

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА «ДЕТСКИЙ САД №496  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА «ЗОЛУШКА»

СОГЛАСОВАНО  
педагогический совет  
протокол № 1  
от «30» 09 2014 г.

УТВЕРЖДЕНА  
Заведующий  
Ф.И.О.  
приказ № 2944  
от «01» 10 2014 г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ПО ФОРМИРОВАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО  
ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА  
В МКДОУ д/с № 496 «ЗДОРОВЬЕ»

Составители:  
Старший воспитатель высшей категории  
Золотова Н.В.  
Воспитатели высшей категории  
Кочкина З.Г.  
Боок Л.М.  
Инструктор по физкультуре с обучением плаванию первой категории  
Васильева Ю.С.

НОВОСИБИРСК

Образовательная область	Название программы	Авторы/ разработчики	Кадровый состав, реализующий образовательную программу	Сетевое взаимодействие
Познавательное развитие	Авторская рабочая программа по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни у детей дошкольного возраста в МКДОУ д/с № 496 «Здоровье»	Разработчики: Составители: Старший воспитатель высшей категории Золотова Н.В. Воспитатели высшей категории Кочкина З.Г., Боок Л.М. Инструктор по физкультуре с обучением плаванию первой категории Васильева Ю.С.	Педагоги младших, средних, старших и подготовительных групп.	

### Цели и задачи реализации рабочей программы

#### Цель:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

#### Задачи:

1. 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;
2. приобретение опыта в различных видах деятельности, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук. А также с правильным, не наносящим 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;
3. становление целенаправленности и развитие саморегуляции в двигательной сфере;
  4. становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).
  5. создание оптимальных условий и здоровьесберегающей среды для сохранения и укрепления здоровья детей:
  6. оптимизация уровня образовательной нагрузки для каждого ребёнка;
  7. оптимизация системы профилактических мероприятий;
  8. оптимизация системы физкультурно-оздоровительных мероприятий;
  9. создание благоприятного микроклимата;
  10. организация психологической помощи детям;
  11. осуществление комплексного, системно-функционального подхода к организации деятельности по сохранению и укреплению психофизического здоровья детей с ОВЗ;
  12. обеспечение квалифицированной коррекции недостатков в психофизическом развитии и дошкольном образовании детей с ограниченными возможностями здоровья в соответствии с адаптированной образовательной программой ДОУ.

*Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:*

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Он обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

## **Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы**

### **Методы физического развития**

#### ***Наглядные:***

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)

#### ***Словесные:***

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция

#### ***Практические:***

- повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- проведение упражнений в игровой форме;
- проведение упражнений в соревновательной форме

### **2.13 Формы образовательной деятельности**

Формы организации физического развития связаны с разными разделами педагогической работы в детском саду

- физкультурные занятия (групповые, подгруппами и индивидуальные),

- физкультурные занятия на воздухе
- физкультурные занятия в бассейне
- утренняя гимнастика (зарядка),
- гимнастика после сна
- закаливающие процедуры в сочетании с физическими упражнениями,
- физкультминутки,
- подвижные игры,
- прогулки и экскурсии за пределы участка детского сада,
- самостоятельная двигательная деятельность детей,
- физкультурные досуги и праздники.

На физкультурных занятиях используются музыка, элементы танцев, плясок, а также закрепляются знания, которые дети получают в других видах деятельности (развитие речи, математика, рисование, ознакомление с природой и др.). Целесообразное соотношение различных форм работы в дошкольных учреждениях и в семье, правильная организация и методика проведения их обеспечивают полноценное решение всех задач физического воспитания.

<i>вид деятельности</i>	<i>формы работы</i>
<b>Игровая</b>	<b>Подвижные и спортивные игры, игры с правилами, имитационные движения</b>
Коммуникативная	Сюжетно – ролевые игры, игры с правилами, метод проекта
Познавательно-исследовательская	Походы, экскурсии, целевые прогулки, экспериментирование, опыты, НОД по валеологии
Восприятие художественной литературы и фольклора	Сюжетные занятия, игры – импровизации, театрализация, метод проекта
Самообслуживание и элементарный бытовой труд	Игровые задания и упражнения по подготовке спортивного инвентаря и атрибутов
Конструирование	Сюжетно – ролевые игры, эстафеты с модулями, строительным материалом, бумагой

Изобразительная	Комплексные или интегрированные занятия, пальчиковые игры, выставки продуктивной деятельности на спортивную тематику
Музыкальная	Подвижные игры под музыкальное сопровождение, танцы, хороводы, игровые упражнения, имитационные движения
Двигательная	НОД, подвижный час, физкультминутки, утренняя гимнастика, гимнастика после сна, игровые упражнения, подвижные игры, спортивные игры, игры с правилами, досуги, праздники, развлечения, прогулки, экскурсии, походы

### **Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.**

На территории детского сада расположено 13 игровых площадок и спортивная площадка, оснащенные игровыми модулями и малыми формами для игр и развлечений детей на улице. Зимой площадки пополняются малыми формами из льда и снега, летом ежегодно проводится озеленение и облагораживание площадок и всей территории детского сада. Силами родителей и воспитателей создана «Березовая роща». Высажены различные виды деревьев и кустарников; разбиты газоны, клумбы, цветники. Все это позволило создать на территории детского сада экологическую тропу, знакомясь с которой воспитанники учатся наблюдать за объектами живой и неживой природы, любить и беречь природу нашего края. Спортивная площадка оснащена различным спортивным оборудованием:

- переступы,
- рукоход,
- турник,
- лабиринт,
- стена с выступами для перелезания,
- прыжковая яма,
- дорожка из пеньков разной высоты для ходьбы,
- баскетбольное кольцо,
- скамейки,
- беговая дорожка.

Игровые площадки оснащены песочницами с навесами, малыми формами, скамейками для отдыха, имеется 13 веранд. На территории детского сада расположен огород, который позволяет выращивать различные злаковые и овощные культуры и наблюдать за этим процессом. Создана зона по изучению ППД.

### **Оборудование физкультурных уголков в групповых помещениях**

#### Примерный перечень спортивного инвентаря:

*Для младшей и ср. группы:*

- гимнастическая стенка (высота 1,5м.)
- ребристая доска или резиновая дорожка с сильновыпуклыми рельефами
- гимнастическая доска (ширина 20-15см.)
- дуги (можно сделать в виде силуэта животного с изогнутой спиной)
- мячи (разные размеры)
- гимнастические ящики (50X50; 40X40; 45X45, высота 20, 15, 10)
- настольно – спортивные игры для развития мелкой моторики рук, развития мышц, пальцев, кисти
- для средней группы – мишень для метания или баскетбольная корзина
- скакалки

*Для старшей и подготовительной групп:*

- веревочная лестница
- мат
- канат
- гимн.стенка (высота 2м.)
- мишень, мешочки для метания
- мячи всех размеров
- настольные спортивные игры, игрушки – самоделки
- скакалки (обязательно одна для взрослого)
- мелкие пособия: обручи, кегли, ленточки, дуги, гимн. палки, шнур

Для всех: Различные массажные коврики

## *Оборудование для спортивного зала*

1. Гимнастическая стенка
2. Бревно гимнастическое напольное
3. Гимнастическая палка (20)
4. Доска гладкая с зацепами
5. Доска узкая
6. Доска ребристая
7. Дуга большая и малая
8. Канат для перетягивания
9. Коврик массажный (два комплекта)
10. Кольцеброс настольный
11. Кольцо мягкое
12. Куб деревянный малый
13. Лента короткая (20шт.)
14. Мат гимнастический складной
15. Мяч набивной (6шт.)
16. Мяч футбольный (2шт.)
17. Мяч волейбольный (2шт.)
18. Набор мячей разного размера, с шипами
19. Набор разноцветных кегле с мячом
20. Обруч малого диаметра (15шт.)
21. Обруч большого диаметра (10шт.)
22. Прыгающий мяч с ручкой (15шт.)
23. Скакалка детская (20шт.)
24. Скамейка гимнастическая (3шт.)
25. Кольцо баскетбольное подвесное (2шт.)
26. Сетка волейбольная
27. Самокаты (2шт.)
28. Вертикальная цель для метания навесная (2шт.)
29. Секундомер механический (2шт.)



### *Оборудование для бассейна*

1. Доска для плавания (15шт.)
2. Колобашка для плавания (8шт.)
3. Комплект тонущих игрушек (4шт.)
4. Круг спасательный детский облегченный (2шт.)
5. Круги для плавания (6шт.)
6. Ласты детские (12шт.)
7. Лопатки для плавания (12шт.)
8. Набор плавающих игрушек (4шт.)
9. Набор подводных обручей с центром тяжести (4шт.)
10. Набор тонущих колец (2шт.)
11. Нарукавники для плавания (12шт.)
12. Плавающий обруч (6шт.)
13. Секундомер механический (2шт.)
14. Термометр для воды
15. Цветной поплавков (6шт.)
16. Шест инструктора
17. Шест спасательный

### *Оборудование спортивной площадки на улице*

1. Баскетбольные стойки с кольцом
2. Бревно гимнастическое наземное
3. Волейбольные стойки
4. Гимнастические комплексы (турники разной высоты)
5. Хоккейные ворота переносные (2шт.)
6. Шведская стенка металлическая
7. Прыжковая яма
8. Беговая дорожка
9. Полоса препятствий
10. Лабиринт
11. «Рукоход»
12. «Переступы»
13. Пеньки для перешагивания разной высоты

14. Стена с зацепами для лазания
15. Усеченные конусы для ориентиров
16. Дуги для подлезания
17. Атрибуты для спортивных игр (по сезону, по возрасту, по программе)

### **Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

В соответствии с ФГОС ДО одним из основных принципов дошкольного образования является партнерство ДООУ с семьей (п.1.4.5), а одной из основных задач, стоящих перед детским садом, является «обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетенции родителей в вопросах развития и образования...» (п.1.6.9)

Для укрепления сотрудничества с родителями и формирования партнерских отношений с родителями используются следующие формы работы:

- коллективные – «Дни открытых дверей» (открытые просмотры НОД с участием родителей), собрания, мастер – классы, консультации;
- индивидуальные, предусматривающие консультации и беседы с отдельными родителями, их участие в ходе реализации детских проектов;
- ознакомление родителей в наглядной форме с необходимой информацией по реализации данной программы (папки с рекомендациями, играми, альбомы с фотографиями детей во время различных видов деятельности, информационные литки «Чем заняты дети», информация на сайте).

**Копии дипломов, сертификатов и других документов, подтверждающих участие руководителей и педагогических работников в семинарах, мастер-классах, круглых столах, конференциях, конкурсах и т.д.**

Отдел образования администрации Калининского района  
Территориальная группа методистов отдела методической и  
инновационной работы Калининского района МКУДПО «ГЦРО»

## СЕРТИФИКАТ

участника районного мероприятия круглый стол для инструкторов по РК «Вовлечение родителей в работу по профессиональному воспитанию»  
форма проведения, тема

«Совместная физкультурно-развлекательная деятельность и досуг родителей с детьми дошкольного возраста»  
тема выступления

выдан Бох Любиме Михайловне  
ФИО

инструктору по РК МКУДПОУ ДО № 496  
должность, место работы

«25» августа 2016 г.

Начальник отдела образования Л.В. Шаповалова

Руководитель ТГМ Т.В. Колесникова



Администрация Калининского района  
города Новосибирска

# *Почётная грамота*

НАГРАЖДАЕТСЯ

## **ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕКТИВ**

муниципального казённого дошкольного образовательного учреждения города  
Новосибирска «Детский сад № 496 комбинированного вида «Золушка»  
(заведующая Балашова Ирина Анатольевна)

*за активную работу по внедрению федеральных государственных  
образовательных стандартов дошкольного образования и  
в связи с празднованием Дня дошкольного работника*

Глава администрации



Г. Н. Шатула

город Новосибирск

2016 год

