

## **Аннотация к рабочей программе инструктора по физической культуре МБ ДОУ №12.**

Рабочая программа разработана в соответствии с Образовательной программой дошкольного образования МБ ДОУ №12, разработанной в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (ФГОС ДО) и федеральной образовательной программой дошкольного образования (ФОП ДО) и иными нормативно-правовыми актами Российской Федерации.

За основу рабочей программы взяты методические пособия Л. И. Пензулаевой «Физическая культура в детском саду», М.М. Борисовой «Малоподвижные игры и игровые упражнения», Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр». Они в тесной взаимосвязи с задачами образовательной программы «От рождения до школы» в которой прописан раздел по физическому воспитанию детей и приобщения их к здоровому образу жизни.

При разработке программы учитывалось комплексное решение задач по охране жизни и укреплению здоровья детей. Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Физическое развитие реализуется через тематические модули «Здоровье» и «Физическая культура». В рабочей программе отражены направления физического развития:

1. Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности: -связанной с выполнением упражнений -направленной на развитие таких физических качеств как координация и гибкость - способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики - связанной с правильным, не наносящим

вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)

2. Становление ценностей здорового образа жизни: овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

3. Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере. Поставленные задачи решаются через комплексное использование всех средств физического воспитания в ДОУ: гигиенические факторы (общий режим, рациональное питание, гигиена одежды и помещений). Большое значение имеет воспитание, обеспечивающее гигиену нервной системы – предупреждение переутомления ребенка на протяжении всего дня, а также в разных видах деятельности, предупреждение чрезмерного нервного, в том числе эмоционального, напряжения. Одним из ведущих средств физического воспитания являются физические упражнения. Профилактическая, развивающая, лечебная, реабилитационная направленность в подборе физических упражнений обеспечивает многообразное их воздействие. Разработан примерный перечень физических упражнений, отражающий возрастные возможности детей, обеспечивающий освоение двигательных навыков и удовлетворяющий потребность дошкольников в двигательной активности.

Основными принципами системы рациональной организации двигательной активности детей выступают:

1. Ежедневные занятия физической культурой, преимущественно на открытом воздухе. Занятия проводятся инструктором по физической культуре, воспитателем, музыкальным руководителем.

2. Преобладание циклических упражнений во всех видах двигательной активности для тренировки общей выносливости – наиболее ценного оздоровительного качества.

3. Частая смена упражнений при многократной повторяемости одного упражнения.

4. Важнейший и основной раздел занятий по физической культуре и прогулки – подвижные игры, в том числе народные.

5. Моторная плотность занятий по физической культуре – до 80% и более, для прогулок – 60%.

6. Обязательное музыкальное сопровождение физкультурных занятий.

7. Преобладание положительных эмоций во всех видах двигательной активности детей.

8. Обеспечение оптимальной развивающей среды, способствующей физическому развитию детей, их самовыражению. Физкультурно-оздоровительная работа педагогов организована по системе «Здоровый малыш», разработанной

п.п.н. ЮФУ М.Л. Барановой. В основу положен личностно-ориентированный подход к физическому воспитанию и оздоровлению детей с использованием здоровьесберегающих технологий.

Основные задачи физкультурно-оздоровительной работы:

1. Укрепление соматического и психического здоровья детей.
2. Воспитание потребности в здоровом образе жизни.
3. Развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической и двигательной подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка.
4. Создание условий для реализации потребности в двигательной активности (построение развивающей среды) и режима двигательной активности. Помимо решения задач формирования основных двигательных умений и навыков, охраны и укрепления здоровья дошкольников и формирования потребности в физическом совершенствовании в рабочей программе ставятся задачи развития творческого воображения и формирования осмысленной моторики с использованием технологий и принципов программы Л. И. Пензулаевой.

Организационными формами работы по физическому развитию являются:

- физкультурные занятия;
- физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, двигательная разминка между занятиями, физкультминутки, гимнастика после дневного сна);
- активный отдых (физкультурные праздники, досуги, Дни здоровья);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- работа с семьей.

Все формы и виды работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим.