|  |  |
| --- | --- |
| **ПРИНЯТО:**Педагогический советПротокол № 1От «25» августа 2022 г. | **УТВЕРЖДАЮ:**Заведующий МБ ДОУ №4\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.А.ПотийПриказ № 267 от 26.08.2022 |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по физической культуре**

**группы компенсирующей направленности**

**для детей с ТНР старше 3 лет «Всезнайки»**

**на 2022-2023 учебный год**

**Разработала:**

**Лозовая С.М. – инструктор по физической культуре**

**первой квалификационной категории.**

**г. Батайск**

**2022 год**

Содержание

|  |  |
| --- | --- |
| **Целевой раздел**  |  |
| Пояснительная записка |  |
| Цели и задачи программы |  |
| Возрастные особенности физического развития детей от 5 до 6 лет |  |
| **Содержательный раздел** |  |
| Описание образовательной деятельности в направлении «Физическое развитие» |  |
| Перспективно-тематическое планирование непосредственной образовательной деятельности по физическому воспитанию и развитию детей группы общеразвивающей направленности для детей старше 3 лет «Всезнайки» (старшая) |  |
| Способы и направления поддержки детской инициативы |  |
| **Организационный раздел** |  |
| Описание условий реализации Программы |  |
| Литература |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Целевой раздел**

**Пояснительная записка**

Рабочая программа инструктора по физической культуре для детей группы общеразвивающей направленности для детей старше 3 лет «Всезнайки» (старшая) муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад общеразвивающего вида №4 г. Батайска разработана на основе основной образовательной программы МБ ДОУ №4 и с учетом примерной общеобразовательной программы дошкольного образования "От рождения до школы", авторы Веракса Н.Е, Комарова Т.С., Васильева М.А. Программа составлена в соответствии с основными требованиями ФГОС ДО

Нормативно-правовой базой, на которой основана разработка рабочей программы, являются следующие документы:

- Федеральный закон «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);

- Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ». / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой, в соответствии с Федеральными государственными требованиями к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования для детей младшего дошкольного возраста,

-Основная образовательная программа МДОБУ № 4;

-Закон Российской Федерации «Об образовании» (вступил в силу с 1.09.2013г.);

- приказ Министерства образования и науки РФ от августа 2013 г. № 1014 г. Москва «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования»;

 -Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». Данные правила продолжают действовать в 2022 году в соответствии с [постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28.](http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202012210122)

 -Конвенция ООН о правах ребенка, 1989.

 -Устав МДОБУ.

 **Цели и задачи программы**

Цель: сохранение и укрепление здоровья воспитанников, развитие физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Для достижения цели необходимо решить следующие задачи:

Создавать благоприятные условия для охраны и укрепления здоровья детей;

Формировать у воспитанников потребность в здоровом образе жизни, в двигательной активности и физическом совершенствовании;

Развивать физические качества детей (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)

Программа предназначена для детей от 5-6 лет и рассчитана на 36 недель, что соответствует комплексно-тематическому планированию по примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ».

**Возрастные особенности физического развития детей от 5 до 6 лет**

Значимые характеристики особенностей развития детей соответствуют программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. - 3-е изд., испр. И доп.- М: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, от 5 до 6 лет

Физические возможности ребенка 5-6 лет значительно возрастают: улучшается координация, движения становятся все более уверенными. При этом сохраняется постоянная необходимость движения. Активно развивается моторика, в целом средний дошкольник становится более ловким и быстрым по сравнению с младшими. Нужно отметить, что возрастные особенности детей 5-6 лет таковы, что физическую нагрузку нужно дозировать, чтобы она не была чрезмерной. Это связано с тем, что мышцы в данный период растут хоть и быстро, но неравномерно, поэтому ребенок быстро устает. Следовательно, малышам необходимо давать время для отдыха. Что касается темпов физического развития, то с 4 до 6 лет они существенно не меняются. В среднем ребенок подрастает за год на 5–7 см и набирает 1,5–2 кг веса. Происходят рост и развитие всех органов и систем детского организма.

Физическое развитие включает приобретения опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующие правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторике обеих рук, а так же с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, 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).

К концу года дети 6 лет могут:

* Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье);
* Прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см, мягко приземляться; прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега – 180 см, в высоту с разбега – не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.
* Перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4 – 5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5 – 12 м, метать предметы в движущуюся цель; владеть школой мяча.
* Перестраиваться в 3 – 4 колонны, в 2 – 3 круга на ходу, в две шеренге после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения.
* Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
* Сохранять правильную осанку.
* Ходить на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, подниматься на горку и спускаться с нее, тормозить при спуске.
* Активно участвовать в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, футбол, хоккей, настольный теннис).
* Проявлять дисциплинировать, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.

Задачи в рамках реализации данной программы для детей 5-6 лет

***Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:***

- Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.

-Дать представление о роли и значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.

-Расширять представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека, пользе и видах закаливающих процедур, роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

* ***Развитие физических качеств:***

- Содействовать в обучении спрыгиванию на мягкое покрытие (высота 20 см), спрыгивать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.

-Содействовать в обучении лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.

-Мотивировать на обучение метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).

***Накопление и обогащение двигательного опыта***

(овладение основными движениям)

 -Способствовать развитию умения ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

-Привлекать к выполнению упражнений на статическое и динамическое равновесие.

-Содействовать в обучении перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

-Содействовать в обучении кататься на самокате.

-Привлекать к участию в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

* ***Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:***

- Привлекать к участию в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

-Содействовать самостоятельной организации знакомых подвижных игр, поощрять придумывание собственных игр.

-Поддерживать проявление интереса к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

-Поощрять проявление интереса к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол).

**Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками данной программы.**

Целевые ориентиры программы базируются на примерной программе «От рождения до школы», ФГОС ДО и целях и задачах, обозначенных в пояснительной записке к программе. В программе, согласно ФГОС ДО, целевые ориентиры даются для детей на этапе завершения дошкольного образования.

**Содержательный раздел**

 **Описание образовательной деятельности в направлении «Физическое развитие».**

Организованная образовательная деятельность: игры дидактические с элементами движения, подвижные, музыкальные, хороводные, театрализованные, игры на прогулке, подвижные игры имитационного характера;

физкультурные занятия игровые, сюжетные, тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развит речи, математики, конструирования), контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера, физкультминутки; игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок; сюжетные физкультурные занятия на тeмы прочитанных сказок, потешек; ритмическая гимнастика, игры и упраж­нения под музыку, игровые беседы с элементами движений.

Мероприятия групповые, межгрупповые и общесадовские туристические прогулки; физкультурные досуги (проводятся 1-2 раза в месяц); спортивные праздники (проводятся 2-3 раза в год); соревнования; дни здоровья; тематические досуги; праздники; театрализованные представления; смотры и конкурсы; экскурсии.

Образовательная деятельность при проведении режимных моментов по физическому развитию: комплексы закаливающих процедур (оздоро­вительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым при­емом пищи, полоскание рта и горла после еды. воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна, контрастные ножные ванны), утренняя гимнастика, упражнения и подвижные игры во второй половине дня

**Перспективно-тематическое планирование непосредственной образовательной деятельности по физическому воспитанию и развитию детей группы общеразвивающей направленности для детей старше 3 лет «Всезнайки» (старшая)**

|  |  |
| --- | --- |
| Месяц | Занятие |
| Сентябрь | Занятие 1. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, катание мяча (шарика) друг другу, ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м),Занятие 2. Прыжки на двух ногах на месте, построение в колонну по одному, перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смы­кание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием,Занятие 3. Ритмическая гимнастика. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку. Занятие 4 Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одно­временно, поочередно) Ходьба. Бег. Подвижные игры. |
| Октябрь  | Занятие 1. Ходьба в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях, бег в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), Метание на дальность правой и левой рукой.Занятие 2.Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, подлезание под препятствие (высота 50 см), Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (рас­стояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов. Построение в колонну по одному, Занятие 3. Ритмическая гимнастика. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку. Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой.Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Приседать, держась за опору и без нее; Занятие 4. Спортивные упражнения, подвижные игры, разучивание игры волейбол. |
| Ноябрь | Занятие 1. Ходьба обычная, с выполнени­ем заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Бег обычный, бег с выполнением заданий (останавливаться, убе­гать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место). Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и ле­вой рукой (расстояние 1-1,5 м). Разучивание игры волейбол.Занятие 2. Пролезание в обруч; прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (рас­стояние 2-3 м), через линию, шнур, построение в колонну по одному, перестроение в колонну по два, закрепление навыков игры в волейбол.Занятие 3. Общеразвивающие упражнения*.* Хлопать в ладоши перед собой и отво­дить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.Занятие 4. Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Ходьба обычная, бег обычный. Игра в волейбол. |
| Декабрь | Занятие 1. Ходьба обычная, по доске, гимнастической ска­мейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой; бег обычный, бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и ле­вой рукой (расстояние 1-1,5 м). Занятие 2. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через брев­но. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).Занятие 3. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (рас­стояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см);Занятие 4. Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два. Ритмическая гимнастика.  |
| Январь  | Занятие 1. Ходьба обычная, ходьба по реб­ристой доске, с перешагиванием через предметы, по лестнице, поло­женной на пол, медленное кружение в обе стороны, бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, Занятие 2. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см.) Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).Занятие 3. Прыжки на двух ногах на месте, в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см. Построение в колонну по одному, перестроение в колонну по два, врассыпную; повороты на месте направо, налево переступанием, из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Занятие 4. Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захваты­вать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни. |
| Февраль  | Занятие 1.Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м). Прыжки на двух ногах на месте, в длину с места на расстояние не менее 40см. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.Занятие 2. Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Занятие 3. Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захваты­вать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.Занятие 4. Плавание и элементы аквааэробики. Входить и погружаться в воду, бегать, играть в воде; водить хороводы.  |
| Март  | Занятие 1. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, бег обычный, с одного края площадки на другой, катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).Занятие 2. Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд). Разучивание игры «Баскетбол»Занятие 3. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (рас­стояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыж­ки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; закрепление навыков игры «Баскетбол»Занятие 4.Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смы­кание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием, закрепление навыков игры «Баскетбол» |
| Апрель  | Занятие 1.Ходьба в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную, бег с выполнением заданий . ЭстафетыЗанятие 2. Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонталь­ную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и ле­вой рукой (расстояние 1-1,5 м). Занятие 3. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через брев­но. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).Занятие 4. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (рас­стояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыж­ки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка;  |
| Май  | Занятие 1.Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами). Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному. Игра в волейбол.Занятие 2. Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, под­тянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Игра в баскетбол.Занятие 3. Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Катание на самокатах.Занятие 4. Общесадовская спартакиада |

 **Способы и направления поддержки детской инициативы**

Чтобы дети верили в себя, развивались и экспериментировали, взрослые – и педагоги, и родители, должны подкреплять детскую инициативу, даже когда она сопровождается ошибками, поскольку, развитие - это всегда что-то новое, а новое всегда сопровождается и ошибками в том числе.

Способы поддержки инициативы детей:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;

- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;

 Направления поддержки детской инициативы:

- творческая инициатива – предполагает включенность ребенка в игру как основную творческую деятельность, где развиваются воображение, образное мышление;

- инициатива как целеполагание и волевое усилие – предполагает включенность ребенка в разные виды продуктивной деятельности;

- коммуникативная инициатива – предполагает включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи;

- познавательная инициатива – предполагает любознательность, включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения.

**Оценка индивидуального развития детей**

При реализации Программы проводится оценка индивидуального развития детей 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). Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются исключительно для решения следующих задач:

- Индивидуализация образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

- Оптимизация работы с группой.

**Организационный раздел**

**Описание условий реализации Программы**

Одежда дошкольников во время проведения занятий должна быть удобной, легкой и чистой (не из синтетики). На открытом воздухе заниматься детям лучше в костюме, обувь должна быть на резиновой подошве, в помещении форма иная - спортивные шорты, майка, спортивная обувь

В ДОУ имеется спортивно-музыкальный зал, спортивная площадка и стационарный крытый бассейн с подогревом они предназначены для проведения занятий и индивидуальной работы, праздников, развлечений, для проведения утренней гимнастики, физкультурных досугов, соревнований.

Оборудование для физкультурных занятий: разнообразный спортивный инвентарь и спортивные атрибуты для физического развития детей. В учреждении имеются следующие технические средства обучения и воспитания: музыкальный центр, телевизор, интерактивная доска, к использованию которых предъявляется ряд требований, а именно, необходимо избегать длительного применения ТСО в целях предотвращения утомления детей и рационально сочетать их с другими средствами обучения.

**Работа с родителями**

Физическое воспитание детей в семье требует от родителей опре­деленных знаний, опыта, терпения и непосредственного участия. Родители должны: периодически проводить беседы со своими деть­ми на темы здорового образа жизни; приобщать их к системати­ческим занятиям физическими упражнениями и спортом; участво­вать в совместных с детьми занятиях оздоровительной физичес­кой культурой; следить за состоянием физического развития, осан­кой, здоровьем детей

ДОУ оказывает помощь родителям в приобретении знаний о физическом воспитании ребенка. Для этого организуются уголки для родителей, проводятся открытые занятия, беседы, консультации, рекомендуется список специальной литературы по разнообразным формам организации двигательной деятельности ребенка.

Родителей регулярно информируют о самочувствии, развитии движений ребенка, и вместе с педагогом они решают задачи фи­зического воспитания. Работа с родителями расширяет их педаго­гическую компетентность, повышает заинтересованность семьи в результатах психофизического развития своего ребенка

Наиболее распространенные формы физического воспита­ния детей дошкольного возраста в семье :

* утренняя гигиеническая гимнастика (зарядка);
* индивидуальные занятия различными физическими упражнени­ями в домашних условиях:
* силовая (атлетическая) гимнастика;
* оздоровительная аэробика (танцевальная аэробика, шей­пинг);
* стретчинг, калланетика и др.;
* активный отдых на свежем воздухе Он включает в себя прогул­ки, катание на велосипеде, купание, разные игры и др.
* участие совместно с родителями в различных соревнованиях-кон­курсах (типа «Мама, папа, я — спортивная семья) и викторинах;
* семейные походы (пешие, лыжные, велосипедные, водные) в выходные дни и в каникулярное время совместно с родителями
* закаливающие процедуры, применяемые после зарядки, са­мостоятельные занятия физическими упражнениями или перед сном.

 **Оценка физической подготовленности детей по показателям развития физических качеств.**

Педагогическая диагностика (мониторинг) проводится 2 раза в год (начальная диагностика – 3-4 неделя сентября, итоговая диагностика – 3-4 неделя апреля). Измерение физической подготовленности проводится инструктором по физическому воспитанию совместно с воспитателем. Все данные обследования заносятся в индивидуальную диагностическую карту по каждой возрастной группе отдельно. Программа физического обследования дошкольников характеризует развитие физических качеств (уровень физической подготовленности)

Педагогическая диагностика для детей второй группы общеразвивающей направленности «Веселые ребята» (5-6 лет) муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад общеразвивающего вида №4 г. основывается на «Мониторинге достижения детьми планируемых результатов» «От рождения до школы» Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. В процессе исследуются качества, характеризующие развитие физической сферы дошкольника. Определение физической подготовленности необходимо для всесторонней оценки уровня развития ребенка и его функциональных возможностей. Тестирование физической подготовленности детей проводит инструктор по физической культуре. Разрешение на тестирование детей дает медицинский персонал МБДОУ. Педагог ведет протокол тестирования, оценивает полученные результаты, анализирует динамику показателей физической подготовленности детей. Проводится тестирования в рамках НОД, включая в разминку упражнения, специфичные для тестовых заданий. Оценка овладения необходимыми двигательными навыками и умениями.

**Оценка овладения необходимыми двигательными навыками и умениями.**

Двигательные задания для оценки овладения двигательными навыками и умениями подбираются индивидуально с учетом особенностей состояния здоровья ребенка. Используется комплекс упражнений для диагностики овладения необходимыми двигательными умениями и навыками по программе «От рождения до школы».

Промежуточные результаты освоения Программы формулируются через раскрытие динамики формирования интегративных качеств воспи­танников в каждый возрастной период освоения Программы по всем на­правлениям развития детей.

При успешном освоении Программы достигает­ся следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «Физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками»

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме. Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Проявляет желание играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями.

Самостоятельно или при небольшой помощи взрослого выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, владеет доступными возрасту навыками самообслуживания.

Имеет первичные представления о себе как о человеке, знает названия основных частей тела, их функции.

**Список используемой литературы:**

1. Основная образовательная программа дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад общеразвивающего вида № 4
2. Примерная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой, 2017 г.
3. Комплексные занятия по программе «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. Средняя группа.
4. Примерное комплексно-тематическое планирование к программе «От рождения до школы: Средняя группа(4-5 лет)
5. Зацепина М.Б. Культурно-досуговая деятельность в детском саду.
6. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения(3-7 лет)
7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду(5-6 лет)
8. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика:комплекы упражнений для детей 3-7 лет
9. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр
10. Губанова Н.Ф.Развитие игровой деятельности (5-6 лет)
11. Технологий Губановой, Н. Ф. Развитие игровой деятельности. Система работы во второй младшей груп¬пе детского сада / Н. Ф. Губанова. - М. : Мозаика-Синтез.
12. <http://mdou3.edusite.ru>/
13. <http://vospitateljam.ru/>
14. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/>
15. <https://studfiles.net/>
16. <https://studbooks.net/>
17. <https://dohcolonoc.ru/>