

## АННОТАЦИЯ

### К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Данная рабочая программа (далее Программа) разработана на основе основной образовательной программы дошкольного образования МАДОУ «Детский сад №368» и ориентирована на реализацию образовательной области «Физическое развитие» по направлению «Физическая культура».

Программа включает три основных раздела: целевой, содержательный и организационный, в каждом из которых отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Программа состоит из обязательной части и части формируемой участниками образовательных отношений.

Обязательная часть Программы разработана с учетом парциальной программы физического воспитания Пензулаевой Л.И.«Физическая культура в детском саду»,Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеевой, Т.Л. Богиной "Обучение плаванию в детском саду"и авторов гуманистических личностно-ориентированных принципов программы «Открытия», предполагающих признание самоценности каждого возрастного периода жизни человека, уважение к личности ребенка, создание условий для развития его активности, инициативности, творческого потенциала.

Особенностью обязательной части Программы является: всестороннее физическое воспитание и развитие ребенка: от индивидуализации условий физического развития каждого ребенка; предоставление ребенку возможности выбора, как через планирование соответствующих занятий, так и через организацию центров активности; участие семьи. Она учитывает возрастные особенности детей, строится на принципах внимания к потребностям и реакциям детей, создания атмосферы доверия и партнерства .

Вариативная часть Программы разработана в соответствии с Региональной программой дошкольного образования «Сеенеч» - «Радость познания» под ред. Шаеховой Р.К., 2016г. Вариативная часть направлена на проектирование социальных ситуаций развития ребенка с использованием средств национальной культуры, обеспечивающих успешную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение на языке татарского народа, в том числе с представителями других национальностей, народную игру, познание родного края и другие формы активности.

Объем первой части программы составляет 60% времени, необходимого для реализации Программы, вторая часть, формируемая участниками образовательных отношений-40% общего объема Программы.

Программа ориентирована на работу с детьми 2-4,6-7 лет.

**Целью** реализации программы является развитие личности, мотивации и способностей детей в образовательной области физическое развитие.

#### **Задачи Программы:**

- становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- воспитание культурно-гигиенических навыков.
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.
- формирование системы знаний о видах и способах плавания, об оздоровительном воздействии плавания на организм, безопасном поведении на воде.
- приобщение к истокам национальной культуры народов, населяющих Республику Татарстан. Предоставление каждому ребенку возможность обучения и воспитания на родном языке, формирование у детей основ нравственности на лучших образцах национальной культуры, народных традициях и обычаях;
- создание благоприятных условий для воспитания толерантной личности - привития любви и уважения к людям другой национальности, к их культурным ценностям; ознакомление с природой родного края, формирование экологической культуры;

-ознакомление детей с особенностями жизни и быта народов, населяющих Республику Татарстан, праздниками, событиями общественной жизни республики, символика PT и РФ, памятниками архитектуры, декоративно-прикладным искусством;

-развитие потребности в двигательной активности детей при помощи подвижных народных (татарских, русских, чувашских, мордовских, марийских, башкирских, удмуртских), спортивных игр, физических упражнений, соответствующих их возрастным особенностям;

-совершенствование физического развития детей через национальные праздники, народные игры.

### ***Целевые ориентиры освоения Программы детьми подготовительной группы (6-7года)***

Образовательная область «Физическое развитие»

-сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности;

-самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни;

-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 бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 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;

-участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

-погружаться в воду с головой с открытыми глазами;

-двигать ногами вверх-вниз, лежа на воде;

-скользить на груди и на спине с движениями ног; рук.

-выполнять вдох-выдох сериями (3-10 раз подряд);

-плавать произвольным способом длину бассейна.

-освоить технику плавания "кроль" на спине и на груди в полной координации с вдохом и выдохом.

-иметь представления о техниках плавания "дельфин" и "брасс".

***Формы физического развития.*** физкультурные занятия, закаливающие процедуры, утренняя гимнастика, подвижные игры, физкультминутки, гимнастика пробуждения, физкультурные упражнения на прогулке, спортивные игры, развлечения, праздники и соревнования, самостоятельная двигательная-игровая деятельность детей.

Образовательная деятельность ориентирована на реализацию образовательной области «Физическое развитие» по направлению «Физическая культура» осуществляется на занятиях, в совместной деятельности со взрослыми, самостоятельной деятельности, в режимных моментах.

Физкультурные занятия проводятся 3 раза в неделю (одно на воздухе для детей 5-7 лет) продолжительностью в младших группах не более 15 минут, в подготовительных к школе группах не более 30 минут.