

Аннотация к рабочей программе совместной деятельности педагога с детьми по направлению: «Физическое развитие», составленной на основе образовательной программы Частного учреждения Дошкольного Образования «Чадод-Радо».

Составлена Воспитателем по физической культуре: Галина Александровна Карпова

Рабочая программа инструктора по физической культуре для обучающихся ЧУДО «Чадод-Радо» является документом, регламентирующим образовательную деятельность по образовательной области физическое развитие для обучающихся 3-7 лет, обеспечивающим охрану и укрепление физического и психического здоровья.

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.)

Основные цели и задачи:

1. Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
2. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
3. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
4. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
5. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
6. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

К концу года дети могут:

1. Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; выполнять задания воспитателя: остановиться, присесть, повернуться.
2. Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указанием воспитателя.
3. Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.
4. Ползать на четвереньках, лазать по лесенке – стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
5. Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее на 40 см.
6. Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1.5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 рза подряд и ловить; метать предметы правой левой рукой на расстояние не менее 5 м.
7. Выполнять движения, проявляя элементы творчества и фантазии.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

К концу года дети могут:

1. Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.
2. Лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками.
3. Принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 70 см.
4. Ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м; принимать правильное и.п.при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о пол не менее пяти раз подряд.
5. Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
6. Строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
7. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам 5 м.
8. Ходить на лыжах скользящим шагом на расстоянии 500 , выполнять поворот переступанием, подниматься на горку.
9. Кататься на двухколесном велосипеде, выполнять повороты направо, налево.
10. Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую стороны.
11. Придумывать варианты п/и, самостоятельно и творчески выполнять движения.

12. Выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

К концу года дети могут:

1. Ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
2. Лазать по гимнастической стенке 2,5 м с изменением темпа.
3. Прыгать на мягкое покрытие 20 см, прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места не менее 80 см, с разбега не менее 100 см; в высоту не менее 40 см; прыгать через короткую и длинную скакалку.
4. Метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетая замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе расстояние 6м, владеть школой мяча.
5. Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
6. Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.
7. Знать и.п., последовательность выполнения общеразвивающих упражнений, понимать их оздоровительное значение.
8. Скользить по ледяным дорожкам, выполняя задание.
9. Ходить на лыжах скользящим шагом на расстоянии 2 км; ухаживать за лыжами.
10. Кататься на самокате.
11. Участвовать в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
12. Плавать произвольно.
13. Выполнять элементы гидроаэробики; самостоятельно организовывать знакомые п/и, придумывать с помощью воспитателя игры на заданные сюжеты.
14. Продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умение варьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и неимитационные упражнения, демонстрируя осознанность, красоту, грациозность, выразительность, пластичность движений.

Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)

К концу года дети могут:

1. Выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).

2. Прыгать на мягкое покрытие с высоты 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
3. Перебрасывать набивные мячи 1 кг, бросать предметы в цель из разных и.п., попадать в вертикальную и горизонтальную цель 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой 5-12 м, метать предметы в движущую цель; владеть школой мяча.
4. Перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренге после расчета на 1, 2, соблюдая интервалы во время передвижения.
5. Выполнять физические упражнения из разных и.п. четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.
6. Сохранять правильную осанку.
7. Ходить на лыжах переменным скользящим шагом на расстоянии 3 км, подниматься на горку и спускаться с нее, тормозить при спуске.
15. Активно участвовать в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, футбол, хоккей).
16. Плавать произвольно на расстоянии 15 м.
17. Выполнять разнообразные комплексы гидроаэробики.
18. Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.

ПРОГРАМНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

№	Автор	Название книги	Издательство	Год
1.	Л.Д. Глазырина	Физическая культура – дошкольникам младший возраст	Владос	1999
2.	Л.Д. Глазырина	Физическая культура – дошкольникам средний возраст	Владос	1999
3.	Л.Д. Глазырина	Физическая культура – дошкольникам старший возраст	Владос	1999
4.	Ж.И.Фирилева, Е.Г.Сайкина	Танцевально-игровая гимнастика	СПб, «Детство-пресс»	2000
5.	Л.Д. Глазырина, В.А. Осянкина	Методика физического воспитания детей дошкольного возраста	Владос	2001
6.	Э.Я. Степаненкова	«Физическое воспитание в детском саду»	Москва	2005
7.	Е.А. Алябьева	Психогимнастика в детском саду	ТЦ Сфера	2005

8.	Ю. Антонова	«Лучшие спортивные игры для детей и родителей»	Дом 21век	2006
9.	М.А. Давыдова	«Спортивные мероприятия для дошкольников»	Москва	2007
10.	М.Ю. Картушина	Праздники «Здоровья»	ТЦ Сфера	2008
11.	Е.И. Подольская	Физическое развитие детей 2-7 лет	Издательство «Учитель»	2009
12.	Н.М. Соломенникова, Т.Н. Машина	Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет	Издательство «Учитель»	2009
13.	С. Антонова	Движение тела – движение мысли	Москва	2010
14.	В.И. Анферова	Физкультурные сюжетные занятия с детьми 3-4 лет	ТЦ Сфера	2012
15.	Л.И. Пензулаева	«Физическая культура в детском саду» младшая	«Мозаика-Синтез»	2014
16.	Л.И. Пензулаева	«Физическая культура в детском саду» средняя	«Мозаика-Синтез»	2014
17.	Л.И. Пензулаева	«Физическая культура в детском саду» старшая	«Мозаика-Синтез»	2014
18.	Л.И. Пензулаева	«Физическая культура в детском саду» подготовительная группа.	«Мозаика-Синтез»	2014
19.	Е.В. Сулим	Детский фитнес 3-5 лет	ТЦ Сфера	2014
20.	Е.В. Сулим	Детский фитнес 5-7 лет	ТЦ Сфера	2014
21.	Е.А. Алябьева	Нескучная гимнастика 5-7 лет	ТЦ Сфера	2015
22.	Т.В. Лисина, Г.В. Морозова	Подвижные тематические игры	ТЦ Сфера	2015