**Аннотация к рабочей программе инструктора по физической культуре на 2024-2025 учебный год**

|  |  |
| --- | --- |
| Полное название программы  | «Рабочая программа инструктора по физической культуре на 2024-2025 учебный год муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения «Новодугинский детский сад»  |
| Уровень программы (базовый/углубленный) (бюджет/внебюджет)  | Базовый, бюджет  |
| ФИО разработчика (автора) программы  | Татарчук Тамара Александровна |
| Объединение, в котором реализуется программа  | «Образовательная программа казенного дошкольного образовательного учреждения «Новодугинский детский сад» на 2024-2025 учебный год  |
| Направленность программы  | Общеразвивающая |
| Год разработки программы | 2024 |
| Срок реализации программы  | 1 год |
| Цель программы | Проектирование социальных ситуаций развития ребенка и развивающей предметно-пространственной среды, обеспечивающих позитивную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение, игру, познавательно-исследовательскую деятельность и другие формы активности.  |
| Задачи программы | Гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач: 1. Накопление и обогащение двигательного опыта детей; 2. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); 3. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании; 4. Культурно – досуговая деятельность.  |
| Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность | Дошкольный возраст – важнейший период формирования личности, когда закладывается прочная основа физического здоровья человека. 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. Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Физкультурные праздники, физкультурный досуг, Дни здоровья являются важными компонентами активного отдыха детей. Многообразная деятельность детей, насыщенная эмоциональными играми, упражнениями, проводимыми на свежем воздухе в виде развлечений, способствует физической реакции детей, расслабления организма после умственной нагрузки, укреплению их здоровья полезными упражнениями и в плане всесторонней физической подготовки, и в плане активного отдыха детей являются спортивные игры и упражнения, в основе которых лежат все основные виды движений, выполняемых в самых разнообразных условиях.  |
| Возраст детей  | 3-8 лет |
| Ожидаемые результаты реализации программы  | Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обусловливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров. Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. *Младшая группа (от 3 до 4 лет)*- Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление. - Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя. - Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы. - Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом. - Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см. - Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; - Метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м. *Средняя группа (от 4 до 5 лет)*- 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 до 1,5 м. - Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу. - Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м). - Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняет; поворот переступанием, поднимается на горку. - Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны. - Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.  *Старшая группа (от 5 до 6 лет)*- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп. - Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5м) с изменением темпа. - Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку - Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча. - Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие. - Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом. - Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; - Умеет кататься на самокате. - Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.  *Подготовительная к школе группа (от 6 до 8 лет)* - Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье). - Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 см; в высоту с разбега—не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами. - Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель. - Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на «первый-второй», соблюдать интервалы во время передвижения. - Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции. - Следит за правильной осанкой. - Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске. - Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис). |
| Организация образовательного процесса | ООД по физическому развитию для детей в возрасте от 3 до 8 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность организованной образовательной деятельности по физическому развитию зависит от возраста детей

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Формы работы | Виды ООД | Количество и длительность ООД (в мин.) |
| 3-4 года | 4-5 лет | 5-6 лет | 6-8 лет |
| ООД по физическо му развитию | а) в помещени и  | 2 раза в неделю 15 мин. | 2 раза в неделю 20 мин. | 2 раза в неделю 25 мин. | 2 раза в неделю 30 мин. |
| б) на улице | 1 раз в неделю 15 мин | 1 раз в неделю 20 мин. | 1 раз в неделю 25 мин. | 1 раз в неделю 30 мин. |
| Физкульту рнооздоровит ельная работа в режиме дня  | а)утренняя гимнастик а | Ежедне вно 5-6 мин | Ежеднев но 6-8 мин | Ежеднев но 8-10 мин. | Ежеднев но 10-12 мин. |
| б)подвижн ые и спортивны е игры и упражнени я на прогулке | Ежедне вно 2 раза  (утром и вечером ) 15-20 мин. | Ежеднев но 2 раза  (утром и вечером) 20-25 мин. | Ежеднев но 2 раза  (утром и вечером) 25-30 мин | Ежеднев но 2 раза  (утром и вечером) 30-35 мин |
| в)физкульт -минутки (в середине статическо й ООД) | ежеднев но в зависим ости от вида и содержа ния ООД | ежеднев но в зависимо сти от вида и содержа ния ООД | ежеднев но в зависимо сти от вида и содержа ния ООД | ежеднев но в зависимо сти от вида и содержа ния ООД |
| Активный отдых | а)физкульт урный досуг | 1 раз в месяц 20 мин.  | 1 раз в месяц 20 мин.  | 1 раз в месяц 30 мин.  | 1 раз в месяц 40 мин.  |
| б)физкульт урный праздник |  | 2 раза в год до 60 мин | 2 раза в год до 60 мин | 2 раза в год до 60 мин |
| в) день здоровья | 1 раз в квартал  | 1 раз в квартал  | 1 раз в квартал  | 1 раз в квартал  |
| Самостоят ельная двигатель ная деятельно сть | а)самостоя тельное использова ние физкульту рного и спортивноигрового оборудова ния | Ежедне вно  | Ежедне вно  | Ежедне вно  | Ежедне вно  |
| б)самостоя тельные | Ежедне вно  | Ежедне вно  | Ежедне вно  | Ежедне вно  |

 |
| Формы подведения Итогов программы | Диагностические карты оценки результатов физического развития детей, открытая образовательная деятельность, развлечение |