

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Наголенский детский сад Ровеньского района Белгородской области»

Принята:

на заседании педагогического совета
«Наголенский детский сад
Ровеньского района
Белгородской области»
протокол №1 от 23 августа 2019 г.

Утверждена:

приказом по МБДОУ
«Наголенский детский сад
Ровеньского района
Белгородской области»
№ 244 от 23 августа 2019 г.

**Рабочая программа
по реализации авторской парциальной программы
физического развития Л.Н. Волошиной
«Выходи играть во двор»
средняя группа**

Подготовила воспитатель:
Бережная В.И.

с. Нагольное, 2019г.

Содержание

1. Целевой раздел программы	2
1.1. Пояснительная записка	2
1.2. Планируемые результаты освоения программы	8
2. Содержательный раздел программы	9
2.1. Содержание парциальной программы по возрастным группам	10
2.2. Описание образовательной деятельности по программе	40
3. Организационный раздел программы	47
3.1. Информационно-методическое сопровождение программы	47
3.2. Материально-техническое сопровождение программы	49
3.3. Мониторинг физкультурно-оздоровительной деятельности	53
3.4. Методическое обеспечение программы	56
4. Список используемой литературы	57

1. Целевой раздел программы

1.1. Пояснительная записка

- 1. Данная рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 года № 273-ФЗ);
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. №1155);
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы ДООУ (СанПиН 2.4.1. 3049-13);
- Программой развития МБДОУ «Наголенский детский сад Ровеньского района Белгородской области»;
- Основной общеобразовательной программой МБДОУ на основе примерной общеобразовательной программы «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой, А. Г. Гогоберидзе (разработанной на основе и в соответствии с ФГОС дошкольного образования).
- Положением о годовом планировании деятельности дошкольной образовательной организации

Программа обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей дошкольников 4-5 лет в различных видах деятельности: игровая, коммуникативная, восприятие художественной литературы и фольклора.

Примерная парциальная образовательная программа физического воспитания «Выходи играть во двор» разработана в рамках проекта «Дошкольник Белогорья», соответствует требованиям ФГОС и является результатом многолетней экспериментальной деятельности дошкольных учреждений региона, кафедры дошкольной педагогики и психологии НИУ БелГУ, кафедры дошкольного и начального образования БелИРО, лаборатории игровых технологий Института социализации и образования РАО.

В основу программы заложены теоретические идеи, инновационный педагогический опыт белгородской научной школы дошкольного образования, связанные с воссозданием и развитием игрового пространства детства. Как показывают наши наблюдения, из жизни современных детей

исчезают прыгалки-скакалки, увлекательные народные игры и игры с мячом. Всё реже во дворе можно увидеть увлеченное игрой детское сообщество.

Актуальность программы повышается из-за перенасыщенности современного ребенка информацией: телевидение, радио, видео, интернет. Но эти источники представляют, в основном, материал для пассивного восприятия. Одним из преимуществ игры является то, что она всегда требует активных действий от каждого ребенка. Игра активизирует взаимодействие когнитивного, эмоционального начал в образовательном процессе. Она не только побуждает детей мыслить и выражать свои мысли, но и обеспечивает целенаправленность действий, следовательно, дисциплинирует ум ребенка. Во многих играх заложена возможность самообучения ребенка через игровые действия, их повторность, поиск правильного решения задачи, достижения успешного результата. Способ игрового действия часто подсказывается самой конструкцией игры, что отвечает задаче воспитания, самостоятельности в игре.

Цель программы: обеспечение равных возможностей для полноценного физического развития ребенка в период дошкольного детства с учетом интересов, потребностей детей и их родителей, специфики национальных и социокультурных условий, спортивных традиций региона.

Задачи программы:

- формирование устойчивого интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности;
- обогащение двигательного опыта дошкольников новыми двигательными действиями;
- закрепление техники выполнения основных движений, ОРУ, элементов спортивных игр;
- содействие развитию двигательных способностей детей: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости;
- воспитание положительных нравственно-волевых качеств;
- формирование культуры здоровья.

Базовые идеи программы:

Научные основы программы связаны со становлением субъектности растущего человека, развитием дошкольника, как субъекта в условиях интеграции двигательной, игровой, коммуникативной, познавательно - исследовательской деятельности.

В программе нашли отражение совокупность условий, ситуаций выбора, стимулирующих развитие детской субъектности. В таких её проявлениях, как самостоятельная двигательная деятельность, педагогическая поддержка инициатив и познавательной активности ребенка. В основу программы заложены гуманистические идеи современного образования, личностно-ориентированный подход. Её содержание направлено на развитие личности ребенка, позитивную социализацию индивидуализацию, становление ценностей здорового образа жизни. Программа построена на принципе регионализации образования. Её содержание разработано с учетом климатогеографических условий, культурных и спортивных традиций региона. Программа создает условия учета этнических особенностей, как одного из факторов духовного и физического развития ребенка.

В программе нашли отражение ведущие принципы отечественной педагогики.

Принцип развивающего характера образования.

Развитию способностей ребенка, обогащению воображения, памяти, мышления, восприятия, речи способствует вовлечение ребенка в разные виды деятельности, использование имитации игровых упражнений.

Принцип социализации.

Игровое содержание программы предполагает коллективную двигательную деятельность, совместное решение двигательных задач, воспитание личностных отношений, коммуникативных и организаторских умений.

Принцип оздоровительной направленности обеспечивается проектированием физкультурно-оздоровительных мероприятий по программе с учетом здоровья и физического развития каждого ребенка. Оптимальное использование естественных сил природы в сочетании с физическими упражнениями повышает функциональные возможности организма детей.

Принцип индивидуализации нацеливает нас на построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится ее субъектом, активным в выборе содержания двигательной деятельности.

Принцип вариативности образования обеспечивает педагогу право свободного выбора модулей программы в зависимости от погодных условий, двигательных предпочтений детей, желания родителей, особенностей предметно развивающей среды дошкольной организации.

В организации физкультурных занятий предусмотрена возможность выбора детьми физкультурных пособий, видов двигательной деятельности, участников совместной деятельности.

В проектировании содержания и организации физкультурных занятий на открытом воздухе были заложены также принципы интеграции различных видов деятельности: игровой, познавательной, двигательной, коммуникативной, исследовательской. В методических рекомендациях предложены возможные варианты совместной проектной деятельности детей и взрослых по тематике программы.

В структуре рабочей программы в соответствии с ФГОС дошкольного образования выделено три раздела (целевой, содержательный, организационный). Определены задачи, содержание и ожидаемые результаты в реализации вариативной части образовательной области «Физическое развитие». Так же раскрыты особенности организации физкультурных занятий на открытом воздухе в разных возрастных группах.

В содержательном разделе парциальной программы выделено четыре самостоятельных модуля:

Модуль 1 «Осень золотая»

Тема №1 «Любимые игры бабушек и дедушек»

Тема №2 «Городки игра народная»

Тема №3 «Шишки, желуди, каштаны»

Модуль 2 «Зимние забавы»

Тема №1 «Мы хоккеисты»

Тема №2 «Для зимы привычны санки»

Тема №3 «Зима пришла, вставай на лыжи»

Модуль 3 «Приди, весна красавица»

Тема №1 «Игры родного края»

Тема №2 «Мой веселый, звонкий мяч»

Модуль 4 «Лето красное»

Тема №1 «Летающий воланчик»

Тема №2 «Веселые капельки»

Тема №3 «Прыгалки, скакалки»

Содержание программы вариативно. Оно соответствует возрастным возможностям, интересам, потребностям детей и родителей, сезону, условиям ДО и может изменяться по желанию субъектов образовательного процесса. Возможно использование отдельных модулей или замена модулей на авторские.

Организационный раздел парциальной программы включает описание материально-технического обеспечения программы, обеспеченности методическими материалами, информационное сопровождение программы. Обращаем внимание педагогов, что в режиме дня содержание программы реализуется на третьем физкультурном занятии, которое проводится на открытом воздухе динамических часах (часах подвижных игр на прогулках) , самостоятельной двигательной деятельности, индивидуальных занятиях, спортивных праздниках, развлечениях. Отбор содержания учитывает климатические особенности региона, периоды года, традиционные события, праздники, мероприятия. В приложении приводятся примеры организации совместной проектной деятельности детей и взрослых по основным модулям программы.

Таким образом, достигается интеграция содержания обязательной части образовательной программы и части, формируемой по выбору дошкольной образовательной организации. Это обеспечивает целостность комплексность образовательного процесса.

1.2. Планируемые результаты освоения парциальной программы на этапе завершения дошкольного детства:

- ребенок проявляет самостоятельность и инициативность в организации индивидуальных и коллективных подвижных игр;
- способен выбрать инвентарь, вид двигательной деятельности, участников совместной игровой деятельности;
- ребенок правильно координировано выполняет основные виды движений, у него развиты тонко моторные действия, владеет игровыми упражнениями с мячом, скакалкой, городками, ракеткой;

- ребенок выполняет правила подвижных игр, способен к проявлению волевых усилий в достижении результата, следует социальным нормам поведения в условиях игрового взаимодействия;
- владеет определенными представлениями о национальных традициях физической культуры и здорового образа жизни, региональных спортивных достижениях;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности, передает через движения, особенности конкретного образа.

2. Содержательный раздел рабочей программы

2.1. Содержание рабочей программы (средняя группа)

Модуль 1 «Осень золотая»

Тема №1 «Любимые игры бабушек и дедушек»

Содержание обучения
Младший дошкольный возраст

№ п/п	Игры	Сентябрь			
		Средняя группа			
		1	2	3	4
1	«По ровненькой дорожке»		+		
2	«Зайка»		+		
3	«У медведя во бору»		+		

4	«Кто больше соберет шишек»		+		
5	«Зайцы и волк»		+		
6	«Прятки»		+		
7	«Рыжая лисица»		+		
8	«Поездка в деревню»	+			
9	«У кого какая песня?»				
10	«Лохматый пес»	+			
11	«Щенок»	+			
12	«Лошадки»	+			
13	«Кролики»	+			
14	«Угадай, кто кричит»	+			
15	«Дорожки»				+
16	«Трамвай»				+
17	«Цветные автомобили»				+
18	«Поезд»				+

19	«Такси»				+
20	«Где звенит колокольчик»				+
21	«Мы топаем ногами»			+	
22	«У ребят порядок строгий»			+	
23	«Ножки»			+	
24	«Поймай комара»			+	
25	«Мы ребята смелые»			+	
26	«Что спрятано?»			+	

Тема №2 «Городки игра народная»

Содержание обучения

Младший дошкольный возраст

	Игры и упражнения	Октябрь			
		Средняя группа			
		1	2	3	4
1	«Прыгай к городку»		+		

2	«Как тебя зовут»			+	
3	«У кого городок?»	+			
4	«Не опоздай»				+
5	«Прокати городок»	+			
6	«Раки»		+		
7	«Найди свой домик»	+	+		
8	«Перебрось через ручеёк»				
9	«Попади в цель»				
10	«Кто дальше»			+	
11	«Перешагни - не задень»				
12	«Поиграем»				
13	«Построй фигуру»			+	

14	«Дорожка»	+			
15	«По дороге с городками»				+
16	«Метни стрелу»	+			
17	«Кто быстрее»			+	
18	«Дружные ребята»		+		+
19	«Слон»	+			
20	«Берег»				
21	«Дышим глубже»				+
22	«Корабль и ветер»		+	+	
23	«Дом на горе»	+	+		
24	« 1-2-3-4-5»			+	

25	ОРУ с городками	+	+		
26	ОРУ с битами			+	+

Тема №3 «Шишки, желуди, каштаны»

Содержание обучения

Младший дошкольный возраст

№ п/п	Игры и упражнения	Ноябрь			
		Средняя группа			
		1	2	3	4
1	«Собиралки-запасалки»			+	
2	«Меткий стрелок»			+	
3	«Перепрыгнем ручеек»			+	
4	«Быстро возьми»			+	
5	«Найди себе пару»			+	
6	«Затейники»			+	
7	«К шишке»	+			

8	«Беги к шишке»	+			
9	«Кто дальше бросит шишку»	+			
10	«Белка»	+			
11	«Через ручеек»	+			
12	«Будь внимательным»	+			
13	«Кто больше соберет шишек»				+
14	«Попади в корзинку»				+
15	«Кто дальше бросит»				+
16	«Донеси шишку»				+
17	«Подбрось повыше»				+
18	«Две шишки»				+
19	«Зайка серенький сидит»		+		
20	«Береги шишки»		+		
21	«Попади в круг»		+		
22	«Кто дальше бросит»		+		

23	«Прыгай до шишки»		+		
24	«У кого шишка»		+		

Модуль 2 «Зимние забавы»
Тема №1 «Мы хоккеисты»
Содержание обучения
Младший дошкольный возраст

№ п/п	Игры и упражнения	Декабрь		
		Средняя группа		
		1	2	3
1	«Догони меня»			
2	«Скользим, идем»			
3	«Поймай шайбу»			
4	«Из обруча в обруч»			+
5	«Толкай шайбу»			
6	«Чья шайба дальше»			
7	«Льдинки, ветер, и мороз»			
8	«Огуречик»			
9	«Солнышко лучистое»			
10	«Не отрывай клюшку от земли»			

11	«Лошадки и наездники»			
12	«Дотронься до клюшки»			
13	«Через ручеек»			
14	«Кто пройдет и ни разу не упадет?»			
15	«Ровным кругом»			
16	«Быстро возьми предмет»			
17	«Попади в обруч»			
18	«Удар клюшкой»			
19	«Змейка»			
20	«Варежки – перчатки»			
21	«Найди домик»			
22	«Следопыты»			
23	«Солнце, снег, метель»	+		
24	«Кто без клюшки?»	+		
25	«Забор»	+		
26	«Передай клюшку»	+		
27	«Проведи шайбу»	+		
28	«Попади в ворота»	+		
29	«Найди пару»	+		
30	«Принеси снежинку»	+		
31	«Возьми флажок»	+		
32	«1,2, 3 шайбу бери!»		+	

33	«Поезд»		+	
34	«Сбей кегли»		+	
35	«Передай другому»		+	
36	«Шайбу из круга»		+	
37	«Змейка»		+	
38	«Воробьи, вороны»		+	
39	«След в след»		+	
40	«Кто дальше»			+
41	«Повернись, не упади»			+

Тема №2 «Для зимы привычны санки»

Содержание обучения
Младший дошкольный возраст

№ п/п	Игры и упражнения	Январь		
		Средняя группа		
		1	2	3
1	«Самолеты»			
2	«Красивые сапожки»			

3	«Кто быстрее»			
4	«Наперегонки»			
5	«Толкай и догоняй»			
6	«Кто дальше»			
7	«Где мы побывали, что мы повидали»			
8	«Ловишки с ленточками»			
9	«Замри»			
10	«Перевези снежки из корзины в корзину»			
11	«С горочки на горочку»		+	
12	«По узкой дорожке»		+	
13	«Найдем Снегурочку»			
14	«Кто первый»			
15	«Попади в цель»			

16	«И правой, и левой»			
17	«Прокати друга»	+		
18	«Найди свой домик»			
19	«Найди свой домик»			
20	«Найди санки»			
21	«Снежинки и ветер»	+		
22	«Успей первым»	+		
23	«Собери в санки»	+		
24	«Белые, синие, голубые»	+		
25	«Сделай фигуру»	+		
26	«С льдинки на льдинку»		+	
27	«Друг другу»		+	

28	«Удержи на голове»		+	
29	«Гонки на санках»		+	
30	«В воротца»		+	
31	«Зимние забавы»		+	
32	«Сколько шагов до санок»			+
33	«Перешагни через санки»			+
34	«Тюлени»			+
35	«Сумей объехать»			+
36	«Собери игрушки»		+	
37	«Салки со снежками»		+	
38	«Тяни - толкай»		+	
39	«След в след»		+	

Тема №3 «Зима пришла, вставай на лыжи»

Содержание обучения

Младший дошкольный возраст

№ п/п	Игры и упражнения	Февраль		
		Средняя группа		
		1	2	3
1	«Карусель»			+
2	«Зима»			
3	«Кто скорее к лыжам?»			
4	«У медведя во бору»			
5	«На одной лыжне»			
6	«На буксире»			
7	«Донеси - не урони»			
8	«Веселые снежинки»			
9	«Иди ко мне»			
10	«Идём по кругу»			
11	«Большие и маленькие»			
12	«Зайчики»			

13	«Змейка»			
14	«Большие ноги идут по дороге, маленькие ножки идут по дорожке»			
15	«1, 2, 3 к одинаковым лыжам беги»			
16	«Кто больше соберет флажков»			
17	«Прокати на одной лыже»			
18	«Два Мороза»			
19	«Кто больше соберет снежков»			
20	«Собери в корзину»			
21	«Принеси свои лыжи»			
22	«Между кеглями»			
23	«Прокатись парой»			
24	«Пройди в воротца»			
25	«Попади в солнышко»			
26	«Холодно-тепло»			
27	«Салки- замерзалки»	+		
28	«Елочка- елочка»	+		
29	«У кого будет меньше шагов?»	+		
30	«Кто быстрее повернется?»	+		
31	«Под воротца»	+		

32	«Кто дальше»	+		
33	«Сладкая парочка»	+		
34	«Круг – кружочек»	+		
35	«Кому, что нужно?»		+	
36	«Иди туда, куда скажу»		+	
37	«Мы веселые ребята»		+	
38	«Найди себе пару»		+	
39	«Прокати куклу»		+	
40	«Лошадки»		+	
41	«Переступи лыжные палки»		+	
42	«Пройди, не задень!»		+	
43	«Сдвинь с места»		+	
44	«Ровным кругом»		+	
45	«Быстрее вверх»			+
46	«Не задень»			+
47	«Ходьба парами»			+
48	«Пройди змейкой»			+
49	«Поднимись и спустись»			+
50	«Подзорная труба»			+

Модуль 3 «Приди, весна красавица»

Тема №1 «Игры родного края»
 Содержание обучения
 Младший дошкольный возраст

№ п/п	Игры и упражнения	Март			
		Средняя группа			
		1	2	3	4
1	«Вслед за весной»		+		
2	«Солнышко, солнышко! Мы тебя встречаем!»		+		
3	«Солнышко, с нами поиграй!»		+		
4	«Две птички»			+	
5	«Горелки»			+	
6	Игры с цветными колечками			+	
7	«Жмурки»			+	
8	«Маленькие птички»		+		
9	«Птиц встречаем, в гости приглашаем!»				

10	«Пчелки и ласточки»		+		
11	«Птички в гнездышках»		+		
12	«Тетерка»		+		
13	«Что изменилось?»		+		
14	«Дедушка Егор»				+
15	«Я - хозяин леса строгий»				+
16	«У медведя во бору»»				+
17	«Мы весной в лес пришли»				+
18	«Лиска- Лиса»				+
19	«Зайчик»				+
20	«Замри»				+
21	«Кошечка»				+

22	«Поиграем с кошечкой»				+
23	«Кот и мыши»				
24	«Мышеловка»				+
25	«Прятки с платком»				+
26	«Кошки-мышки»				
27	«Найди мышку»				+

Тема №2 «Мой веселый, звонкий мяч»

Содержание обучения

Младший дошкольный возраст

№ п/п	Игры и упражнения	Апрель			
		Средняя группа			
		1	2	3	4
1	«Змейка вокруг кеглей»		+		
2	«Пройди по коридору у из кеглей»		+		
3	«Горочка»		+		
4	«Мячи-Колобки»		+		

5	«Мяч-Колобок в кругу»		+		
6	«Салют»		+		
7	«Сбей кеглю»		+		
8	«Какого мяча нет?»		+		
9	«Давайте поиграем»	+			
10	«Веселые мячи»	+			
11	«Прокати и догони»	+			
12	«Лови- бросай»	+			
13	«Бросай- не зевай»	+			
14	«Найди и промолчи»	+			
15	«Поздоровались»				+
16	«Веселые мячики»				+
17	«Прокати по мостику»				+
18	«Брось через веревочку»				+
19	«Передай по кругу»				+
20	«Бегите к мячу»				+
21	«Мой веселый звонкий мяч»				+
22	«Найди мяч»				+
23	«Найди свой домик»			+	
24	«Мяч в обруч»			+	
25	«Мяч в домике живет»			+	

26	«От стены - в руки»			+	
27	«Кого назвали - тот ловит»			+	
28	«Неслышно за мячом»			+	

№ п/п	Игры и упражнения	Май			
		Средняя группа			
		1	2	3	4
1	«Давайте дружить »	+			
2	ОРУ с мячами	+			
3	«Мяч о землю»	+			
4	«Ударь о стену»	+			
5	«Кидаем мячики»	+			
6	«Два мяча»	+			
7	«Порисуем мячики»		+		
8	«Солнечные Зайчики»				+

9	«Мяч в горку»				+
10	«Съедобное-несъедобное»				+
11	«Мяч в кругу»				+
12	«Ходьба за мячом»				+
13	«Игра в мяч»			+	
14	«Мяч вокруг кружочка»			+	
15	«Чей мяч улетит дальше»			+	
16	«Мяч товарищу»			+	
17	«Бесконечное движение»			+	
18	«Стой!»			+	
19	«Найдем мячики»			+	

20	ОРУ с маленькими мячами			+	
21	«Ямки»			+	
22	«Догони мяч»			+	
23	«Закати мяч в обруч»			+	
24	«Выстрел мячом»			+	

Модуль 4 «Лето красное»
Тема №1 «Летающий воланчик»
 Содержание обучения
 Младший дошкольный возраст

№ п/п	Содержание	Июнь			
		Средняя группа			
		1	2	3	4
1	«Пронеси не урони»	+		+	
2	«Подбрось-поймай»				
3	«Кто дальше бросит волан?»				

4	«Раз, два, три ну-ка повтори»				
5	«Подбрось выше»				
6	«Достань до волана»				
7	«Ловкие ручки»				
8	«Цветные дорожки»				
9	«Прыг-скок»				
10	«Попади в обруч»	+			
11	«Послушный воланчик»	+			
12	«Попади по волану»	+			
13	«Цепочка»				+
14	«Не дай упасть волану»				+
15	«Не урони волан»				+
16	«Найди свой волан»				
17	«Успей взять волан»				
18	«Не задень»				

19	«Найди себе пару»				
20	«Пройди и не урони»				
21	«Собери воланы»				
22	«Сторож»				
23	«Не отдам!»		+		
24	«Чистая площадка»			+	
25	«Найди пару»			+	
26	«Попади в мишень»				+
27	«Освободи руки»				+
28	«Салки с воланами»				+
29	ОРУ с ракетками		+	+	+

Тема №2 «Весёлые капельки»

Содержание обучения
Младший дошкольный возраст

№	Игры и упражнения	Июль			
		Средняя группа			
		1	2	3	4
1	«Барсук и дети»	+	+		
2	«Маме улыбаемся»	+	+		
3	«Берег, парус, море»	+	+		
4	«Капли»	+	+	+	+
5	«Курочка-рябушечка»	+	+		
6	«Здравствуй водичка»			+	+
7	«Умываемся»			+	+
8	«Лягушки»			+	+
9	«Мыльные пузыри»			+	+
10	Загадки	+	+	+	+

Тема №3 «Прыгалки, скакалки»

Содержание обучения
Младший дошкольный возраст

№	Август			
---	--------	--	--	--

п/п	Содержание	Средняя группа			
		1	2	3	4
1	«Цветные автомобили»		+		
2	«Не задень»		+		
3	«Карусель»				
4	«Солнышко и дождик»	+			
5	«Найди ленточку»				
6	«Быстрые лошадки»				
7	«Веселый поезд»			+	
8	«Цыплята и наседка»				
9	«Отгадай фигуру»			+	
10	«Найди себе пару»	+			
11	«Кто скорее»	+			
12	«Кролики и сторож»			+	

13	«Из-за леса, из-за гор...»				+
14	«Выполни задание»		+		
15	«Пройди не упади»		+		
16	«Надень косичку на веревку»		+		
17	«Допрыгни до своей косички»		+		
18	«Жучки»		+		
19	«Маталочка»		+		
20	«Бабочки»				
21	«Не наступи»				
22	«Украсим обручи»	+			
23	«Допрыгни до ленточки»	+			
24	«Лошадки»				+

25	«Скакалка - догонялка»				+
26	«Перепрыгни через ручеек»				+
27	«Тоннель»				+
28	«Пройди по дорожке»				+
29	Релаксация «Солнышко»				+
30	«Пройди - не задень»				
31	«Перепрыгни»			+	
32	«Пробеги – не задень»			+	
33	«Не наступи»	+			
34	«По дорожке»			+	
35	«Ловкие ножки»				+
36	ОРУ с разноцветными косичками		+		

37	ОРУ с разноцветными ленточками	+			
38	ОРУ с большой веревкой			+	

2.2. Описание образовательной деятельности по программе

Физкультурно-оздоровительная деятельность в соответствии с содержанием программы реализуется в режиме дня в различных формах:

1. Третье физкультурное занятие, которое проводится на открытом воздухе;
2. Физкультурно-оздоровительная работа в течение дня (утренняя разминка, физкультминутки, динамические часы (часы подвижных игр на прогулках));
3. Активный отдых (спортивные праздники, развлечения, досуги, участие родителей в праздниках, развлечениях)
4. Самостоятельная двигательная деятельность в течение дня.

Следуя принципам, заложенным в ФГОС, занятия проводятся в игровой форме. По содержанию и методике проведения игровые занятия отличаются от традиционных тем, что для решения образовательных, оздоровительных, развивающих и воспитательных задач подбираются соответствующие подвижные игры. Игра является и формой организации, и методом проведения физкультурного занятия.

Физкультурные занятия на открытом воздухе строятся на играх с разнообразными видами двигательной деятельности. Чем больше видов и способов действий с мячом, городками, битами, веревочками, ракетками, воланчиками, с природным материалом и их сочетаний, тем осознаннее и быстрее его деятельность, тем активнее его взаимодействие со сверстниками, успешнее ориентировка в окружающей обстановке.

В содержание игровых физкультурных занятий включены подвижные игры общеразвивающего характера, направленные на формирование основных движений (ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья), учтена необходимость регулирования физической нагрузки, распределения ее на различные группы мышц, направленность игр на комплексное развитие двигательных способностей (мышечной силы, ловкости, быстроты, выносливости, координации движений).

Схема построения игровых физкультурных занятий традиционна. Занятие состоит из трех частей: вводной, основной и заключительной.

Во вводной части занятия используются специальные приемы на развитие интереса и познавательной мотивации: детям предлагается отправиться в путешествие по городу или в гости в деревню, встретиться с мячами-весельчаками, которые поучат ребят играть в веселые игры, узнать в какие игры играют дети в других странах и поиграть в них.

Создание игровой мотивации способствует увлеченному выполнению детьми физических упражнений. Мотивация придает смысл двигательной деятельности. Интерес детей вызывает воображаемая ситуация, представленная в образной, яркой форме, связанная с необычными условиями. Так мяч – Колобок приглашает детей в город мячей, где живут самые разные мячи: большие, маленькие, футбольные, баскетбольные, волейбольные. Дети по-новому воспринимают инвентарь для игр, овладевают возможными вариантами действий с ним, пытаются воспроизвести наблюдаемый ими способ использования предметов.

Игры первой части занятия обеспечивают активизацию внимания, памяти, мышления, разминку мышц, повышают функциональные возможности организма.

Основная часть занятий по программе вариативна. Есть занятия, где планируются общеразвивающие упражнения с использованием инвентаря (ракетки, веревочки, природный материал, различные виды мячей). Есть занятия, где комплекс общеразвивающих упражнений проводится на основе подвижных игр в игровой или имитационной форме, по карточкам- заданиям. На карточках и схемах последовательно представлены игровые действия, которые должны выполнять

дети. Основная часть занятия включает серию игр, направленных также на овладение основными движениями и развитие двигательных способностей, а также самостоятельную двигательную деятельность.

В заключительной части занятия планируются психокоррекционные и малоподвижные игры и предлагаются детям и их родителям домашние задания. Домашние задания можно рассматривать как одну из современных форм работы с родителями. Родителям даются рекомендации по методике выполнения задания. Сделать это можно через информацию в родительском уголке, в индивидуальных беседах. Домашние задания даются в игровой, занимательной форме, не являются обязательными.

Утренняя разминка проводится на открытом воздухе. Один и тот же комплекс утренней разминки проводится 1 раз в месяц в течение 10 дней, в соответствии с перспективным планированием. Комплекс включает игры, с разнообразными видами двигательной деятельности, общеразвивающие упражнения с мячами, городками, битами, веревочками, ракетками, воланчиками, с природным материалом. Продолжительность утренней гимнастики 8-12 минут.

Физкультминутки проводятся в паузах на занятиях по развитию речи, рисованию, формированию элементарных математических представлений. Их цель - поддержание умственной работоспособности детей на достаточно высоком уровне. Продолжительность физкультминуток 2-3 мин. Их проводят в момент, когда у детей снижается внимание и наступает утомление. Дети

выполняют физические упражнения, стоя у столов или выходя на свободное место. Физкультминутка проводится в различных формах:

- общеразвивающие упражнения (ОРУ) с шишками, камешками, ленточками, веревочками;
- подвижные народные игры;
- дидактические игры с различными движениями;
- игровые упражнения.

Большое значение при реализации программы придается организации культурных практик в режимных моментах, с целью проявления детьми самостоятельности и двигательного творчества в игровых и двигательных видах деятельности.

Чрезвычайно важным этапом развития детского двигательного творчества является умение самостоятельно организовывать подвижные игры. При организации педагогом самостоятельной двигательной деятельности, возникающей по инициативе детей, большое значение имеет создание необходимых условий, способствующих развитию игры. Рациональный подбор спортивно-игрового оборудования (ракетки, веревочки, природный материал, различные виды мячей, обручи, карточки, на которых схематически изображены общеразвивающие упражнения, основные виды движений, фрагменты эстафет и других подвижных игр) поможет детям использовать накопленный двигательный опыт в самостоятельной деятельности на занятии, на прогулках. Этот вид деятельности является важным источником активности и саморазвития ребёнка.

Начальным этапом формирования творческой деятельности у детей являются спортивные праздники, развлечения.

Участие в праздниках и подготовка к ним приносят большое эмоциональное и эстетическое удовлетворение, объединяют детей, педагогов и родителей общими радостными переживаниями, надолго остаются в памяти как яркое событие. Совместная деятельность детей, педагогов, родителей, игры, красочное оформление места проведения праздника и отдельных видов соревнований, оригинальные костюмы, красивые цветные эмблемы, звучание музыки, торжественное открытие и закрытие праздника влияют на развитие у детей чувства красоты, хорошего вкуса, воображения. Все это стимулирует развитие их творчества. Педагоги привлекают детей и родителей к придумыванию новых подвижных игр по картинкам, по материалам знакомых художественных произведений, к изготовлению различных поделок для украшения спортивной площадки, подбору и размещению физкультурного оборудования и инвентаря, подготовке костюмов, атрибутов праздника. Сотрудничество и сотворчество детей, педагогов и родителей развивает воображение детей, побуждает их к свободным и естественным движениям, значительно совершенствует, активизирует творческую деятельность детей, поднимая ее на более высокий социальный уровень.

Таким образом, систематическое использование подвижных игр в режиме дня в различных формах: на третьем физкультурном занятии, которое проводится на открытом воздухе, утренней разминке, динамических часах (часах подвижных игр на прогулках), в самостоятельной двигательной

деятельности, индивидуальных занятиях, спортивных праздниках, развлечениях поможет ликвидировать дефицит движений, сбалансировать процессы роста и физиологического созревания, сформировать у детей привычки здорового образа жизни; приобщит их к универсальным ценностям человеческой жизни: доброте, коллективизму; создаст условия для их творческого самовыражения в двигательной деятельности, социализации.

Реализация содержания программы в режиме дня

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей
Физкультурные занятия	На открытом воздухе, сюжетно - игровые	1 раз в неделю 15-20
Утренняя разминка	На открытом воздухе	2 недели 5-6
	в теплый период года	Ежедневно
Динамические часы	Час подвижных игр на прогулке	Ежедневно 15-20
	В форме игр и упражнений физкультурные паузы	
Физкультурные досуги	Сюжетно-игровые	1 раз в неделю

		20
Самостоятельная двигательная деятельность	На тропе здоровья, в обогащенной предметно - развивающей среде, в ситуациях: свободы выбора деятельности; «помоги товарищу» и др.	Ежедневно
Познавательное развитие	Непосредственно образовательная деятельность	1 раз в месяц Презентации программы 15-20

3. Организационный раздел

3.1. Информационно-методическое сопровождение программы

Использование компьютера как средства воспитания и развития познавательных способностей ребенка, формирования его личности, обогащения интеллектуальной сферы дошкольника позволяет расширить возможности педагога, создает базу для приобщения детей старшего дошкольного возраста к ценностям здоровья и физической культуры, региональным традициям физического воспитания.

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования (от 17.10.2013 № 1155) одной из основных задач дошкольного образования является «формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности» [].

Информационное сопровождение программы содержит презентации, созданные к каждому модулю программы и направленные на решение задач познавательного, социального, нравственного развития дошкольников.

В парциальной программе «Выходи играть во двор» помимо целей и задач физического воспитания, ставятся так же цели развития познавательного интереса и соответственно познавательной деятельности детей дошкольного возраста, такие как: формирование устойчивого познавательного интереса к подвижным народным играм, играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, спортивным играм, истории их происхождения и так далее.

Под информационной поддержкой мы понимаем системный процесс совместного использования участниками образовательного процесса информационного, содержательного, технологического компонентов единого информационного образовательного пространства для

определения и формирования личностных интересов ребенка, целей, возможностей и путей его развития в процессе обучения, воспитания, общения.

Информационная поддержка программы предусматривает несколько направлений: информационное обеспечение для реализации программы воспитателями, специализированные консультации для родителей и педагогов. Нами разработан комплекс презентаций для ознакомления детей с различными видами спорта, спортивных игр, их истории; закрепления у них полученных знаний. Презентации содержат задания и упражнения для развития познавательного интереса детей, ситуационные задачи сравнения, анализа, синтеза. Информационное сопровождение разработано с учетом возрастных особенностей и интересов детей.

3.2. Материально-техническое сопровождение программы

Для реализации программы на территории дошкольной организации необходимо создать предметно-игровую зону (или физкультурно - оздоровительную), в состав которой входит спортивная площадка, а при её отсутствии – крупное организующее игровое поле.

Дополнительно могут быть организованы мелкие игровые зоны – городошная площадка, площадка для игры в настольный теннис, для подвижных игр.

Все компоненты ФОС (физкультурно-оздоровительной среды) соотносятся между собой по содержанию, пространственному решению. Способом такого решения может быть «дорожка движения». Она включает: объекты для лазания, подлезания (дуги, тоннели, вертикальные и горизонтальные спирали, рукоход, лианы); препятствия для прыжков в длину, высоту (ручейки разной ширины, пенёчки, «болото»); объекты для развития координации движения («бабочка», «лист», бум, дорожка-змейка, подвесные шары); атрибуты для развития мелкой сенсорики («весёлые счёты»); объекты для бега, в том числе челночного («змейка», беговая дорожка); оборудование для метания – подвесные обручи, стенды, мишени).

Рекомендуется следующее игровое оборудование.

Таблица 3.1

Материально-техническое обеспечение программы

Модуль	Компоненты материально-технической базы	
	Наличие оборудованных помещений и территорий	Спортивный инвентарь
«Осень золотая»	Спортивный зал* Спортивная площадка Городошная площадка «Дорожка движения» («Мишени»), «Солнечная полянка», «Змейка», «Ручеек», «Бабочка», «Болото», «Дубовый лист», «Солнце и Луна»,	Городошные фигуры, биты, кегли, обручи, маски для подвижных игр, «доска желания», «мешочки индивидуальных заданий», канат, игровой тоннель «труба». Мелкий раздаточный материал: шишки, желуди, каштаны, веревочки, разноцветные камешки, 12 небольших палочек, разноцветные ленты. Игровые атрибуты: колечко, музыкальный инструмент рожок, лапти (2 шт.), мешочки, барьеры.

	«Шляпа», «Дерево с дуплом»)	
«Зимние забавы»	<p>Лыжня Горка Ледяная дорожка Спортивная площадка Прогулочные площадки Дорожка движения» («Снежная крепость», «Снеговики», «Мишени», «Снежный лабиринт», «Улитка», деревья с мишенями, зимние олимпийские символы, снежные фигуры и постройки)</p>	<p>Лыжи, санки, волейбольная сетка, маленькие мячи, обручи, эстафетная палочка, корзина, гимнастические палки, «доска желания», «мешочки индивидуальных заданий» Мелкий раздаточный материал: ориентиры (флажки, кегли), веревочки Игровые атрибуты: большое ведро, маленькие ведра, замороженные цветные фигурки разного размера и цвета, колокольчик</p>

<p>«Приди, Весна Красна»</p>	<p>Спортивный зал* Спортивная площадка Прогулочные площадки «Дорожка движения» («Солнечная полянка», «Змейка», «Горка», «Лес», «Ручеек», «Дубовый лист», «Мишени», «Бусы», «Ворота») Центр развития основных движений («Волшебное дерево»)</p>	<p>Мячи разного размера, кегли, обручи, волейбольная сетка, корзины, баскетбольная корзина, «доска желания», «мешочки индивидуальных заданий», теннисные ракетки и мячи Игровые атрибуты: маски и шапочки для подвижных игр</p>
<p>«Лето красное»</p>	<p>Спортивный зал* Спортивная площадка Прогулочные площадки «Дорожка движения» («Солнечная поляна», «Змейка»,</p>	<p>Ракетки, воланы, сетка для бадминтона, флажки, мячи, гимнастические палки, скакалки, веревочки, обручи, кегли, «доска желания», «мешочки</p>
	<p>«Бабочка», «Ручеек», «Поляна знаний», «Болото», «Дубовый лист», «Лабиринт», сказочные герои – Ракетка, Волан)</p>	<p>индивидуальных заданий» Мелкий раздаточный материал: камешки разного размера, ленточки разноцветные атласные Игровые атрибуты: брызгалки, лейки, зонты, ведра, бассейн с водой, игрушки для игр в воде (уточки, рыбки, кораблики, шарики), таз с водой, ситечки, миски пластмассовые, стаканы пластиковые, мыльные пузыри, маски, водяные мячики из поролона, водяные пистолеты, пластиковые бутылки, воздушные шарики (надутые), мыльницы, табло для счета очков</p>

*Занятия в спортивном зале проводятся при неблагоприятных погодных условиях

Примечание: для развития самостоятельной двигательной деятельности возможно использование детских велосипедов и самокатов.

3.3. Мониторинг физкультурно-оздоровительной деятельности

Педагогическим работникам на практике достаточно сложно провести диагностику физической подготовленности детей, соотнести достигнутые результаты с нормой. Это вызывает необходимость разработки показателей мониторинга освоения детьми содержательной области «Физическое развитие», в том числе части, проектируемой по инициативе дошкольной организации. Обратим внимание читателей и на тот факт, что в современном дошкольном образовании идет постепенное смещение акцента с объективного (тестового) подхода в сторону аутентичной оценки достижений ребенка. На наш взгляд, сегодня педагогу крайне необходим инструментарий, чтобы выстраивать индивидуальную траекторию физического воспитания и развития ребенка, позволяющий объективно оценивать характер и результативность педагогических воздействий. В оценке результатов физического воспитания и развития, на наш взгляд, не целесообразно совсем отказываться от традиций стандартизированного теста, поскольку он позволяет получить объективную информацию о развитии каждого ребенка и определить индивидуальные перспективы развития.

Важно при организации мониторинга правильно осуществить выбор диагностических методик. Обратим внимание на то, что отобранные нами диагностические методики достаточно универсальны,

не требуют дополнительных условий, могут быть использованы практическими работниками дошкольного учреждения.

Показатели мониторинга освоения детьми содержания образовательной области «Физическое развитие» приведены в таблице 3.1

Нами предпринята попытка оптимального сочетания количественных и качественных показателей с учетом реальных временных и энергозатрат педагогических работников. При этом мы распределили ответственность за проведение диагностических мероприятий и обработку полученной информации между воспитателями, инструктором по физической культуре, педагогом-психологом, медицинским персоналом, старшим воспитателем и заведующим. По итогам диагностики анализируются качество физкультурно - оздоровительной деятельности дошкольного учреждения, вносятся коррективы в план его работы, планы работы педагогов, индивидуальной карты физического воспитания и развития. При необходимости намечаются необходимые индивидуальные и групповые мероприятия. Периодичность проведения диагностики по каждому показателю определяется дошкольным учреждением самостоятельно с учетом плана работы на учебный год и специфики деятельности учреждения.

Для того, чтобы диагностика на основании вышеперечисленных показателей была эффективной и объективной, с целью исключения формального подхода к ее проведению, сохранения позитивного настроения на физкультурно-оздоровительную деятельность целесообразно соблюдать педагогические условия ее проведения:

1. Показатели, характеризующие результативность физкультурнооздоровительной деятельности, должны быть приняты и осознаны всеми педагогами.
2. Четко запланированы сроки проведения диагностических процедур, ответственные, способы обработки полученной информации.
3. Намечен контроль промежуточных результатов.
4. Обеспечено проведение диагностики с учетом требований СанПиН, не допуская перегрузки детей.
5. Обработанный материал подлежит хранению до выпуска детей в школу.
6. Определяется динамика качества физкультурно-оздоровительной деятельности на всех уровнях управления.
7. Общие итоги диагностики доводятся до сведения педагогов на педагогических совещаниях, родителей – индивидуально и на родительских собраниях.
8. Обсуждение персональной информации допускается с согласия родителей (законных представителей).
9. Намеченные при необходимости мероприятия планируются четко, с указанием сроков и ответственных.

Данные мониторинга заносятся в индивидуальные карты-прогнозы на каждого ребенка. Данные позволяют проектировать индивидуальную траекторию физического развития дошкольника.

Таким образом, участие в процедуре оценивания педагога-психолога, врача, инструктора по физической культуре, воспитателей позволяет объективно оценить результаты физического воспитания и развития каждого ребенка, обеспечить медико-психолого-педагогическую поддержку индивидуальных траекторий развития, оптимально выстраивать взаимоотношения с детьми и родителями, объективно оценить результаты физкультурно-оздоровительной деятельности.

3.4. Методическое обеспечение программы

1. Волошина Л.В., Гавришова Е.В. и др. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников/ Волгоград: Учитель, 2013. – 147 с.
2. Волошина Л.В., Кудаланова Л.П. Игровые технологии формирования компетентности дошкольников в области укрепления здоровья: учебнометодическое пособие / Л.Н. Волошина, Л.П. Кудаланова. – Белгород: ИД «Белгород» НИУ «БелГУ», 2014. – 112 с.
3. Волошина Л.Н. Управление физкультурно-оздоровительной деятельностью в дошкольном образовательном учреждении (программно-целевой и региональный подходы): учеб.-метод. пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / Л.Н. Волошина, Л.Я. Кокунько, Е.А. Кривцова; под ред. Л.Н. Володиной. – Белгород: ИД «Белгород», 2012. – 132 с.
4. Волошина Л.Н., Ковалевский А.К. Играем в городки. Программа и технология обучения дошкольников игре городки: учебнометодическое пособие. – Екатеринбург: Издательство Урал. гос. пед. ун-т, 2004. – 80 с.

5. Миленко В., Гавришова Е. Жарко, жарко! / Дошкольное воспитание. №6. - 2008
6. Физическая подготовка ребенка к школе: учебно-методическое пособие для студентов высших и средних учебных заведений и педагогов дошкольных образовательных учреждений / под общ. ред. Л.Н. Волошиной. – Белгород: ИД «Белгород», 2012. – 108 с.

4. Список используемой литературы

1. Волошина Л.Н. Игры с элементами спорта в системе физического воспитания дошкольников: моногр. [Текст] / Л.Н. Волошина. – Екатеринбург, 2004. – 160 с.
2. Волошина Л.Н. Игры с элементами спорта для детей 3-4 лет: программа «Играйте на здоровье» и ее технология применения в ДОУ: учеб.-метод. пособие [Текст] / Л.Н. Волошина, Т.Н. Курилова. – М.: ГНОМ и Д. – 2004. – 112 с.
3. Волошина Л.Н. Практикум по теории и технологиям физической культуры дошкольников / Л.Н. Волошина, О.В. Демидович, В.В. Соколов. – Белгород: ИПК НИУ «БелГУ», 2011. – 184 с.
4. Волошина Л.Н. Управление физкультурно-оздоровительной деятельностью в дошкольном образовательном учреждении (программно-целевой и региональный подходы): учеб.-метод. пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / Л.Н. Волошина, Л.Я. Кокунько, Е.А. Кривцова; под ред. Л.Н. Волошиной. – Белгород: ИД «Белгород», 2012. – 132 с.
5. Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т.И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др. – СПб. : ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014. – 280 стр.
6. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 №1155.

