ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
ГБДОУ № 30 Приморского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО
С учётом мнения
Совета родителей (законных
представителей) воспитанников
ГБДОУ № 30 Приморского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № 15-у от 30.08.2023 г.

Богданова Светлана Геннадьевна
2023.09.18 10:59:45 +03'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре(плавание)
для подготовительной к школе группы

Срок реализации: 1год
составитель:инструктор по физической культуре
Корсун Я.В.
Филатова А.А.

Санкт-Петербург
2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Целевой раздел программы: стр
1.1 Пояснительная записка 3
1.2 Принципы и подходы к формированию рабочей программы… 5
1.3 Цели и задачи рабочей программы… 6
1.4 Возрастные особенности детей 10
1.5 Содержание образовательной работы с детьми
Средняя группа 11
1.6 Комплексно-тематическое планирование
Средняя группа 11
1.7 Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемыхрезультатов освоения основной программы дошкольного образования по плаванию в бассейне 78
1.8 Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями)воспитанников… 11

2. Организационный раздел Программы:
2.1 Структура реализации образовательной деятельности..... 20
2.2 Система физкультурно-оздоровительной работы в ГБДОУ… 23
2.3 Модель взаимодействия инструктора по плаванию со специалистами ивоспитателями 24
2.4 Организация двигательного режима 83
2.5 Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия пофизическому развитию 28
2.6 Особенности организации, развивающей предметно – пространственной среды… 29
Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР,оборудование для занятий 29

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

1.1. Пояснительная записка.

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 30 Приморского района Санкт-Петербурга обеспечивает помощь семье в воспитании детей дошкольного возраста, охране и укреплении их физического и психического здоровья, развитии индивидуальных способностей.

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

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный государственный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) Приказ Минобрнауки от 17.10.2013 № 1155.
- Санитарно-эпидемиологические требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013г. № 26).
- Примерная основная образовательная программа дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию Протокол от 20.05.2015г. № 2/15)
- Основная образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ №30

Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательного процесса по физическому развитию для детей следующих возрастных групп:

подготовительная (от 6 до 7 лет)

1.2 Принципы и подходы к формированию рабочей программы

Программа направлена на:

- реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно- оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнении

1.3 Цель и задачи рабочей программы:

Цель программы: Построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей.

Формирование у детей физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей; обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

Реализация данной цели связана с решением следующих **задач:**

- **Развитие** физических качеств — скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;
- **Накопление и обогащение** двигательного опыта детей — овладение основными двигательными режимами;
- **Формирование** потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- **Сохранение и укрепление** физического и психического здоровья детей;
- **Воспитание** культурно – гигиенических навыков;
- **Формирование** начальных представлений о здоровом образе жизни. Программа направлена на:
- реализацию принципа доступности, учитывая возрастные особенности воспитанников;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», реализуя принцип систематичности и последовательности;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования дошкольниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно- оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнении

1.4 Возрастные особенности детей

Подготовительный возраст 6-7 лет
К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения. У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить 5 ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений). Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»). Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем. Владеет культурно гигиеническими навыками и понимает их необходимость.

1.5 Планируемые результаты освоения образовательной программы

Конечным результатом освоения Образовательной программы является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни

Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.

- Двигательные умения и навыки.
- Двигательно-экспрессивные способности и навыки.
- Навыки здорового образа жизни.

1. Содержательный раздел Программы:

Содержание образовательной работы с детьми подготовительной группы

Месяц	Темы\направления деятельности	Основные задачи работы с детьми	Формы работы
IX-2021г	«Ходит осень по дорожке!»	1**н.** - Продолжать развивать интерес к занятиям плаванием. - Продолжать знакомить с правилами поведения в бассейне. - Совершенствовать умение самостоятельно, выполнять навыки личной гигиены. - Воспитывать коммуникативные навыки и коллективные действия. **2н.** - Способствовать закаливанию детского организма. - Продолжать учить выполнять спад в воду с бортика бассейна. - Продолжать учить делать выдох в воду **3н.** - Продолжать учить работать ногами способом кроль. - Совершенствовать умение передвигаться разными способами. - Воспитывать коммуникативные навыки. **4н.** - Умение скользить на спине с опорой о плавательную доску. - Умение скользить на груди с работой ног способом кроль. – Умение скользить на спине с работой ног способом кроль. - Умение плавать на груди с работой рук. - Умение плавать на спине с работой рук. - Умение плавать на груди в полной координации. - Умение плавать на спине в полной координации.	СООД
X-2021г.	«Разноцветный мир вокруг»	**1н.** - Продолжать учить погружаться в воду спадом. - Совершенствовать умение передвигаться разными способами: шагом, бегом, прыжками. - Совершенствовать умение делать вдох и выдох на границе воды и воздуха. - Совершенствовать умение доставать предметы из воды. - Закреплять умение работать ногами способом кроль **2н.** - Продолжать учить выполнять спад в воду с бортика бассейна. - Продолжать учить делать выдох в воду. - Продолжать учить работать ногами способом кроль. - Совершенствовать умение передвигаться разными способами. **3н**. Продолжать учить выполнять спад в воду с бортика бассейна. - Совершенствовать умение передвигаться разными способами: бегом, прыжками. - Продолжать учить ходить, наклонившись вперед работая руками как при способе кроль на груди. - Продолжать учить выполнять упражнение «Стрелочка на груди, на спине». **4н**. - Совершенствовать умение передвигаться разными способами: шагом, бегом, прыжками. - Продолжать учить делать вдох с поворотом головы, работая ногами способом кроль. - Закреплять умение выполнять упражнение «Поплавок». - Продолжать учить выполнять упражнение «Стрелочка на груди, на спине».	СООД «Путешествие в осенний лес» (спортивный досуг)

XI-2021г.	«Конец осени — начало зимы»	**1н.** - Совершенствовать умение передвигаться разными способами: бегом, прыжками. - Продолжать учить выполнять упражнение «Стрелочка на груди на спине». - Закреплять умение выполнять упражнение «Поплавок». - Закреплять умение работать ногами способом кроль. - Продолжать учить ложиться на воду, держа руки и ноги на ширине плеч. **2н.** Совершенствовать умение передвигаться разными способами: бегом, прыжками. - Совершенствовать умение выполнять упражнение «Дельфины». - Закреплять умение выполнять упражнение «Поплавок». - Продолжать учить выполнять упражнение «Стрелочка на груди на спине». - Закреплять умение выполнять круговые движения руками назад. **3н.** - Совершенствовать умение передвигаться прыжками, погружаясь в воду с головой. - Продолжать учить плавать на груди, работая ногами способом кроль. - Закреплять умение ложиться на воду, держа руки и ноги на ширине плеч. - Продолжать учить выполнять упражнение «Звездочка на груди». - Закреплять умение выполнять вдох и выдох в воду **4н.** Продолжать учить плавать на груди, работая ногами способом кроль. - Закреплять умение ложиться на воду, держа руки и ноги на ширине плеч. - Продолжать учить выполнять упражнение «Звездочка на груди».	«В мире игр разных народов России» (спортивный досуг)
XII-2021г.	Здравствуй, гостья Зима!»	**1н.** - Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди, на спине». - Продолжать учить плавать на груди, на спине работая ногами способом кроль. - Продолжать учить выполнять круговые движения руками. - Учить выполнять вдох над поверхностью воды, повернуть голову в воду сделать выдох, пуская пузыри. **2н.** Совершенствовать умение передвигаться разными способами: бегом, прыжками. - Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди, на спине». - Продолжать учить плавать на груди, на спине работая ногами способом кроль. - Продолжать учить выполнять круговые движения руками. - Продолжать учить выполнять вдох над поверхностью воды, с поворотом головы, в воду сделав выдох, пуская пузыри **3н.** Продолжать учить скользить на спине с опорой о плавательную доску. - Продолжать учить скользить на груди с работой ног способом кроль. – Продолжать скользить на спине с работой ног способом кроль. **4н.** Продолжать учить скользить на спине с опорой о плавательную доску. - Продолжать учить скользить на груди с работой ног способом кроль. – Продолжать скользить на спине с работой ног способом кроль.	СООД, « Путешествиена остров Здоровья!» (спортивный досуг)
I - 2021 г.	«Наши любимые игры, игрушки, занятия»	**1н.** - Продолжать учить выполнять упражнение «Стрелочка на груди». - Продолжать учить выполнять упражнение «Стрелочка на спине». - Продолжать учить плавать на груди, на спине работая ногами способом кроль. - Продолжать учить работать руками как при плавании способом кроль на груди. - Совершенствовать умение передвигаться разными способами: бегом, прыжками **2н.** -Совершенствовать умение передвигаться разными способами: бегом, прыжками. - Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди, на спине». - Продолжать учить плавать на груди, на спине работая ногами способом кроль. - Продолжать учить выполнять	СООД, «Зимние забавы» (спортивный досуг)

		круговые движения руками. **3н.** - Продолжать учить выполнять упражнение «Стрелочка на груди, на спине». - Продолжать учить плавать на груди, на спине работая ногами способом кроль. - Продолжать учить работать руками как при плавании способом кроль на груди. - Совершенствовать умение передвигаться разными способами: бегом, прыжками **4н.** Продолжать учить работать ногами способом кроль на спине у перекладины. - Продолжать учить скользить с плавательной доской, работая ногами способом кроль. - Продолжать учить скользить на спине с плавательной доской, работая ногами способом кроль. - Совершенствовать умение погружаться в воду, задерживая дыхание.	
II-2021г.	«Мы поздравляем наших пап»	**1н.** Продолжать учить плавать на груди, на спине работая ногами способом кроль. - Продолжать учить выполнять упражнение «Звездочка на спине». - Продолжать учить делать выдох в воду при скольжении. - Продолжать учить выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении **2н.** Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди». - Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на спине». - Продолжать учить выполнять упражнение «Звездочка на груди на спине». - Продолжать учить выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении. - Совершенствовать умение передвигаться в воде разными способами. **3н.** - Продолжать учить работать ногами способом кроль на спине. - Продолжать учить выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении. - Совершенствовать умение выполнять упражнение «Дельфины». - Совершенствовать умение погружаться в воду, задерживая дыхание. 4**н.** Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди». - Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на спине». - Закреплять умение выполнять упражнение «Звездочка на груди на спине». - Продолжать учить делать выдох в воду при скольжении. - Продолжать учить выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении.	СООД, «Наши мальчики - будущие воины» (спортивный праздник)
III-2021г.	«Поздравь мамочку!»	**1н.** - Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди на спине». - Закреплять умение выполнять упражнение «Звездочка на груди на спине». - Продолжать учить делать выдох в воду при скольжении. - Учить выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении на спине. **2н.** Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди на спине». - Закреплять умение выполнять упражнение «Звездочка на груди на спине». - Продолжать учить делать выдох в воду при скольжении. - Продолжать учить выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении на спине. - Учить плавать в полной координации на груди способом кроль. **3н.** - Совершенствовать умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди». - Совершенствовать умение выполнять упражнение «Стрелочка на спине». - Совершенствовать умение выполнять упражнение «Звездочка на груди на спине». - Закреплять умение делать выдох в воду при скольжении. - Закреплять умение выполнять гребковые движения руками как при способе кроль на	«Праздник наших мам» (спортивный досуг)

		груди. - Продолжать учить плавать в полной координации на груди способом кроль. - Продолжать учить плавать в полной координации способом кроль на спине. **4н.** - Совершенствовать умение работать ногами способом кроль на спине. - Совершенствовать умение выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении. Совершенствовать умение выполнять упражнение «Дельфины». - Совершенствовать умение плавать в полной координации на груди способом кроль. - Совершенствовать умение плавать в полной координации способом кроль на спине.	

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СЕНТЯБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
Этапы СООД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Задачи: 1**н.** - Продолжать развивать интерес к занятиям плаванием. - Продолжать знакомить с правилами поведения в бассейне. - Совершенствовать умение самостоятельно, выполнять навыки личной гигиены. - Воспитывать коммуникативные навыки и коллективные действия. **2н.** - Способствовать закаливанию детского организма. - Продолжать учить выполнять спад в воду с бортика бассейна. - Продолжать учить делать выдох в воду **3н.** - Продолжать учить работать ногами способом кроль. - Совершенствовать умение передвигаться разными способами. - Воспитывать коммуникативные навыки. **4н.** - Умение скользить на спине с опорой о плавательную доску. - Умение скользить на груди с работой ног способом кроль. – Умение скользить на спине с работой ног способом кроль. - Умение плавать на груди с работой рук. - Умение плавать на спине с работой рук. - Умение плавать на груди в полной координации. - Умение плавать на спине в полной координации.					«Ходит осень по дорожке!»
Вводная часть	Повторить упражнения на освоение движений ног и рук, как при плавании кролем на груди и на спине				

Основные виды движений	Напомнить правила поведения в бассейне; Вспомнить умения детей: выдох через рот при опускании лица в воду; выдох через рот при погружении под поверхность воды; задержка дыхания с последующим погружением под поверхность воды; ходьба, бег в воде с движением рук и ног в различных направлениях.	Продолжать учить выдоху через рот при опускании лица в воду (сериями); учить выдоху через рот при погружении пол поверхность воды (сериями); погружаться под воду с последующим открыванием глаз и рассматриванием предметов; развивать умение задерживать дыхание на вдохе; разучить положение головы и ног для выполнения группировки (на суше); учить всплывать на поверхность воды «поплавок», «медуза», «звезда»; скольжение на груди «стрелочкой» на задержанном дыхании.	Продолжать учить выдоху через рот при опускании лица в воду (сериями); развивать умение задерживать дыхание на вдохе; учить выдоху через рот при погружении под поверхность воды (сериями); учить лежать на груди (на спине) в облегченных условиях (с поддержкой); разучить принимать положение стрелочки из положения «поплавок» (на суше, в воде); напомнить детям работу ног кролем (на суше, в воде).	Продолжать учить работать ногами кролем (на суше, в воде); продолжать учить самостоятельно выполнять выдох через рот при опускании лица в воду (сериями); учить принимать безопорное положение в воде на груди и на спине с поддерживающим предметом; продолжать работу над дыханием; упражнять в скольжении на спине с поддержкой и в скольжении на груди «стрелочкой» на задержанном дыхании; работа ногами кролем на суше и в воде.	
Подвижные игры	«Пузыри», «Пятнашки с мячом», «Водолазы»	«Поплавок», «Медуза» «Звезда», «Стрелочка»	«Фонтан», «Насос», «Качели», «Пятнашки с мячом»	«Стрелочка», «Торпеда», «Поезд в туннель»	
Игры малой подвижности	**Дыхательная гимнастика:** «Шарик» «Парус» «Каракатица» «Ныряние»				

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ОКТЯБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
Этапы СООД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	«Разноцветный мир вокруг»
Задачи: 1н. - Продолжать учить погружаться в воду спадом. - Совершенствовать умение передвигаться разными способами: шагом, бегом, прыжками. - Совершенствовать умение делать вдох и выдох на границе воды и воздуха. - Совершенствовать умение доставать предметы из воды. - Закреплять умение работать ногами способом кроль **2н.** - Продолжать учить выполнять спад в воду с бортика бассейна. - Продолжать учить делать выдох в воду. - Продолжать учить работать ногами способом кроль. - Совершенствовать умение передвигаться разными способами. **3н**. Продолжать учить выполнять спад в воду с бортика бассейна. - Совершенствовать умение передвигаться разными способами: бегом, прыжками. - Продолжать учить ходить, наклонившись вперед работая руками как при способе кроль на груди. - Продолжать учить выполнять упражнение «Стрелочка на груди, на спине». **4н**. - Совершенствовать умение передвигаться разными способами: шагом, бегом, прыжками. - Продолжать учить делать вдох с поворотом головы, работая ногами способом кроль. - Закреплять умение выполнять упражнение «Поплавок». - Продолжать учить выполнять упражнение «Стрелочка на груди, на спине».					
Вводная часть	Повторить упражнения на освоение движений ног и рук, как при плавании кролем на груди и на спине				
Основные виды движений	Напомнить правила поведения в бассейне; Вспомнить умения детей: выдох через рот при опускании лица в воду; выдох через рот при погружении под поверхность воды; задержка дыхания с последующим погружением под поверхность воды;	Продолжать учить выдоху через рот при опускании лица в воду (сериями); учить выдоху через рот при погружении пол поверхность воды (сериями); погружаться под воду с последующим открыванием глаз и рассматриванием предметов; развивать умение задерживать дыхание на вдохе; разучить положение головы и ног для выполнения группировки (на суше);	Продолжать учить выдоху через рот при опускании лица в воду (сериями); развивать умение задерживать дыхание на вдохе; учить выдоху через рот при погружении под поверхностьводы (сериями); учить лежать на груди (на спине) в облегченных условиях (с поддержкой);	Продолжать учить работать ногами кролем (на суше, в воде); продолжать учить самостоятельно выполнять выдох через рот при опускании лица в воду (сериями); учить принимать безопорное положение в воде на груди и на спине с поддерживающим предметом;	

	ходьба, бег в воде с движением рук и ног в различных направлениях.	учить всплывать на поверхность воды «поплавок», «медуза», «звезда»; скольжение на груди «стрелочкой» на задержанном дыхании.	разучить принимать положение стрелочки из положения «поплавок» (на суше, в воде); напомнить детям работу ног кролем (на суше, в воде).	продолжать работу над дыханием; упражнять в скольжении на спине с поддержкой и в скольжении на груди «стрелочкой» на задержанном дыхании; работа ногами кролем на суше и в воде.	
Подвижные игры	«Пузыри», «Пятнашки с мячом», «Водолазы»	«Поплавок», «Медуза» «Звезда», «Стрелочка»	«Фонтан», «Насос», «Качели», «Пятнашки с мячом»	«Стрелочка», «Торпеда», «Поезд в туннель»	
Игры малой	**Дыхательная гимнастика:** «Волны шипят» «Ныряние» «Запах моря» «Подыши» Самомассаж ступни и пальцев ног»				

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
НОЯБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Тема
Этапы СООД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	«Конец осени — начало зимы»
Задачи: 1н. - Совершенствовать умение передвигаться разными способами: бегом, прыжками. - Продолжать учить выполнять упражнение «Стрелочка на груди на спине». - Закреплять умение выполнять упражнение «Поплавок». - Закреплять умение работать ногами способом кроль. - Продолжать учить ложиться на воду, держа руки и ноги на ширине плеч. **2н.** Совершенствовать умение передвигаться разными способами: бегом, прыжками. - Совершенствовать умение выполнять упражнение «Дельфины». - Закреплять умение выполнять упражнение «Поплавок». - Продолжать учить выполнять упражнение «Стрелочка на груди на спине». - Закреплять умение выполнять круговые движения руками назад. **3н.** - Совершенствовать умение передвигаться прыжками, погружаясь в воду с головой. - Продолжать учить плавать на груди, работая ногами способом кроль. - Закреплять умение ложиться на воду, держа руки и ноги на ширине плеч. - Продолжать учить выполнять упражнение «Звездочка на груди». - Закреплять умение выполнять вдох и выдох в воду **4н.** Продолжать учить плавать на груди, работая ногами способом кроль. - Закреплять умение ложиться на воду, держа руки и ноги на ширине плеч. - Продолжать учить выполнять упражнение «Звездочка на груди».					
Вводная часть	Повторить упражнения на освоение движений ног и рук, как при плавании кролем на груди и на спине				
Основные виды движений	Развивать силу ног для выполнения толчка при скольжении; научить правильной постановке ног на борт для выполнения толчка при скольжении на груди; продолжать работу над постановкой дыхания; продолжать упражнять в всплывании на поверхность «поплавок, медуза, звезда (на груди и спине)»;	Учить соединять скольжение с работай ног кролем нам груди, на задержанном дыхании; учить принимать положение стрелочки на спине, отталкиваясь от дна бассейна двумя ногами (без скольжения); продолжать упражнять в всплывании на поверхность ранее изученными способами; разучить выполнение выдоха через рот с поворотом головы в	Работа ног кролем в положении «стрелочкой» на груди; учить скользить «стрелочкой» на спине; учить выполнять выдох через рот в стороны (вправо, влево) на суше в воде; работа ног кролем на спине (на суше); учить выполнять скольжение на груди из разных исходных положений;	Закреплять работу ног кролем на груди («стрелочка»); учить чередовать дыхание через рот при опускании лица вводу и работу ног кролем с	

	воспитывать безбоязненное отношение к воде (прыжки в воду); продолжать отрабатывать работу ног кролем на груди (на суше, в воде) и спине (на суше).	стороны (на суше); погружение под воду с последующим открыванием глас и доставанием предметов со дна.	самостоятельное выполнение «звезды» на груди и спине; доставание предметов со дна бассейна.	доской; учить работать ногами на спине (с доской); скольжение на боку; всплывание; продолжать учить выполнять выдохи через рот в стороны; учить прыжкам в воду «стрелочкой»; учить принимать вертикальное положение в воде; учить загребать воду ладонью.	
Подвижные игры	«Поплавок», «Медуза» «Звезда», «Стрелочка»	«Кто дальше?», «Поплавок», «Медуза» «Звезда», «Водолазы»	«Достань клад», «Морской бой», «Поезд в туннель»	«Переправа», «Покажи пятки», «Волны на море»	
Игры малой	**Дыхательная гимнастика:** «Ветер и листья» «Осенние листочки» «Птица отдыхает» «Листья шуршат»				

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЕКАБРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					Тема
Этапы СООД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Задачи: 1н. - Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди, на спине». - Продолжать учить плавать на груди, на спине работая ногами способом кроль. - Продолжать учить выполнять круговые движения руками. - Учить выполнять вдох над поверхностью воды, повернуть голову в воду сделать выдох, пуская пузыри. **2н.** Совершенствовать умение передвигаться разными способами: бегом, прыжками. - Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди, на спине». - Продолжать учить плавать на груди, на спине работая ногами способом кроль. - Продолжать учить выполнять круговые движения руками. - Продолжать учить выполнять вдох над поверхностью воды, с поворотом головы, в воду сделав выдох, пуская пузыри **3н.** Продолжать учить скользить на спине с опорой о плавательную доску. - Продолжать учить скользить на груди с работой ног способом кроль. – Продолжать скользить на спине с работой ног способом кроль. **4н.** Продолжать учить скользить на спине с опорой о плавательную доску. - Продолжать учить скользить на груди с работой ног способом кроль. – Продолжать скользить на спине с работой ног способом кроль.					«Здравствуй, гостья Зима!»
Вводная часть	Повторить упражнения на освоение движений ног и рук, как при плавании кролем на груди и на спине				
Основные виды движений	Работа ног кролем на груди и спине с доской; работа над ранее изученными способами дыхания; проплывание под водой на задержанном дыхании; скольжение боком с доской; проплывание 3-4 метра на груди и спине с доской без остановки.	Учит плыть на спине с прижатой доской к ногам; разучить плавание на боку работая ногами кролем с чередованием дыхания (с доской); учить работать руками «мельницей» (на суше, в воде) стоя на месте и в ходьбе на задержанном дыхании; погружение под воду с последующей ориентировкой в ней; прыжки в воду «стрелочкой».	Работа ног кролем на груди с доской и без доски; работа ног кролем на спине с доской и без доски; скольжение на спине и груди; продолжать упражнять в дыхании; плавание с доской на боку; работа рук мельницей (на суше, в воде) на месте и в ходьбе, на задержанном дыхании.	Разучить гребковое движение на спине (на суше) из положения «стрелочка»; проплывание на спине ранее разученным способом с прижатой к ногам доской; учить согласовывать работу ног	

				«мельницей» и ног кролем на груди; проплывание отрезков в бассейне ранее изученными способами.	
Подвижные игры	Упражнения в парах с мячом, «Морской бой», «Караси и карпы»	«Мельница», «Пятнашки», «Сядь на дно»	«Буксир», «Катера», «Мельница»	Свободное плавание	
Игры малой подвижности	**Дыхательная гимнастика:** «подуй на пальцы» «Морозко» «Шарик» «Ветерок»				

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ЯНВАРЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности				**Тема**
Этапы СООД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	
Задачи: 1н. - Продолжать учить выполнять упражнение «Стрелочка на груди». - Продолжать учить выполнять упражнение «Стрелочка на спине». - Продолжать учить плавать на груди, на спине работая ногами способом кроль. - Продолжать учить работать руками как при плавании способом кроль на груди. - Совершенствовать умение передвигаться разными способами: бегом, прыжками **2н.** -Совершенствовать умение передвигаться разными способами: бегом, прыжками. - Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди, на спине». - Продолжать учить плавать на груди, на спине работая ногами способом кроль. - Продолжать учить выполнять круговые движения руками. **3н.** - Продолжать учить выполнять упражнение «Стрелочка на груди, на спине». - Продолжать учить плавать на груди, на спине работая ногами способом кроль. - Продолжать учить работать руками как при плавании способом кроль на груди. -				«Наши любимые игры, игрушки, занятия»

Совершенствовать умение передвигаться разными способами: бегом, прыжками **4н.** Продолжать учить работать ногами способом кроль на спине у перекладины. - Продолжать учить скользить с плавательной доской, работая ногами способом кроль. - Продолжать учить скользить на спине с плавательной доской, работая ногами способом кроль. - Совершенствовать умение погружаться в воду, задерживая дыхание.				
Вводная часть	Повторить упражнения на освоение движений ног и рук, как при плавании кролем на груди и на спине			
Основные виды движений	Продолжать учить согласовывать работу ног и работу рук на спине; учить согласовывать работу рук «мельницей» и работу ног кролем на груди; всплывание и лежание на воде; прыжки в воду; доставание предметов со дна бассейна; скольжение на спине и груди с последующей работай ног; учить выполнять кувырки вводе (вперед).	Продолжать учить сочетать скольжение на груди с работой рук кролем; скольжение на спине, отталкиваясь от стенки бассейна; учить скользить на спине в сочетании с дыханием; скольжение на спине с работай рук кролем; закреплять навык выдоха в воду в стороны.	Учить работать ногами кролем на спине и груди на суше и в воде; скольжение с последующей работой ног на спине и груди; учить работать руками кролем на груди и спине с колобашкой «мельница»; продолжать закреплять навык выдоха воду перед собой и в стороны; проведение эстафет.	
Подвижные игры	«Самый ловкий», «Смелые ребята», «Водный футбол»	«Пятнашки», «Воробьи -вороны»	«Рыбак и рыбки», эстафеты	
Игры малой подвижности	**Дыхательная гимнастика:** «Пловец» «Карлики и великаны» «Шарик» «Ветер»			

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ФЕВРАЛЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
Этапы СООД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	. «Мы поздравляем наших пап»
Задачи: 1н. Продолжать учить плавать на груди, на спине работая ногами способом кроль. - Продолжать учить выполнять упражнение «Звездочка на спине». - Продолжать учить делать выдох в воду при скольжении. - Продолжать учить выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении **2н.** Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди». - Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на спине». - Продолжать учить выполнять упражнение «Звездочка на груди на спине». - Продолжать учить выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении. - Совершенствовать умение передвигаться в воде разными способами. **3н.** - Продолжать учить работать ногами способом кроль на спине. - Продолжать учить выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении. - Совершенствовать умение выполнять упражнение «Дельфины». - Совершенствовать умение погружаться в воду, задерживая дыхание. 4**н.** Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди». - Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на спине». - Закреплять умение выполнять упражнение «Звездочка на груди на спине». - Продолжать учить делать выдох в воду при скольжении. - Продолжать учить выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении.					
Вводная часть	Повторить упражнения на освоение движений ног и рук, как при плавании кролем на груди и на спине				
Основные виды движений	Проплывание бассейна кролем на груди и спине в полной координации; упражнения на	Работа ног кролем в положении «стрелочкой» на груди; учить скользить «стрелочкой» на спине; учить выполнять выдох через рот в	Учить соединять скольжение с работой ног кролем нам груди, на задержанном дыхании; учить принимать положение стрелочки на спине, отталкиваясь от дна	Проплывание бассейна кролем на груди и спине в	

	проплывание в парах кролем на груди и спине не в полной координации; продолжать закреплять навык лежания на воде без поддержки; работа ног кролем на суше и в воде.	стороны (вправо, влево) на суше в воде; работа ног кролем на спине (на суше); учить выполнять скольжение на груди из разных исходных положений; самостоятельное выполнение «звезды» на груди и спине; доставание предметов со дна бассейна.	бассейна двумя ногами (без скольжения); продолжать упражнять в всплывании на поверхность ранее изученными способами; разучить выполнение выдоха через рот с поворотом головы в стороны (на суше); погружение под воду с последующим открыванием глаз и доставанием предметов со дна.	полной координации; упражнения на проплывание в парах кролем на груди и спине не в полной координации; продолжать закреплять навык лежания на воде без поддержки; работа ног кролем на суше и в воде.	
Подвижные игры	«Морской бой», «Караси и карпы»	«Переправа», «Покажи пятки», «Волны на море»	«Кто дальше?», «Поплавок», «Медуза», «Звезда», «Водолазы»	«Морской бой», «Караси и карпы»	
Игры малой подвижности	**Дыхательная гимнастика:** «Насос», «Гуси», «Гуси шипят» ,«Гуси летят»				

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАРТ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
	1-я неделя	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	

Этапы СООД					«Поздравьмамочку!»
Задачи: 1н. - Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди на спине». - Закреплять умение выполнять упражнение «Звездочка на груди на спине». - Продолжать учить делать выдох в воду при скольжении. - Учить выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении на спине. **2н.** Закреплять умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди на спине». - Закреплять умение выполнять упражнение «Звездочка на груди на спине». - Продолжать учить делать выдох в воду при скольжении. - Продолжать учить выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении на спине. - Учить плавать в полной координации на груди способом кроль. **3н.** - Совершенствовать умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди». - Совершенствовать умение выполнять упражнение «Стрелочка на спине». - Совершенствовать умение выполнять упражнение «Звездочка на груди на спине». - Закреплять умение делать выдох в воду при скольжении. - Закреплять умение выполнять гребковые движения руками как при способе кроль на груди. - Продолжать учить плавать в полной координации на груди способом кроль. - Продолжать учить плавать в полной координации способом кроль на спине. **4н.** - Совершенствовать умение работать ногами способом кроль на спине. - Совершенствовать умение выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении. Совершенствовать умение выполнять упражнение «Дельфины». - Совершенствовать умение плавать в полной координации на груди способом кроль. - Совершенствовать умение плавать в полной координации способом кроль на спине.					
Вводная часть	Повторить упражнения на освоение движений ног и рук, как при плавании кролем на груди и на спине				
Основные виды движений	Учить работать ногами кролем на спине и груди на суше и в воде; скольжение с последующей работой ног на спине и груди; учить работать руками кролем на груди и спине с колобашкой «мельница»; продолжать закреплять навык выдоха воду перед собой и в стороны; проведение эстафет.	Работа ног кролем в положении «стрелочкой» на груди; учить скользить «стрелочкой» на спине; учить выполнять выдох через рот в стороны (вправо, влево) на суше в воде; работа ног кролем на спине (на суше); учить выполнять скольжение на груди из разных исходных положений; самостоятельное выполнение «звезды» на груди и спине; доставание предметов со дна бассейна.	Учить плавать на спине с различными положениями рук («стрелочка», руки прижаты к телу, левая рука вверху, правая прижата к ноге и наоборот). Учить плавать на груди (с колобашкой в руках): три гребка-вдох; Проплывание бассейна на спине с выносом рук; на груди мельницей (на задержанном дыхании).	Учить отталкиваться от стенки бассейна двумя ногами (старт на спине) с дальнейшим скольжением на спине (руки прижаты к ногам); Выполнение гребковых движений руками в скольжении в сочетании с выдохом в воду (на груди); Передвижения по дну бассейна разными способами в сочетании с движениями рук; Погружение под поверхность воды на задержанном дыхании;	
Подвижные игры	«Буксир», «Катера», «Мельница»	«Пузыри», «Пятнашки с мячом», «Водолазы»	Свободное плавание	«Неваляшка», «Кто рядом – сядь!», «Караси и карпы»	
Игры малой подвижности	**Дыхательная гимнастика:** «Хлопушка» «Здравствуй солнышко» «Лягушка» «Смешинка»				

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
АПРЕЛЬ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
Этапы СООД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	«Весенние деньки»
Задачи: 1н. - Совершенствовать умение выполнять упражнение «Стрелочка на груди на спине». - Совершенствовать умение выполнять упражнение «Звездочка на груди на спине». **2н.** - Совершенствовать умение делать выдох в воду при скольжении. - Совершенствовать умение выполнять гребковые движения руками как при способе кроль, в скольжении на спине**2н.** Повторить упражнение в ходьбе и беге; упражнять в прыжках в длину с разбега, в перебрасывании мяча друг другу. **3н.** Совершенствовать умение выполнять упражнение «Поплавок». - Совершенствовать умение плавать в полной координации на груди способом кроль. **4н.** Совершенствовать умение плавать в полной координации способом кроль на спине. - Воспитывать смелость, решительность.					
Вводная часть	Повторить упражнения на освоение движений ног и рук, как при плавании кролем на груди и на спине				
Основные виды движений	Продолжать упражнять в гребковых движениях руками по типу кроля. Продолжать приучать детей не бояться брызг, действовать согласованно; Продолжать упражнять в погружении под поверхность воды с головой.	Закрепление умения выполнять выдох в воду (сериями); Погружение под воду, открывание глаз в воде и доставание предметов со дна бассейна. Закреплять умения погружаться спол воду, держаться на воде, скользить.	Закрепление работы рук кролем на груди с доской и без доски; Закрепление работы ног кролем на спине с доской и без доски; скольжение на спине и груди; продолжать упражнять в дыхании; плавание с доской на боку; работа рук мельницей (на суше, в воде) на месте и в ходьбе, на задержанном дыхании.	Закреплять умение работать ногами кролем в положении «стрелочкой» на груди. Закреплять умение скользить «стрелочкой» на спине; Закреплять умение выполнять выдох через рот в стороны (вправо, влево) на суше в воде; работа ног кролем на спине (на суше). Закреплять умение выполнять скольжение на груди из разных исходных положений;	

				самостоятельное выполнение «звезды» на груди и спине; доставание предметов со дна бассейна.	
Подвижные игры	«Байдарки», «Морской бой», «Охотники и утки»	«Качели», «Водолазы», «Пятнашки с поплавком»	«Карасики и карпы», «Кто дальше?», «На буксире»	Проведение эстафет	
Игры малой подвижности	**Дыхательная гимнастика:** «Перышко» «Ежик» «Вырасти большой» «Лес шумит»				

КОМПЛЕКСНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СООД ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МАЙ (подготовительная группа)

Содержание организованной образовательной деятельности					**Тема**
Этапы СООД	**1-я неделя**	**2-я неделя**	**3-я неделя**	**4-я неделя**	
Задачи: 1н. - Развивать скоростно-силовые качества. - Умение скользить на спине с опорой о плавательную доску. - Умение скользить на груди с работой ног способом кроль. **2н.** Умение скользить на спине с работой ног способом кроль. - Умение плавать на груди с работой рук. **3н.** - Умение плавать на спине с работой рук. -Умение плавать на груди в полной координации. **4н.** Умение плавать на спине в полной координации. - Развитие волевых усилий					«Весна идёт — навстречу лету!»
Вводная часть	Повторить упражнения на освоение движений ног и рук, как при плавании кролем на груди и на спине				
Основные виды движений	Проплывание бассейна кролем на груди и спине в полной координации; упражнения на проплывание в парах кролем на груди и спине не в полной координации (с гимнастической	абота ног кролем на груди и спине с доской; работа над ранее изученными способами дыхания; проплывание под водой на задержанном дыхании; скольжение	Плавание в полной координации рук, ног и дыхания кролем на груди, на спине и на боку; прыжки в воду;	Закрепление пройденного материала; плавание в полной	

	палкой); продолжать закреплять навык лежания на воде без поддержки; работа ног кролем на суше и в воде.	боком с доской; проплывание 3-4 метра на груди и спине с доской без остановки.	проплывание всей длины бассейна.	координации рук, ног и дыхания кролем на груди, на спине.
Подвижные игры	«Винт», «Разговор по телефону»	«Воротики», «Тачка», «Нырни в круг»	Свободные игры в воде	Свободные игры в воде
Игры малой подвижности	**Дыхательная гимнастика:** «Пловец кролем» «Маятник» «Пускаем мыльные пузыри» «Воздушный шар поднимается вверх»			

2.2. Система педагогической диагностики

(мониторинга) достижения детьми планируемых результатов основной адаптированной программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников (во всех группах)

Объекты педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в образовательной области «Физическое развитие»	Наблюдения	2 раза в год	2 недели в каждой группе	Сентябрь/Май

2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными

представителями) воспитанников

Месяц	Темы	Группы	Формы работы	Дополнительная информация

Сентябрь 2020г.	«Совместная работа семьи и ДОУ по воспитанию здорового ребенка»	Все группы	Выступление на родительских собраниях	
Октябрь 2020г.	« Особенности физического развития детей »	Все группы	Индивидуальные консультации	
Ноябрь 2020г.	«Путешествие в Страну здоровья»	Средний дошкольный возраст	Открытое занятие	Совместный проект с родителями
Декабрь 2020г.	« Красивая осанка - залог здоровья!»	Все группы	Консультация	Наглядный материал
Январь 2021г.	« Любимые зимние развлечения»	Все группы	Анкетирование Консультация	Конкурс рисунка на тему « Любимые игры зимой!»
Февраль 2021г.	« Мы будущие олимпийцы!»	Старший дошкольный возраст	Индивидуальные консультации	
Март 2021г.	« Физические упражнения - как средство предупреждения плоскостопия»	Старший дошкольный возраст	Консультация	Наглядный материал
Апрель 2021г.	« Двигательное предпочтения девочек и мальчиков!»	Все группы	Индивидуальные консультации	
Май 2021г.	Правила красивой осанки для будущих школьников!	Подготовительная группа	«Круглый стол»	Наглядный материал

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников —консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье.

2. Организационный раздел рабочей программы:

3.1 Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	**Самостоятельная деятельность детей**	**Виды деятельности, технологии**	**Индивидуальный маршрут развития ребенка**
Занятия по физическому развитию (СООД) 3 раза в неделю в каждой возрастной группе. Праздники - проводятся 2 раза в год Спортивные развлечения, досуги - 1 раз в месяц. Другие формы совместной деятельности- дни здоровья; подвижные игры; - спортивные игры и	Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах - Оборудование для ходьбы, бега, равновесия, для прыжков, для катания, бросания, ловли, для ползания и лазания. - Атрибуты к подвижным играм. Нетрадиционное	**3-4 года**- непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья; - игровые беседы с элементами движений; - разные виды гимнастик; - закаливающие процедуры; - физкультминутки, динамические паузы; - рассматривание иллюстраций; - двигательная активность в течение дня - **4-5 лет** непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные игры и упражнения; - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья; - игровые беседы с элементами движений; - закаливающие процедуры; - физминутки, динамические паузы; - рассматривание иллюстраций; - двигательная активность в течение дня. - **5-6 лет** непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные игры и упражнения; - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья;	Способ построения индивидуального образовательного маршрута ребенка характеризует особенности его обучения, и развития на протяжении определенного времени. Сущность построения ИОМ состоит именно в том, чтобы можно отслеживать процесс изменения (динамики) в развитии и обучении ребенка. Индивидуальные достижения детей в образовательной области «Физическое развитие» диагностируются по параметрам: - Приобретение опыта в двигательной деятельности с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств как координация и гибкость; - Приобретение опыта в двигательной деятельности, способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений; - Приобретение опыта в

упражнения; развивающая игровая деятельность; игровые беседы с элементами движений;	физкультурное оборудование Картинки-символы к упражнениям, схемы Сюжетные картинки о спорте.	- игровые беседы с элементами движений; - разные виды гимнастик; - закаливающие процедуры; - физминутки, динамические паузы; - рассматривание иллюстраций; - двигательная активность в течение дня. - **6-7 лет** непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные игры и упражнения; - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья; - игровые беседы с элементами движений; - разные виды гимнастик; - закаливающие процедуры; - физминутки, динамические паузы; - рассматривание иллюстраций; двигательная активность в течение дня.	двигательной деятельности, способствующей развитию крупной и мелкой моторики обеих рук; - Приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с правильным не наносящим ущерба организму выполнением основных движений; - Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; -Становление целенаправленности и саморегуляции двигательной сфере; Становление ценностей ЗОЖ, овладение его элементарными нормами и правилами

3.2 Система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Выделяется 6 основных форм организации двигательной деятельности в режиме учебного дня, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

1 — традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),

2 — тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),

3 — игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),

4 — сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),

5 — с использованием тренажеров (гимнастическая стенка, гимнастическая скамья, диск здоровья и т.п.),

6 — по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, скакалки и т.п.). Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке,

физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Для полной реализации программы улучшается материально-техническая и учебно-спортивная база, проводится спортивные соревнования.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны:

- комплексы утренней гимнастики
- комплексы бодрящей гимнастики
- комплексы физкультминуток
- комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп
- комплексы дыхательных упражнений
- гимнастика для глаз и т. п.

3.3. Модель взаимодействия инструктора со специалистами и воспитателями

Музыкальный руководитель	Воспитатели
Развивает у детей музыкальный и речевой слух, обеспечивает Развитие способности принимать ритмическую сторону музыки, движений, речи; Формирует правильное фразовое дыхание; развивает силу и тембр голоса. Музыка воздействует: - на эмоции детей; - создает у них хорошее настроение; - помогает активировать умственную деятельность; - способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации; - привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.	Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью; следит, 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. Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей: Использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание. Взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности. Формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности. Помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п. Активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

3.4. Организация двигательного режима

Формы организации	**Подготовительная группа**
Организованная деятельность	10 час и более/нед
Физкультурные занятия	30 мин
Утренняя гимнастика	10мин

Закаливающие процедуры	10 мин
Физкультминутка	3 мин
Динамическая переменка	7-10 мин
Подвижные игры и спортивные упражнения на прогулке	25 мин
Индивидуальная работа по развитию движений на вечерней прогулке	10-12 мин
Гимнастика после дневного сна (бодрящая)	5 мин
Физкультурные досуги (1 раз в месяц)	30 мин
Спортивные праздники	60 мин/2р/г
Самостоятельная двигательная деятельность (на утренней прогулке, игры в помещении и прочие движения в режиме дня 1-2 половине дня)	1 час 20 мин.
Пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту.	30 мин

3.5. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

Группы	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию в неделю
Подготовительная группа	30 минут	1

3.6. Создание развивающей предметно-пространственной среды

Образовательная область	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды	
	Содержание	Срок(месяц)
Физическое развитие	Изготовление атрибутов к подвижным играм (флажки)	Сентябрь - октябрь
	Подготовка и изготовление пособий к совместному проекту с родителями	Октябрь-ноябрь
	Наглядный материал	Декабрь
	Пополнение наглядного материала «Зимние виды спорта»	Январь
	Пополнение оформления к проведению праздника, посвященному 23 февраля	Февраль
	Изготовление пособий к спортивному досугу «Мы – юные космонавты!»	Март - апрель
	Пополнение наглядного материала на тему « Двигательные предпочтения мальчиков и девочек!»	Апрель
	Изготовление атрибутов к летним досугам и пополнение наглядного материала	Май- Июнь

3.7. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, и др.)

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
Физическое развитие	- Физическое воспитание в детском саду» / Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика- синтез, 2006. - «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» /Э.Я. Степаненкова. – М.: Academia, 2001. - «Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений» / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, М.А. Рунова. – М.: Мозаика-синтез, 1999. - «Физическая культура – дошкольникам» / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2004. - «Физическая культура в младшей (средней, старшей, подготовительной) группе детского сада» / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2005. - «С физкультурой дружить - здоровым быть» / М.Д. Маханева. – М.: ТЦ «Сфера», 2009. - «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении» / А.П. Щербак. – М.: Владос, 1999. - «Физкультурные праздники в детском саду» / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – М.: Просвещение, 2003. - Литвинова М.Ф. Подвижные игры и упражнения с детьми. – М., 2005. - Примерное комплексно – тематическое планирование к программе «дошкольного образования Мозаика»» Под редакцией В.Ю. Белькович, Н.В. Гребёнкина, И.А. Кильдышева. Издательство Русское слово, Москва, 2017. - Рунова М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду. - Маханева М. Д. С физкультурой дружить — здоровым быть. - Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы во второй младшей группе. - Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работыв средней группе. - Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе. - Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работыв подготовительной к школе группе. - Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет. - Давидчук А.Н., Ивашко И.Н. Планирование образовательной работы в ДОУ: Младший дошкольный возрвст. – М.: Мозаика – Синтез, 2003.-40с. - Шишкина В.А.Движение + движения: М.: Просвещение, 1992.-

	96с. - Лайзане С.Я Физическая культура для малышей: М.: «Просвещение», 1987. – 160с. - Филиппова С.О. Пономарев Г.Н. Теория и методика физической культуры дошкольников. - Парциальная программа «Формирование культуры безопасности у детей от 3 до 8 лет» (Л. Л. Тимофеева).
Педагогическая диагностика	В.Ю. Белькович Журнал педагогической диагностики развития ребенка. – М.: «Русское слово», 2018

Физкультурное оборудование и инвентарь

Надувные игрушки (маленькие)	3 шт
Игрушки надувные большие	2 шт.
Кольца цветные, тонущие 18 см.	16 шт.
Цветные тонущие палочки	20шт.
Обручи нетонущие	2 шт.
Баскетбольные корзины плавающие	2 шт.
Мяч резиновый	2 шт.
• Игрушки – рыбки.	8 шт.
Доски плавательные	15 шт.
Ласты детские	15 шт.
Нарукавники для плавания оранжевые	6 пар.
Круги для плавания	3 шт.
Корзины для хранения игрушек	6 шт.
Мячи надувные	6 шт.
Нудлы цветные короткие	16 шт.
Нудлы цветные длинные	10 шт.
Флажки-ограничители	6 шт.
Веревка с поплавками	2 шт.
Подставки по нудлы с отверстием	16 шт.
Поплавок для плавания	18 шт.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными

задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку предметов.