


НЕФТЕЮГАНСКОЕ РАЙОННОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД «БУРАТИНО»

Принято
Решением педагогического совета
Протокол №1
От «30» августа 2024г.

Утверждено:
Заведующим
НРМДОБУ «ДС «БУРАТИНО»
 Г.Н.Скляренко
Приказ №324 от 30.08.2024г.

Согласовано
Управляющим советом ДОУ
Протокол №1
От «30» августа 2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физическому воспитанию для воспитанников
дошкольного возраста 4 – 5, 5 – 7 лет.
«Сказочная ритмика»



СОДЕРЖАНИЕ

	Паспорт программы	3
	Введение	5
Раздел I	Целевой раздел	7
1.	Пояснительная записка	7
1.1.	Цели и задачи реализации программы	8
1.2.	Принципы и подходы к реализации программы	9
1.3	Особенности физического развития детей дошкольного возраста	10
2.	Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками программы	11
Раздел II	Содержательный раздел	12
1.	Описание образовательной деятельности	12
2.	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы	14
3.	Тематическое планирование	15
3.1.	Учебно – тематический план для воспитанников среднего дошкольного возраста (4 – 5 лет)	15
3.2	Учебно – тематический план для воспитанников старшего дошкольного возраста (5 – 7 лет)	16
4.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	17
Раздел III	Организационный раздел	19
1.	Моделирование воспитательно-образовательного процесса	19
2.	Организация режима пребывания детей	19
3.	Материально-техническое обеспечение Программы	19
4.	Мониторинг	20
5.	Методическое обеспечение Программы	22

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Рабочая программа по физическому воспитанию для воспитанников дошкольного возраста 4 – 5, 5 – 7 лет «Сказочная ритмика»
Основание для разработки программы	<ul style="list-style-type: none"> - Закон РФ от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; - Приказ МО и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» ФГОС дошкольного образования (приказ МО и науки РФ от 17.10.2013 г. № 1155) - СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 г. №28; (далее – СанПиН). - Программа «Развитие образования НРМДОБУ «Д/С «БУРАТИНО»»; - Устав НРМДБУ «Д/С «БУРАТИНО» и другие локальные акты (положения, приказы) ДОУ; - Образовательная Программа дошкольного образования НРМ ДОБУ «Д/С «БУРАТИНО».
Разработчик программы	Кагальникова Ольга Вячеславовна – инструктор по физической культуре
Название организации	НЕФТЕЮГАНСКОЕ РАЙОННОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД «БУРАТИНО»
Адрес, телефон	628323 ХМАО-Югра, Тюменская область, Нефтеюганский район, п.Каркатеевы, ул.Центральная строение 18. Телефон/ факс: 8(3463)316-443.
Адрес электронной почты, сайта ДОУ	buratino.tchershina@yandex.ru . http://buratino-sad.ru
Цель образовательной программы	Создание условий для развития двигательной, функциональной и познавательной активности детей дошкольного возраста через использование сюжетно-ролевой ритмической гимнастики.
Задачи	<p><u>Образовательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать познавательный интерес к физическим упражнениям; - обучать элементарным знаниям: технике выполнения движений, правилам гигиены, сохранения и укрепления здоровья; - учить различать основные направления музыкального

	<p>искусства (классическая, народная музыка, музыка современных ритмов);</p> <ul style="list-style-type: none"> - активизировать, в процессе разучивания движений, эмоциональное восприятие музыки, ее настроение, характер, художественный образ. <p><u>Развивающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать физические качества (выносливость, координацию, силу, быстроту, гибкость); - развивать музыкальный слух и чувства ритма; - развивать умения ориентироваться в пространстве; - развивать творческий потенциал детей; - развивать психические процессы: память, внимание, восприятие, воображение, мышление на основе усложнения заданий; - совершенствовать умение выражать различные эмоции в мимике и пантомимике – радость, грусть, страх, тревога и т.д., разнообразные по характеру настроения. - развивать личные качества детей (самостоятельность, ответственность, активность и т.д.). <p><u>Воспитательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать желание учиться управлять своим телом под музыку; - воспитывать культуру общения в процессе совместной деятельности; - совершенствовать дисциплинированность, выдержку, творческую активность, инициативу, самостоятельность.
Сроки реализации программы	Два года.
Управление программой	<ul style="list-style-type: none"> - Корректировка программы осуществляется педагогическим советом ДОУ. - Управление реализацией программы осуществляется заведующим ДОУ, старшим воспитателем.
Ожидаемый результат	<ul style="list-style-type: none"> - Достижение промежуточных и итоговых результатов освоения детьми содержания Программы «Сказочная ритмика». - Положительная динамика показателей физического здоровья воспитанников. - Удовлетворенность родителей образовательной деятельностью.

Введение

В настоящее время в системе дошкольного образования произошли изменения, требующие пересмотра и обновления многих аспектов. В Федеральном законе от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» дошкольное образование стало первым уровнем в образовательной системе. Расширяются возможности получения дошкольного образования в разных формах его организации.

В связи с изменениями нормативной базы возникает необходимость пересмотра и обновления в организации и содержании работы дошкольных образовательных организаций. В соответствии со ст.12 п.6. Закона Российской Федерации «Об образовании» образовательные программы дошкольного образования разрабатываются и утверждаются организацией, осуществляющей образовательную деятельность, в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и с учетом соответствующих примерных образовательных программ дошкольного образования.

Таким образом, Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования определяет требования к структуре и содержанию образовательной программы дошкольного образования и дает возможность на местах разрабатывать и внедрять авторские рабочие Программы.

На основании вышеизложенного разработана программа по физическому воспитанию «Сказочная ритмика», которая направлена на развитие гармоничной личности ребенка.

Программа составлена на основе программы по физическому воспитанию дошкольников Н.А.Фоминой «В музыкальном мире сказок» и реализуется в вариативной части основной образовательной Программы НРМДОБУ «Д/С «БУРАТИНО» в образовательной области «физическое развитие»

Структура образовательной программы состоит из трех разделов: целевого, содержательного и организационного.

Целевой раздел открывает пояснительная записка, в которой прописаны цели, задачи, основные принципы дошкольного образования, целевые ориентиры освоения программы.

Содержательный раздел включает в себя описание деятельности, в виде примерного планирования совместной образовательной деятельности в образовательной области «физическое развитие».

Организационный раздел представлен описанием материально – технического обеспечения.

Программа «Сказочная ритмика» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 г. №28; (далее – СанПиН);
- Приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1. Пояснительная записка

Кардинальные изменения в жизни страны, произошедшие в последнее десятилетие, потребовали серьезных реформ в деятельности образовательных учреждений, в том числе для детей дошкольного возраста.

Именно в период дошкольного детства происходят важные процессы становления личности ребенка, формирование его способностей, стойкого интереса к занятиям физкультурной культурой и спортом, навыков здорового образа жизни, создание прочного фундамента здоровья.

Однако сегодня привычными стали тревожные данные о системном ухудшении состояния здоровья, снижение уровня физической и двигательной подготовленности детей дошкольного возраста.

Сложившаяся ситуация вызывает особую потребность в совершенствовании процесса физического воспитания детей дошкольного возраста, которое позволит уменьшить указанные негативные тенденции.

Одним из путей решения проблемы является целенаправленное использование в процессе физического воспитания дошкольников известных физкультурно – оздоровительных методик и технологий, адаптированных к возрастным особенностям детей.

В настоящее время ведущим элементом современной государственной системы физического воспитания является гимнастика. Ее средства и методы находят свое применение во всех звеньях физкультурного образования, в том числе и дошкольного.

Первое место среди них по праву принадлежит **ритмической гимнастике**.

Основу ритмической гимнастики составляют физические и танцевальные упражнения различной направленности, выполняемые в согласовании и взаимосвязи с музыкой, передавая ее ритм, характер с помощью движений. Ритмическая гимнастика в своем роде уникальна. Она базируется на огромном арсенале движений. Упражнения ее направлены на работу, а, следовательно, на развитие всех мышц и суставов. Ритмические упражнения помогают ребёнку научиться владеть своим телом, координировать движения. Наряду с этим ритмическая музыка, танцевальные движения создают положительные эмоции, снижают психологическое утомление, повышая работоспособность организма, стимулируют у ребенка желание, заниматься физическими упражнениями.

За основу Программы «Сказочная ритмика» взята программа Фоминой Н.А. по сюжетно – ролевой ритмической гимнастике «В музыкальном мире

сказок», в которой предусмотрено использование музыкально – ритмических комплексов, как основных занятий по физической культуре.

Новизна программы «Сказочная ритмика», определяется несколькими обстоятельствами:

- необходимость создания этой программы вызвана, с одной стороны, введением ФГОС ДО, что дает возможность на местах разрабатывать и внедрять авторские рабочие Программы, и, с другой стороны, популярностью ритмической гимнастики, как возможности музыкально – ритмического воспитания в области дошкольной педагогики;
- новизна содержания в модификации программы в соответствии с ФГОС ДО и включение в музыкально – ритмические комплексы основных видов движений с учетом планирования по образовательной области «Физическое развитие» основной образовательной Программы ДОУ.
- новизна в применении, как вариативная часть основной образовательной Программы ДОУ образовательной области «Физическое развитие».
- преимущество в дополнении комплексами на основе современных музыкальных произведений и детских мультфильмов, в увеличении количества и разнообразия музыкально – ритмических комплексов в год с трех до шести (второй год обучения)
- реализация программы осуществляется через непосредственно образовательную деятельность по физической культуре, утреннюю зарядку на основе сюжетно - ролевой ритмической гимнастики, совместную деятельность (игровую, театрализованную), совместную деятельность со взрослыми (праздники, развлечения).

1.1. Цель и задачи реализации Программы

Цель: создание условий для развития двигательной, функциональной и познавательной активности детей дошкольного возраста через использование сюжетно-ролевой ритмической гимнастики.

Задачи:

Образовательные:

- развивать познавательный интерес к физическим упражнениям;
- обучать элементарным знаниям: технике выполнения движений, правилам гигиены, сохранения и укрепления здоровья;
- учить различать основные направления музыкального искусства (классическая, народная музыка, музыка современных ритмов);
- активизировать, в процессе разучивания движений, эмоциональное восприятие музыки, ее настроение, характер, художественный образ.

Развивающие:

- развивать физические качества (выносливость, координацию, силу, быстроту, гибкость);
- развивать музыкальный слух и чувства ритма;
- развивать умения ориентироваться в пространстве;
- развивать творческий потенциал детей;

- развивать психические процессы: память, внимание, восприятие, воображение, мышление на основе усложнения заданий;
- совершенствовать умение выражать различные эмоции в мимике и пантомимике – радость, грусть, страх, тревога и т.д., разнообразные по характеру настроения.
- развивать личные качества детей (самостоятельность, ответственность, активность и т.д.).

Воспитательные:

- воспитывать желание учиться управлять своим телом под музыку;
- воспитывать культуру общения в процессе совместной деятельности;
- совершенствовать дисциплинированность, выдержку, творческую активность, инициативу, самостоятельность.

1.2. Принципы и подходы к формированию программы

Концептуальной основой деятельности детского сада «Буратино», является обеспечение непрерывного, адекватного развития детей на фоне физического, психического и социального комфорта и создание предпосылок для успешной подготовки детей к школе. Поэтому актуальным для нас является целесообразный выбор включения ритмических движений в занятия по физической культуре.

В этом помогают следующие принципы организации деятельности:

1. *Принцип научности* - подкрепление всех мероприятий, направленных на физическое развитие, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
2. *Принцип результативности и гарантированности* - реализация прав детей на получение помощи и поддержки, гарантия положительного результата.
3. *Принцип осознанности и активности* - воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм, понимания оздоровительного воздействия физических упражнений на организм. Ребенок учится самостоятельно и творчески решать двигательные задачи. Ознакомление с пространственной терминологией.
4. *Принцип систематичности и последовательности* - систематическое проявление во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет перейти к освоению нового движения и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Регулярность, планомерность, непрерывность физического воспитания на протяжении всего дошкольного возраста обеспечивают принцип систематичности.
5. *Принцип повторения* двигательных навыков является одним из важнейших. Усвоение движений, формирование двигательных навыков требуют их повторяемости. В результате многократных повторений образуются двигательные навыки, вырабатываются динамические стереотипы.
6. *Принцип наглядности* - предназначен для связи чувствительного восприятия с мышлением. Он способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участвующих в движении.
7. *Принцип доступности и индивидуализации* - определяя меру доступного, педагог учитывают индивидуальные возможности ребенка и объективные

трудности, возникающие при выполнении определенного упражнения. Поскольку физические упражнения воздействуют на жизненно важные функции организма, оказывая оздоровительное воздействие на его органы и системы, завышение нагрузок отрицательно влияет на состояние здоровья ребенка.

8. *Принцип непрерывности* — выражает основные закономерности построения занятий в физическом воспитании. Это один из важнейших принципов, обеспечивающих последовательность и преемственность между занятиями, частоту и суммарную протяженность их во времени.

1.3 Особенности физического развития детей дошкольного возраста.

В дошкольном возрасте закладываются основы гармоничного развития личности, ее физические совершенства - основы здоровья, долголетия, формируется много двигательных навыков, развиваются физические качества (ловкость, скорость, сила и др.). Своевременное и успешное формирование двигательной функции человека, особенно в дошкольный период жизни, имеет первостепенное значение для полноценного физического развития.

Правильное физическое развитие - физиологический и педагогический процесс, направленный на достижение физического совершенства, укрепления здоровья, подготовку подрастающего поколения к взрослой жизни и труду. В процессе физического воспитания создаются положительные условия для успешного усвоения детьми устойчивых навыков поведения. Связь физического воспитания с умственным предполагает сообщение детям определенных знаний по физической культуре, в частности правил подвижных игр, рациональных способов выполнения движений.

Во время выполнения физических упражнений совершенствуются функции анализаторов: зрительного, слухового, двигательного. Четкими становятся оценки пространства, у детей развивается чувство ритма, повышается точность и четкость движений и др. Все это создает необходимые предпосылки для лучшего восприятия окружающей среды и в определенной степени влияет на эстетическое развитие.

Для привития детям эмоциональных вкусов в процессе физического воспитания большое значение имеет соблюдение надлежащих гигиенических условий на занятиях, хорошая физкультурная форма, яркое художественное оформление физкультурного инвентаря (мячей, флажков, обручей и т.п.).

На воспитание эстетических чувств в значительной мере влияет музыка, сопровождающая занятия и гимнастику. Она способствует ритмичному и координированному выполнению движений, задает темп упражнений, помогает выполнить их отчетливее. Все это улучшает настроение детей, вызывает у них общее эмоциональный подъем.

2. Планируемые результаты как ориентиры освоения программы

Результатами освоения программы являются целевые ориентиры дошкольного образования по образовательной области «физическое развитие», которые представляют собой характеристики физических качеств и возможных достижений ребенка.

Целевые ориентиры дошкольного образования определяются независимо от форм реализации Программы, а также от ее характера, особенностей развития детей и Учреждения, реализующего Программу.

Целевые ориентиры Программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. Настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста физических качеств, накопление двигательного опыта (освоение основными движениями), динамику этих показателей на этапе завершения ими дошкольного образования.

Средний дошкольный возраст (4 – 5 лет)

- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Уверенно и активно выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная и мелкая моторика рук.
- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.
- Ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменять физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.
- С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему: задает вопросы, делает выводы.

Старший дошкольный возраст (5 - 7 лет)

- Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
- В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.
- Имеет начальное представление о некоторых видах спорта.
- Имеет представление о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.
- Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

1. Описание образовательной деятельности

Программа «Сказочная ритмика» составлена на основе Программы по физическому воспитанию дошкольников Н.А.Фоминой «В музыкальном мире сказок» и является вариативной частью основной образовательной Программы НРМДОБУ «Д/С «БУРАТИНО» в образовательной области «Физическое развитие».

Программа рассчитана на два года обучения и проходит через музыкально - ритмические движения. Это дает возможность более глубоко познакомиться с техникой выполнения различных движений и отработать их практически.

По программе сюжетно - ролевая ритмическая гимнастика занимаются дети в возрасте от 4-5 (первый год обучения), 5-7 лет (второй год обучения). Для каждой возрастной группы дошкольников предлагаются преемственные базовые сюжетно – ролевые комплексы (мини – программы) ритмической гимнастики, на основе которых планируются физкультурные занятия.

Главными компонентами сюжетно - ролевой ритмической гимнастики являются движение, музыка, игра и сюжет.

Компонент **Движение** направлен в основном на развитие физических качеств, координационных способностей и функциональных возможностей организма ребенка. Для этого используются:

- основные виды движений (ходьба, бег, равновесие);
- упражнения основной гимнастики (ОРУ, строевые);
- акробатические (кувырок вперед, «Мостик», «Лодочка», «Рыбка»);
- художественно гимнастические (упражнения с мячом, волнообразные движения корпусом, руками);
- народный танец (русский);
- хореография (основные позиции рук и ног);
- мимические упражнения и жесты;
- элементы пальчиковой гимнастики.

Музыка создает положительный эмоциональный фон занятий, помогает детям запомнить движения, передать выразительно ее характер. В качестве музыкального оформления используются фонограммы музыкальных сказок: русских народных и зарубежных.

Игра является основной формой познавательной деятельности детей дошкольного возраста, которая активизирует мыслительные процессы и двигательные возможности ребенка, а также создает положительный эмоциональный фон занятий. **Сюжет** сказок способствует развитию выразительности движений, жестов и мимики.

Разработанные комплексы ритмической гимнастики на основе сюжетно-ролевых игр, отражая идеи гуманизации педагогического процесса и лично ориентированной педагогики, позволяют через игровую деятельность в сочетании с музыкой и разнообразными движениями решать задачи обучения и воспитания.

Физкультурные занятия сюжетно – ролевой ритмической гимнастикой отвечают общепедагогическим принципам, реализующим единство обучения, воспитания и развития в процессе выполнения физических упражнений, что

соответствует заложенной в них изначально главной идеи – разностороннего развития детей средствами движений.

Структура занятий соответствует методике физического воспитания и состоит из вводной (подготовительной), основной и заключительной частей.

Вводную часть составляют упражнения, непосредственно воздействующие на весь организм ребенка. Это движения динамического характера: ходьба, бег, прыжки, танцевальные движения. Затем следуют общеразвивающие упражнения.

В начале основной части следует серия упражнений различного характера: поднимание рук вверх, в стороны, упражнения для мышц шеи. Далее упражнения – нагрузочные. Детям предлагают упражнения интенсивного характера: различные наклоны, раскачивания туловища, выпады, приседания. Упражнения проходят в быстром темпе. Затем следует партерная серия из исходных положений лежа и сидя. Упражнения предназначены для развития гибкости позвоночника, укрепления мышц спины и брюшного пресса, мышц ног. Выполняются в умеренном темпе, так как они требуют наибольшей затраты энергии. Заканчивается основная часть танцевально – беговой серией упражнений, которые проходят в интенсивном темпе, одно упражнение быстро сменяется другим.

Комплекс (мини - программа) включает серии упражнений:

- на преодоление препятствий (лазание, ходьба по гимнастической скамейке и т.д.);
- беговые и прыжковые серии;
- упражнения с предметами (броски, отбивы мяча, прыжки через скакалку, вращение обруча и т.д.)

Паузы отдыха заполняются различными дыхательными упражнениями, отражающими содержание сюжетно - ролевой игры.

Завершается занятие ритмической гимнастикой подвижной сюжетно – ролевой игрой и упражнениями на расслабление. Цель которых обеспечить максимальный отдых детей в короткий промежуток времени. Это упражнения из исходного положения стоя, сидя, лежа (различные плавные движения руками и ногами).

Программное обучение основным комплексам (мини - программам) упражнений происходит поэтапно.

Этапы	1 год обучения	2 год обучения	содержание
I этап	4 занятия	2 занятия	изучение движений и последовательное выполнение упражнений
II этап	4 занятия	2 занятия	закрепление
III этап	4 занятия	2 занятия	совершенствование

На I этапе дети выполняют упражнения под непосредственным руководством педагога, а на последнем этапе обучения – самостоятельно. Это позволяет им проявлять инициативу, творчество и умения, а педагогу – оценивать способности воспитанников.

На освоение каждого программного комплекса планировалось 12 занятий – первый год обучения, 6 занятий второй год обучения. Комплексы (мини – программы) составлены в порядке их усложнения и в соответствии с возрастной группой детей.

Кульминацией изучения каждого комплекса программы является физкультурный праздник в форме музыкально-театрализованного представления для родителей.

В сценарии праздника используются базовые движения музыкальных композиций, а также игры – эстафеты, отражающие содержание сказки.

2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

Методы обучения	Приемы как части метода, дополняющие и конкретизирующие его
Наглядные	<p><u>Наглядно-зрительные приемы:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - показ физических упражнений; - использование наглядных пособий (картины, рисунки, фотографии); - имитация (подражание); - зрительные ориентиры (предметы, разметка поля). <p><u>Наглядно-слуховые приемы:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - музыка, песни. <p><u>Тактильно-мышечные приемы:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - непосредственная помощь педагога.
Словесные	<ul style="list-style-type: none"> - объяснения; - пояснения; - указания; - подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к детям; - образный сюжетный рассказ; - беседа; - словесная инструкция.
Практические	<ul style="list-style-type: none"> - повторение упражнений без изменения и с изменениями; - проведение упражнений в игровой форме; - проведение упражнений в соревновательной форме

Реализация программы осуществляется через непосредственно образовательную деятельность по физической культуре, утреннюю зарядку на основе сюжетно-ролевой гимнастики, самостоятельную деятельность (театрализованная, игровая) совместную деятельность со взрослыми (праздники, развлечения).

Утренняя зарядка проводится по графику инструктором физической культуры с детьми средней группы и подготовительной (смешанной) групп в утреннее время в форме игрового характера с использованием элементов сюжетно - ролевой ритмической гимнастики, танцевальных движений, хороводов.

3. Тематическое планирование

3.1. Учебно-тематический план занятий для воспитанников среднего возраста (4 - 5 лет) - первый год обучения.

№ п/п	Сроки	Тема	Количество занятий/часов
1	сентябрь-ноябрь	Музыкально-ритмический комплекс «Веселая скакалка» -композиция 1 «Непоседы Скакалка» -композиция 2 «Паганини» -композиция 3 «Барбарики» -композиция 4 «Детский фитнес – микс»	12 занятий
2	декабрь - февраль	Музыкально-ритмический комплекс «В гости к Совушке» -композиция 1 «Паровоз-Букашка» -композиция 2 «Скачут лягушата» -композиция 3 «Дам-да-да» -композиция 4 «По дороге с облаками»	12 занятий
3	Март - май	Музыкально-ритмический комплекс «Страна Мульти-пульти» -композиция 1 «Сюрприз» -композиция 2 «Дружные ребята» -композиция 3 «Красная шапочка» -композиция 4 «В мире много сладостей»	12 занятий
Итого:			36 занятий

**3.2 Учебно-тематический план занятий для воспитанников
старшего дошкольного возраста (5 - 7 лет) – второй год обучения**

№ п/п	Сроки	Тема	Количество занятий/часов
1	сентябрь-ноябрь	1. Музыкально-ритмический комплекс «Бременские музыканты» - композиция 1 «Песня о дружбе» - композиция 2 «Представление» - композиция 3 «Дуэт принцессы и Трубадура» - композиция 4 «Песня Атаманши и разбойников» - композиция 5 «Песня королевской охраны» - композиция 6 «Разбойники» - композиция 7 «Песня Трубадура» - композиция 8 «Свадебный танец» - композиция 9 «Песня друзей»	6 занятий
		2. Музыкально-ритмический комплекс «Незнайка в гостях у ребят» -композиция 1 «Приключения Незнайки» -композиция 2 «Коротышки» -композиция 3 «Дам-да-да» -композиция 4 «Мой веселый звонкий мяч»	6 занятий
2	декабрь - февраль	1. Музыкально-ритмический комплекс «По следам Бременских музыкантов» - композиция 1 «Сыщик» - композиция 2 «Переполох во дворце» - композиция 3 «На привале» - композиция 4 «Погоня» - композиция 5 «Песня Трубадура» - композиция 6 «Дуэт короля и принцессы» - композиция 7 «Разбойники» - композиция 8 «Иностранцы» - композиция 9 «Баю-баюшки-баю» - композиция 10 «Песня друзей»	6 занятий
		2. Музыкально-ритмический комплекс «На скакалке я скачу, вслед за солнышком лечу» -композиция 1 «Скакалка» -композиция 2 «Крутятся скакалочки» -композиция 3 «Дружно прыгаем и скачем, вверх взлетаем словно мячик» -композиция 4 «Непоседы Скакалка»	6 занятий
3	Март-май	1. Музыкально-ритмический комплекс «Приключения Буратино» - композиция 1. «Песенка Буратино» - композиция 2. «Песня Папы Карло» - композиция 3. «Песня Пьеро» - композиция 4. «Песня Карабаса-Барабаса»	6 занятий

	<ul style="list-style-type: none"> - композиция 5. «Песня Кота Базилио и Лисы Алисы» - композиция 6. «В стране Дураков» - композиция 7. «Песня Дуремара» - композиция 8. «Песня Черепахи Гортилы» - композиция 9. «Песенка Буратино» <p>2. Музыкально-ритмический комплекс «В мире сказок и приключений»</p> <ul style="list-style-type: none"> - композиция 1 «Песенка ветра» - композиция 2 «Ваня трубочист» - композиция 3 «Водяной» - композиция 4 «Бабки-ежки» - композиция 5 «А мы поедem в Африку» 	6 занятий
Итого:		36 занятий

4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Один из принципов дошкольного образования, заложенных в ФГОС - это сотрудничество ДОО с семьей. Родители, наряду с воспитанниками и педагогами, должны быть активными, равноправными участниками образовательного процесса. Отношения в семье имеют решающее значение в процессе воспитания ребенка. Поэтому участие семьи в воспитательно-образовательном процессе позволяет повысить качество образования в целом, и успешно решать задачи физического развития, в частности.

В задачи взаимодействия с семьями воспитанников выделены следующие направления:

- формирование у родителей воспитанников установки на сотрудничество через знакомство их с результатами диагностики физического развития их детей;
- согласование представлений родителей и педагогов о задачах физического развития детей в ДОО и семье;
- постановка специфических проблем педагогического сотрудничества с дифференцированными группами родителей и организация индивидуальных и подгрупповых консультаций;
- обучение родителей и воспитателей функциям сотрудничества через использование традиционных и нетрадиционных методов общения;
- развитие творческой инициативы детей и взрослых в процессе организации совместной деятельности по методу творческих проектов, детско-родительских встреч.

Формы работы взаимодействия с семьей по вопросам физического воспитания.

1. Анкетирование, опросники - позволяют получать информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество проводимой работы с родителями.
2. Родительские собрания, творческие гостиные, «круглые столы» - знакомят с задачами и методами физической культуры (с учетом возрастных особенностей воспитанников); пропагандирующие лучший опыт семейного воспитания.

3. Беседа – наиболее доступная и эффективная форма установления связи инструктора по физической культуре с семьей, во время которых можно обменяться мнениями или оказать родителям своевременную помощь.
4. Групповые, индивидуальные и тематические консультации - организуются с целью получения ответов на все интересующие родителей вопросы.
5. Наглядно – информационные формы взаимодействия направлены на обогащение знаний родителей:
 - информационные стенды – информация о программах по физической культуре, используемых в детском саду; перечень рекомендуемой литературы; игры и упражнения, которые можно делать в домашних условиях и др.;
 - папки – передвижки – информация о системе по оздоровлению дошкольников, о том, чему можно научить ребенка в определенном возрасте;
 - рекомендации, практические советы.
 - фоторепортажи, видео - ролики «Хороши спортсмены – малыши», «Мы за здоровый образ жизни!»;
 - организация фотосессий детей, выполняющих различные физические упражнения;
 - ведение рубрики на сайте ДОУ.
6. Открытые показы непосредственной образовательной деятельности для родителей.
7. Совместные (детско-родительские) встречи в клубе «На встречу друг другу» в форме: музыкально-театрализованных представлений, спортивных досугов.
8. Совместные физкультурные праздники и развлечения с включением флешмобов.

Использование данных форм общения с родителями играет важную роль в формировании педагогической культуры родителей, способствует возникновению интереса к физической культуре в ДОУ.

Этому способствует доверительное общение детей и родителей в различных ситуациях и, естественно, совместная их деятельность.

Семья во многом определяет отношения детей к физической культуре и спорту, как много могут сделать родители для своих детей, пробуждая у них интерес к спорту и физкультуре.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

1. Моделирование образовательного процесса

Программа реализуется в течение учебного года с сентября по май. Один комплекс (мини - программа) рассчитан на 3 месяца – первый год обучения и на 1,5 месяца – второй год обучения. В соответствии с учебным планом образовательной Программы ДОУ - первые две недели сентября – адаптационный период, третьи и четвертые недели сентября и мая – диагностический период.

Адаптационный период – это время привыкания детей к среде ДОУ, где педагогами осуществляется образовательная деятельность, направленная на социализацию ребенка в коллективе сверстников.

Диагностический период – педагогами организуются образовательная деятельность, направленная на определение зоны «ближайшего развития» детей, уровня освоения программного материала, динамику развития детей.

2. Организация режима пребывания детей. Общий объем нагрузки (30 учебных недель)

Возрастная группа	Количество НОД	Длительность НОД
Дошкольники среднего возраста (4 – 5 лет)	1	20 - 25 минут
Старший дошкольный возраст (5 – 7 лет)	1	25 - 35 минут

№	Возрастные группы	Количество НОД		Общее кол-во часов в год
		Неделя	месяц	
1.	Дошкольники среднего возраста (4 – 5 лет)	1	4	30
2.	Старший дошкольный возраст (5 – 6 лет)	1	4	30

3. Материально-техническое обеспечение программы

Построение развивающей среды в спортивном зале с учетом всех принципов обеспечивает воспитанникам чувство психологической защищенности, помогает формированию личности, развитию двигательных способностей, овладению разными способами двигательной деятельности. Созданная эстетическая среда, вызывает чувство радости, эмоционально-положительное отношение к двигательной деятельности, желание заниматься в спортивном зале, побуждает к активности, способствует развитию ребенка.

Вид помещения	Оснащение
Спортивный зал	Стойка баскетбольная – 2 шт., бревно (цилиндр) круглое мягкое – 2 шт., мягкий детский модуль «Равновесие», Мягкий детский тренажер «Бегущий по волнам», парашют (180 см) – 2 шт., игровой лабиринт – 2 шт., дорожка для подлезания «Радуга» - 2 шт., игровая дорожка, спортивно-игровой набор в сумке – (гимнастические палки – 25 шт., эстафетные палочки – 12 шт., держатели гимнастических палок – 12 шт., блинчики – 12 шт., следочки – 36 шт., шары – 12 шт.), дорожка препятствий (мягкий модуль) – 2шт., канат для перетягивания – 2 шт., мешки для метания - 30 шт., мешки с грузом для

	равновесия – 1- шт., коврик ребристый – 1 шт., мишень навесная для метания мячей – 1 шт., дорожка «Зигзаг» - 1шт., дорожка «Равновесие» - 2 шт., набор тактильных ковриков – 5 шт., гантели пластиковые – 25 шт., скакалки резиновые – 42 шт., мяч футбольный – 5 шт., самокат – 4 шт., тарелка летающая – 2 шт., игровой лабиринт – 8 шт., обручи (60-70—80 см)- 30 шт., мяч-прыгун с рожками – 5 шт., мяч резиновый – 35 шт., мяч массажный – 6 шт., мяч с шипами – 19 шт., коврик для упражнений – 14 шт., мяч баскетбольный – 25 шт., мяч резиновый (10- 20 см) – 20 шт.
Тренажерный зал	Тренажер «Беговая дорожка» -1шт., велотренажер-2шт., шаговый тренажер -2 шт., «Бегущий по волнам» - 1 шт.
Картотека музыкальных композиций	<u>Старший возраст</u> - «Бременские музыканты», «По следам бременских музыкантов», «Буратино», «Снежная королева», «Морское путешествие веселых таракашек»; <u>Средний возраст</u> – «Антошка и компания», «Волк и семеро козлят», «Три поросенка», «Ребята, давайте жить дружно»; <u>Утренняя гимнастика</u> – «Дождя не боимся» Минков М, Энтин Ю.; «Песенка о дружбе» фонограмма по мотивам музыкальной сказки. Музыка Гладков Г., слова Энтина Ю, «Красная шапочка» слова Михайлова Ю, музыка Рыбникова А., «Сюрприз» музыка Минкова М. и т.д.

4. Мониторинг

Мониторинг направлен на выявление основных показательной готовности к усвоению программы и степени ее освоения. В ходе мониторинга выявляются особенности развития у детей физических качеств, накопленного двигательного опыта (овладение основными движениями), динамику этих показателей в течение года.

Диагностика проводится на основании образовательной Программы НРМДОБУ «Д/С «БУРАТИНО», образовательной области «Физическое развитие».

Для проведения диагностики используется учебно-методическое пособие «Мониторинг в детском саду» /науч. ред. А.Г. Гогоберидзе. – СПб.:ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС». Данные о результатах мониторинга заносятся в диагностическую карту.

Результативность Программы отслеживается через участие воспитанников в конкурсах различного уровня.

Методы диагностики:

1. Тестовое задание для выявления ловкости.
2. Тестовое задание для выявления выносливость.
3. Тестовое задание для выявления гибкости.

Диагностические тесты физической подготовленности детей 4 – 7 лет в ДОУ Тесты для определения скоростных качеств

Тесты для определения ловкости и координационных способностей.

1. Челночный бег 3 раза по 10 м (определяется способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки).

Ребенок встает у контрольной линии по команде «на старт», «внимание» - берет один кубик, по сигналу «марш» (в этот момент педагог включает секундомер) преодолевает 10 – метровую дистанцию. Кладет кубик за обозначенную линию, возвращается за вторым кубиком, берет его и бежит к линии, где лежит первый кубик. Фиксируется общее время бега.

2. Выносливость

Оборудование: Готовится беговая дорожка (дистанция 150 м).

Методика проведения:

Инструктор выполняет с детьми несколько разогревающих упражнений, подготавливающих мышцы рук, туловища и ног. Затем дети встают на линию старта и по команде «Марш!» вместе с воспитателем стайкой бегут к линии финиша. Инструктор с протоколом переходит на линию финиша.

Количественный показатель выносливости: время в секундах, затраченное на выполнение задания.

Качественные показатели:

- небольшой наклон туловища, голова прямо;
- руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед-внутри;
- вынос бедра маховой ноги (под углом примерно 60–70°);
- прямолинейность, ритмичность бега.

3. Гибкость (тест характеризует подвижность всех звеньев опорно – двигательного аппарата, эластичность мышц и связок).

Тест проводится двумя педагогами. Ребенок садится на специальную доску (ступнями упирается в барьер, за которым находится линейка). Задание: наклониться вперед, стараясь не сгибать колени (при необходимости их можно придержать педагогу). Фиксируется тот уровень до которого дотянулся ребенок кончиками пальцев. Если ребенок не дотрагивается до нулевой отметки, то результат засчитывается со знаком минус. Во время выполнения данного теста можно использовать игровой момент «достань игрушку».

5. Методическое обеспечение

№	Название методического пособия, издательство, год выпуска	Автор
1	«Физическая культура в дошкольном детстве», Пособие для инструкторов физкультуры, работающих с детьми 4-5 лет.«Просвещение»2005	Полтавцева Н.В., Гордова Н.А.
2	«Физическая культура в дошкольном детстве», Пособие для инструкторов физкультуры, работающих с детьми седьмого года жизни.«Просвещение»2005	Полтавцева Н.В., Гордова Н.А.
3	«Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников», «детство-пресс», 2015	Соколова Л.А.

4.	«Ритмическая гимнастика в системе физического воспитания дошкольников и младших школьников»ВГАФК 2003	Фомина Н.А.
5	«Сказочный театр физической культуры. Физкультурные занятия с дошкольниками в музыкальном ритме сказок.» Волгоград: Учитель, 2014	Фомина Н.А., Зайцева Г.А
6	Физическая культура в детском саду Средняя группа. «Мозаика-синтез»2016.	Пензулаева Л.И.
7	Физическая культура в детском саду. Старшая группа. «Мозаика-синтез»2016.	Пензулаева Л.И.
8	Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа. «Мозаика-синтез»2016.	Пензулаева Л.И.
9	«Фитнес-танец», Лечебно-профилактический танец, «Детство-пресс»2014	Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г.
10	«Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада»«Детство-пресс»2014	Николаева Е.И., Федорук В.И. Захарина Е.Ю.
11	Мониторинг в детском саду. Спб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011.	Бабаева Т.И., Гогоберидзе А.Г.
12	ФГОС ДО: Физическое развитие на основе системы сюжетно-ролевой ритмической гимнастики. Издательство «Учитель». Педагогическая видеомастерская.	Фомина Н.А