**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 |