

**Аннотация к Рабочей программе
инструктора по физической культуре на 2018-2019 уч.год**

автор - составитель инструктор по физической культуре Сысоева В.В

Образовательная программа ДО МБДОУ ЦРР – детский сад «Рябинка» предусматривает физическое развитие детей дошкольного возраста средствами занятий по физической культуре в обязательной части программы: содержании образовательной области «Физическое развитие».

В связи с этим, разработана Рабочая программа инструктора по физической культуре. Занятия по физической культуре в помещении и на воздухе проводятся инструктором по физической культуре в соответствии с расписанием.

Цели и задачи реализации Рабочей Программы инструктора по физической культуре. (Основные).

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Становление ценностей здорового образа жизни. Овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании др.) формирование полезных привычек.

Воспитание культурно - гигиенических навыков.

Физическая культура. Обеспечение гармоничного физического развития совершенствование умений и навыков в основных видов движений , воспитание красоты, грациозности. Выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной деятельности, воспитание интереса и любви к спорту, формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.

Цели и задачи: Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Обеспечение гармоничного физического развития. Продолжить развивать разнообразные виды движений, Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не отпуская головы, сохраняя прекрасную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно, учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить своё место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках, с высоты, на месте с продвижением вперёд, принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и в высоту с места; в метании мешочков с песком Мячей диаметром 15-20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении. При выполнении упражнений в равновесии.

Начальные представления о некоторых видах спорта.

Формировать интерес к спорту. Знакомить с некоторыми видами спорта. Приобщать к доступным подвижным играм и упражнениям.

Учить кататься на санках, садиться на трёхколёсный велосипед, кататься на нём и слезать с него.

Учить детей снимать и одевать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Подвижные игры. Учить реагировать на сигнал «беги», «лови», «стой» и др. выполнять правила в подвижных играх.

Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками. Автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Программа разработана на основе методических пособий Л.И. Пензулаевой «Физкультурные занятия с детьми 3-4, 4-5, 5-6, 6-7 лет», изданных в рамках учебно – методического комплекта к примерной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой. М.А.Васильевой

Занятия входят в целостный воспитательно-образовательный процесс, и проводятся в первую половину дня, два раза в неделю в помещении, один раз в неделю – на воздухе.

Длительность занятий в младшей группе -15 минут, в средней - 20 минут, в старшей - 25, в подготовительной к школе группе - 30 минут.