия с родителями воспитанников

Месяц	Содержание
Сентябрь	Выступление на родительских собраниях: «Задачи и содержание воспитательно-образовательной работы по физическому воспитанию».
Октябрь	Индивидуальные консультации «Двигательная активность в домашних условиях»
Ноябрь	Индивидуальные консультации «Роль семьи в воспитании здорового ребенка»
Декабрь	Индивидуальные консультации.
Январь	Ширма: «Зимние игры и забавы»
Февраль	Консультация для родителей на тему: «Закаливание рук. Игры с водой»
Март	Индивидуальные и групповые консультации.
Апрель	Наглядная информация для родителей: «Принципы рационального питания».
Май	Итоги мониторинга детей по физической подготовленности во всех группах в индивидуальном плане.

Темы консультаций для родителей воспитанников

1. Здоровый образ жизни в семье.
2. Веселая зарядка.
3. Азбука здоровья.
4. Профилактика плоскостопия.
5. Формирование навыков правильной осанки.
6. Роль семьи в воспитании здорового ребенка.
7. Значение развития мелкой моторики.
8. Дыхательная гимнастика.
9. Что такое самомассаж?
10. Как приучить ребенка к физической культуре.
11. Закаливание рук. Игры с водой

3. Организационный раздел

Программа реализуется через физкультурные занятия и физкультурно-оздоровительную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов.

3.1 Учебный план

Режим работы ДОО пятидневный с 12-часовым пребыванием детей (с 7.00 до 19.00). Режим питания четырехразовый.

Особое внимание уделяется:

- соблюдению баланса между разными видами активности детей (умственной, физической и др.), виды активности целесообразно чередуются;
- организации гибкого режима посещения детьми обычных групп и групп кратковременного пребывания (с учетом потребностей родителей, для детей в адаптационном периоде и пр.);
- проведению гигиенических мероприятий по профилактике утомления отдельных детей с учетом холодного и теплого времени года, изменения биоритмов детей в течение недели, активности в течение суток.

Образовательная нагрузка в соответствии с СанПиНом 2.4.1.3049-13 в первый младших группах №2, №4 составляет 2 НОД в неделю/ 20 минут. 60 НОД в год/ 600 минут.

Продолжительность занятия по физической культуре в первой младшей группе - до 10 мин.

Из них:

(разминка) - 1 мин.

Основная часть (обще развивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра): 8 мин.

Заключительная часть (игра малой подвижности): 1 мин.

3.2 Расписание физкультурных занятий

Физкультурные занятия проводятся, исходя из примерного режима дня ДОО. При этом учитываются требования СанПин. Расписание физкультурных занятий на 2017-2018 учебный год было утверждено на совете педагогов ГБДОУ №10.

РАСПИСАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ НА 2017-2018 УЧЕБНЫЙ ГОД

	<i>Понедельник</i>	<i>Вторник</i>	<i>Среда</i>	<i>Четверг</i>	<i>Пятница</i>
		<u>Зарядка (Ахметшина)</u> 8.00-8.10 - 2-я мл. №1,5,6 8.10-8.20 - Ср. гр. №10,11,12 8.20-8.30 - Ст. гр. №8,9, подг. гр. №7	<u>Зарядка (Анисимова)</u> 8.00-8.10 - 2-я мл. №1,5,6 8.10-8.20 - Ср. гр. №10,11,12 8.20-8.30 - Ст. гр. №8,9, подг. гр. №7	<u>Зарядка (Удовенко)</u> 8.00-8.10 - 2-я мл. №1,5,6 8.10-8.20 - Ср. гр. №10,11,12 8.20-8.30 - Ст. гр. №8,9, подг. гр. №7	
<i>Утро</i>	9.30-9.40 1-я мл. № 3	9.00-9.20 Ср. гр. № 10	9.00-9.25 Ст. гр. № 8	9.00-9.20 Ср. гр. № 12	9.00-9.15 2-я мл. № 5
	9.45-9.55 1-я мл. № 2	9.30-9.50 Ср. гр. № 12	9.30-9.40 1-я мл. № 4	9.25-9.45 Ср. гр. № 11	9.25-9.40 2-я мл. № 1
	10.10-10.35 Ст. гр. № 9	10.10-10.30 Ср. гр. № 11	9.45-9.55 1-я мл. № 2	9.50-10.00 1-я мл. № 3	9.45-10.00 2-я мл. № 6
		11.00-11.30 Подг. гр. № 7 (улица)	10.10-10.35 Ст. гр. № 9	10.10-10.30 Ср. гр. № 10	10.10-10.40 Подг. гр. № 7
				11.00-11.25 Ст. гр. № 8 (улица)	11.00-11.25 Ст. гр. № 9 (улица)
<i>Вечер</i>	15.15-15.40 Ст. гр. № 8		15.20-15.35 2-я мл. № 1		
	15.45-15.55 1-я мл. № 4		15.45-16.00 2-я мл. № 6		
	16.00-16.30 Подг. гр. № 7		16.05-16.20 2-я мл. № 5		

3.3 Методическое обеспечение образовательного процесса

1. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. — М.: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014.
2. Авдеева Н.Е. Основы безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста. Н.Е. Авдеева, О.Л. Князева, Р.Б. Стеркина. - М., 2005.
3. Береснева З.И. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ. - М.: ТЦ Сфера, 2004..
4. Вавилова Е. Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет. сада. - М.: Просвещение, 1983.
5. Власенко Н.Э.. 300 подвижных игр для дошкольников. Москва «АЙРИС-пресс», 2011год.
6. Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Пособие для педагогов дошко. Учреждений. – М.: ВЛАДОС, 2000.
7. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. – М., 2005.
8. Желобкович Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду. 2-я младшая группа. – Москва: «Скрипторий 2003», 2009.
9. Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья. – М.: ТЦ Сфера, 2009.
10. Козырева О. В. Лечебная физкультура для дошкольников. - М.: Просвещение , 2006.
11. Лайзане С.Я. Физическая культура для малышей: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1978.
12. Лескова Г.П.. Общеразвивающие упражнения в детском саду. – Москва: Просвещение, 1990.
13. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. - М. : Просвещение, 1986.
14. Останко Л.В. Развивающая гимнастика для дошкольников. – СПб.: «Литера», 2006.
15. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3 – 7 лет). – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2003.
16. Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа». - М: Мозаика-Синтез, 2014г.
17. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет. – Москва.: «МОЗАИКА-СИНТЕЗ», 2013год.
18. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет.- М.: Издательство ГНОМ и Д, 2005.

19. Фролов В.Г., Юрко Г.Л. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста: Пособие для воспитателя дет. сада. - М.: Просвещение, 1986.

20. Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 3 – 5 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2009.

3.4 Материально-техническое обеспечение

В ГБДОУ №10 оборудован зал для физкультурных занятий, оснащенный различным оборудованием и тренажерами. Все это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий. Стандартное и нестандартное оборудование используется для проведения игр, общеразвивающих упражнений для развития основных видов движений, обогащает двигательный опыт детей. В зале проходят физкультурные занятия, проводятся досуговые мероприятия.

В каждой возрастной группе оборудованы спортивные уголки, где дошкольники занимаются самостоятельно и под наблюдением педагогов. В доступном месте расположены предметы для игр: игрушки, мелкий спортивный инвентарь для метания, прыжков, лазанья, ловли и бросания и др.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей.

Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

Для физкультурных занятий оборудован спортивный зал, оснащенный спортивным инвентарем:

1. Шведская стенка – 2шт.
2. Гимнастическая скамейка – 4шт.,
3. Мат гимнастический – 1шт.
4. Палки гимнастические - 8шт.
5. Дуги для подлезания: большие – 1шт, малые – 1шт.
6. Тактильная дорожка с соединительными элементами – 12шт.
7. Обручи: большого диаметра – 6шт., среднего – 4шт., малого – 4шт.
8. Мячи резиновые:
Большого диаметра – 14шт.
Малого диаметра – 14шт;
Мячи волейбольные – 6шт.
Мячи футбольные—4 шт.
9. Комплект мячей-массажеров – 5мячей различного диаметра.

10. Канат – 1 шт.
11. Щиты для метания – 2 шт.
12. Сухой бассейн – 1 шт.
13. Мягкие модули – 25 шт.
14. Скамья наклонная с ребристой поверхностью – 1 шт.
15. Скакалки—12 шт,
16. Бадминтон – 5 комплектов.
17. Ленточки – 15 шт.
18. Кегли – 30 шт.
19. Флажки – 15 шт.
20. Гантели – 15 шт.
21. Кубики – 30 шт.
22. Тренажерно-информационный комплекс ТИСА – 1 шт.