**МКДОУ БГО Борисоглебский детский сад №7**

**Рабочая учебная программа по образовательной области:**

**Физическое развитие.**

**Дергунова Татьяна Михайловна**

**(Воспитатель МКДОУ БГО Борисоглебский детский сад №7)**

**Шамина Ирина Алексеевна**

**(Воспитатель МКДОУ БГО Борисоглебский детский сад №7)**

**МКДОУ БГО Детский сад №7 комбинированного вида**

|  |  |
| --- | --- |
| Принято  на заседании педсовета  № протокола\_\_\_  от «\_\_» \_\_\_\_\_\_\_2016г. | Утверждаю  Заведующая МКДОУ БГО  Детского сада №7  Комбинированного вида  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.В.Егорова |

**Рабочая учебная программа по образовательной области:**

**Физическое развитие:**

**Средняя группа**

Программа составлена на основе вариативной общеобразовательной программы дошкольного образования « От рождения до школы» под редакцией - Н.Е. Вераксы, Т С. Комаровой , М.А. Васильевой 2014 года и методического комплекса занятий Н.В. Полтавцевой, Н.А.Гордовой

Составители: Дергунова Т.М. (1 квалификационная категория)

Шамина И.А. (Высшая квалификационная категория )

2016-2017 уч. год

**Содержание**

Целевой раздел…………………………………………………………………….3

1.1 Пояснительная записка………………………………………………………. 3

1.2 Цели и задачи образовательной области "Физическое развитие"……3

1.3 Актуальность ……………………………………………………………….. 4

1.4  Принципы и подходы в организации образовательного процесса

группы…………………………………………………………………………….4

1.5 Нормативно-правовая основа составления программы………………….5

1.6 Программы, на основе которых разработана программа………………6

1.7 Особенности осуществления образовательного процесса в средней группе………………………………………………………………………………6

1.8 Вариативность проведения диагностики…………………………………….7

1.9 Компетенции…………………………………………………………………..7

1.10 Форма реализации НРК………………………………………………………8

1.11 Разделы межпредметных связей……………………………………………9

1.12 Взаимодействие с родителями (законными представителями) воспитанников. План работы с родителями в средней группе на 2016-2017 уч. год…………………………………………………………………………………..10

II. Содержательный раздел Программы…………………………………………11

2.1 Учебный план реализации ООП в средней группе по Программе "Физическое развитие". Содержание образовательной деятельности по освоению детьми образовательной области ( дидактические единицы)………..11

2.2. Календарно-тематический план:…………………………………………….19

2.3 Планируемые результаты освоения Программы……………………………23

2.4 Способы проверки знаний, умений и навыков.Диагностика образовательного процесса. Диагностика показателей детского развития……24

III .Организационный раздел Программы……………………………………......26

3.1 Список средств обучения: технические, учебно-наглядные…………… 26

3.2 Список используемой литературы……………………………………… 26

**1.Целевой раздел**

**1.1 Пояснительная записка**.

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.

**1.2 Цели и задачи образовательной области "Физическое развитие".**

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, формированию у них 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 (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);

\* формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

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 упражнениями.

|  |
| --- |
| **1.3 Актуальность**  Воспитанники проводят в детском саду значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, являясь важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления вызывает серьезную озабоченность не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей.  В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.  **1.4  Принципы и подходы в организации образовательного процесса средней группы**  - Соответствие принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка.  -Сочетание принципов научной обоснованности и практической применимости.  -Соответствие критериям полноты, необходимости и достаточности.  -Обеспечение единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста.  -Построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.  -Решение программных образовательных задач в совместной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.  -Учет принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей.  -Соответствие комплексно- тематическому принципу построения образовательного процесса.  **1.5 Нормативно-правовая основа составления программы.**  Программа построена на основе учёта конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития детей средней группы. Создание индивидуальной педагогической модели образования осуществляется в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования.  Нормативно-правовую основу для разработки данной Программы составили:   * Закон об образовании 2013 - федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" * Приказ МОиНРФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября г. №1155 * Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» * Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26"Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций". * Устав учреждения.   **1.6 Программы, на основе которых разработана программа.**  Программа составлена на основе вариативной общеобразовательной программы дошкольного образования « От рождения до школы» под редакцией - Н.Е. Вераксы, Т С. Комаровой , М.А. Васильевой 2016 года и методического комплекса занятий по физической культуре в дошкольном детстве Н.В. Полтавцевой, Н.А.Гордовой.  **1.7 Особенности осуществления образовательного процесса в средней группе.** |

Максимальная нагрузка непосредственно-образовательной деятельности по физическому развитию составляет

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ОО** | **Направления**  **развития** | **Длительность** | |
| **Год** | **Половина дня** | |
|  | Физическое развитие | 150 15 | 1 половина дня | |

**1.8 Вариативность проведения диагностики.**

Педагогическая диагностика составлена в соответствии с примерной общеобразовательной программой дошкольного образования « От рождения до школы» под редакцией - Н.Е. Вераксы, Т С. Комаровой , М.А. Васильевой 2016 года. И проводится 2 раза в год (сентябрь, май). В её основе лежит аутентичная оценка качества образования. Диагностика включает в себя два компонента: диагностику образовательного процесса – уровень овладения навыками и умениями по образовательным областям и диагностику детского развития – уровень развития интегративных качеств.

Диагностика проводится воспитателями и узкими специалистами (музыкальный руководитель) ДОУ.

Форма проведения диагностики представляет собой наблюдение за активностью детей в различные периоды пребывания в ДОУ, анализ продуктов детской деятельности на основе достижения детьми целевых ориентиров, которые описаны в разделе «Планируемые результаты освоения программы».

Результаты мониторинга представлены в виде пятиуровневой шкалы:

* требует внимания специалиста;
* требуется корректирующая работа педагога;
* средний уровень развития;
* уровень развития выше среднего;
* высокий уровень развития.

2 раза в год (сентябрь-май) - наблюдение воспитателя.

Таблицы, которые заполняют педагоги, представлены в «Содержательном разделе» (2.4 Способы проверки знаний, умений и навыков)

**1.9 Компетенции**

Создавать условия для глубокого и продолжительного сна

Поддерживать хороший аппетит

Создавать благоприятные санитарно-гигиенические условия в детском саду

Осуществлять взаимодействие с семьей по пропаганде здорового образа жизни

Стимулировать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом;

Расширять представления о том, что полезно и вредно для здоровья;

Способствовать формированию навыков культуры еды, культуры поведения, побуждать следить за своим внешним видом.

Развивать умение устанавливать связи между совершаемыми действиями и состоянием организма, самочувствием (одеваться по погоде, регулярно гулять, заниматься зарядкой);

Расширять  представления о полезной и вредной для здоровья пище;

Знакомить с частями тела и органами чувств человека и их функциональным назначением;

Способствовать формированию потребности в соблюдении режима питания, пониманию важности сна, гигиенических процедур для здоровья;

Знакомить с составляющими здорового образа жизни.

Учить прыгать в длину с места не менее 70 см;

Развивать общую выносливость в ходе бега по пересеченной местности в медленном темпе 200–240 м;

Учить бросать набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.

Способствовать формированию правильной осанки при ходьбе, держась прямо, не опуская головы;

Закреплять умение уверенно ходить по бревну (скамейке), удерживая равновесие;

Развивать умение лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами;

Учить прыжкам в длину с места отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляется, подпрыгивая на одной ноге;

Учить ловить мяч руками( многократно ударяет им об пол и ловит его);

Учить бросать предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку;

Развивать чувство ритма (умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет).

Способствовать проявлению активности и инициативности ребёнка в подвижных играх;

Содействовать созданию эмоционально-положительного климата при проведении физических упражнений, создавать ситуацию успеха;

Поощрять самостоятельное и творческое использование физкультурного инвентаря для подвижных игр.

**1.10 Форма реализации НРК**

Реализация регионального компонента осуществляется через знакомство с национально-культурными особенностями Воронежского края. Знакомясь с родным краем, его достопримечательностями, ребенок учится осознавать себя, живущим в определенной временной период, в определенных этнокультурных условиях. Данная информация реализуется через различные виды деятельности. Особенностью данного курса является выделение специальных отдельных занятий на реализацию НРК 15 занятий.

**1.11 Разделы межпредметных связей**

Здоровье: проводить комплекс    закаливающих  процедур; формировать гигиенические  навыки (приучать детей к  мытью рук  холодной  водой после  окончания  физических  упражнений  и игр; аккуратно  одеваться и раздеваться; соблюдать  порядок в  своем  шкафчике; рассказать о режиме  дня и его  влиянии на  здоровье  человека;  знать  предметы санитарии и гигиены (мыло, расческа, полотенце); следить за  осанкой  при  ходьбе;  формировать гигиенические навыки: аккуратно  одеваться, проверяя все  застежки  на  одежде  и опрятность своего  внешнего  вида;  формировать у  детей  представление,  что быть чистым  полезно, а  грязным  вредно (грязь  способствует заболеваниям);  расширять  представление о  компонентах здорового  образа  жизни (движение, солнце, воздух),

         Социализация:  побуждать  детей к  самооценке действий  своих  и товарищей во  время  подвижных  игр  и выполнения  движений; поощрять проявление  смелости, находчивости, взаимовыручки  во  время подвижных  игр; создавать педагогическую  ситуацию,  при которой дети могут проявлять свои  нравственные  качества ( отзывчивость, терпение, доброту);  побуждать оценивать свои поступки и действия  по отношению  к  другим  детям.

      Безопасность: формировать навыки  безопасного  поведения  при  выполнении физических  упражнений; формировать навыки  дисциплинированности и сознательности; учить  правилам  использования  спортивного  инвентаря; формировать навыки  ориентироваться  на  местности (на  территории детского  сада, вокруг    него).

        Коммуникация: помогать детям  доброжелательно  общаться  друг  с другом; поощрять речевую  активность детей в  процессе  двигательной  деятельности, обсуждать пользу  режима  дня;   физкультурных  занятий, утренней  гимнастики  и гимнастики  после сна;  обсуждать зависимость здоровья от  правильного  питания.

          Познание: развивать восприятие предметов  по  цвету, форме, величине, расположению  в пространстве,  во  время  ходьбы; ориентироваться  в пространстве, понимать смысл  пространственных отношений ( направо- налево); развивать навык  считать до  2-х при перестроении в 2-3 колонны.

**1.12 Взаимодействие с родителями (законными представителями)**

**воспитанников.**

Совместная  работа  с родителями  воспитанников

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема консультации | Дата проведения |
| 1 | Основные направления физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ в новом учебном году | сентябрь |
| 2 | Общее родительское собрание  Групповые собрания | октябрь |
| 3 | Анкетирование «Место спорта в вашей семье». | ноябрь |
| 4 | Как провести выходные с детьми | декабрь |
| 5 | Использование элементов зимних спортивных игр на прогулке в самостоятельной деятельности детей | январь |
| 6 | Подвижные игры – одна из форм повышения двигательной активности дошкольников | февраль |
| 7 | Мама, папа, я –здоровая  семья | март |
| 8 | Упражнения для формирования правильной осанки и предупреждения плоскостопия ,виды коррекционных гимнастик (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз). | апрель |
| 9 | Спорт в жизни ребёнка | май |
| 10 | Плавать раньше чем ходить | Июнь  июль  август |

**II. Содержательный раздел Программы.**

**2.1 Учебный план реализации ООП в средней группе по Программе "Физическое развитие" (НРК)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Дата** | **Тема занятий** |
| **Сентябрь** | **«В гости к лесным зверюшкам»** |
| **Октябрь** | **«Осенний лес»** |
| **Ноябрь** | **«Овощи с нашего огорода»** |
| **Декабрь** | **«Зимний лес»** |
| **Январь** | **«Путешествие по родным тропинкам»** |
| **Февраль** | **«Я буду летчиком»**  **«Мама, папа, я- спортивная семья»** |
| **Март** | **«Весенние цветы»** |
| **Апрель** | **«Буренкин луг!»** |
| **Май** | **«Мы веселые ребята»**  **«Вместе весело шагать!»** |
| **Июнь** | **«Наш любимый детский сад!»**  **«Лето, ах лето!»** |
| **Июль** | **«В гости солнышко спешит!»** |
| **Август** | **«До свиданье, лето!»** |

**2.3 Планируемые результаты освоения Программы по образовательной области "Физическое развитие"**

Физическая культура

* Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.
* Может ловить мяч кистями рук с расстояния до1,5 м.
* Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
* Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина5 м).
* Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние до500 м, выполняет поворот переступанием, поднимается на горку.
* Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.
* Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.
* Соблюдает элементарные правила гигиены (по мере необходимости  моет руки с мылом, пользуется расческой, носовым платком, прикрывает рот при кашле).
* Обращается за помощью к взрослым при заболевании, травме.
* Соблюдает элементарные правила приема пищи (правильно пользуется  столовыми приборами, салфеткой)

**2.4 Способы проверки знаний, умений и навыков.**

**Диагностика образовательного процесса**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Учебный год | Возрастная  группа | Количество  воспитанников | Уровень овладения навыками  и умениями | Образовательные области | | | | |
| Социально-коммуникативное развитие | Познавательное развитие | Речевое  развитие | Художественно-  речевое  развитие | Физическое развитие |
|  |  |  | Высокий % |  |  |  |  |  |
| Соответствует возрасту |  |  |  |  |  |
| Недостаточно  сформировано  большинство компонентов |  |  |  |  |  |

**Диагностика показателей детского развития**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Учебный год | Возрастная  группа | Количество  воспитанников | Уровень овладения навыками  и умениями | Интегративные качества | | | | | | | |
| Физическое развитие | Любознательность, активность | Эмоциональность, отзывчивость | Способность управлять своим поведением и планировать действия | Способность решать интеллектуальные и личностные задачи | Представление о себе, семье, обществе. Государстве. мире | Овладение предпосылками учебной деятельности | Овладение средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми |
|  |  |  | Высокий % |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Соответствует возрасту |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Недостаточно сформировано большинство компонентов |  |  |  |  |  |  |  |  |

**III.Организационный раздел Программы**

**3.1 Список средств обучения:**

**технические :** телевизор, мультимедийная система, магнитофон.

**учебно-наглядные:** картины, открытки, предметные картинки, иллюстрации к сказкам и потешкам, маски, мячи, мешочки с песком,

ребристые доски.

**3.2 Список используемой литературы.**

Программа дошкольного образования « От рождения до школы» под редакцией - Н.Е. Вераксы, Т С. Комарова, М.А. Васильевой 2016года

Н.В. Полтавцева, Н.А.Гордова Физическая культура в дошкольном детстве.