

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 69»

ПРИНЯТО:
Педагогическим советом
Протокол № 1
от « 28 » августа 2020 года

УТВЕЖДЕНО:
Заведующим МАДОУ «Детский сад № 69»
Е.В.Дорофеевой
« 28 » августа 2020 г.



**Рабочая программа
образовательной деятельности
«Физического развития»
групп общеразвивающей направленности
для детей 3 - 7 лет**

Составил:
Инструктор по физической культуре
Аблизина М.А.

п. Исеть 2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ:

ВВЕДЕНИЕ		
I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ		
1.1	Пояснительная записка	4
1.1.1.	Цели и задачи реализации Программы	4
1.1.2	Принципы и подходы к формированию Программы	6
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	18
1.3.	Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе	19
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ		
2.1.	Общее положение	22
2.2.	Описание образовательной деятельности по области «Физическое развитие» модуля образовательной деятельности «Двигательная деятельность»	22
2.1.1.	Четвертый год жизни	22
2.1.2.	Пятый год жизни	23
2.1.3.	Шестой год жизни	29
2.1.4.	Седьмой год жизни	35
2.2.	Взаимодействие взрослых с детьми	41
2.3.	Взаимодействие педагогического коллектива с семьями дошкольников	48
2.4.	Коррекционно-развивающая работа с детьми с ограниченными возможностями здоровья	50
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ		
3.1.	Психолого – педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка	56
3.2.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	56
3.3.	Кадровые условия реализации Программы	59
3.4.	Материально – техническое обеспечение программы Программы	60
3.5.	Финансовые условия реализации Программы	65
3.6.	Планирование образовательной деятельности	67
3.7.	Распорядок и режим дня	76
3.8.	Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания Программы	81
3.6.	Перечень нормативных и нормативно – методических документов	82
3.7.	Перечень литературных источников	82

ВВЕДЕНИЕ

Рабочая программа (модуль) (модуль) образовательной деятельности «Физическое развитие» основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования группы общеразвивающей направленности для детей 4-7-ого года жизни (далее - Программа) — нормативно-управленческий документ ДОО, характеризующий систему организации образовательной деятельности педагога. Рабочая программа показывает как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития воспитанников педагог создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с требованиями новых образовательных стандартов дошкольного образования.

Рабочая программа разработана в соответствии с современными ценностно-целевыми ориентирами системы образования РФ, в том числе и дошкольного, с учетом возрастных особенностей и характеристики детей 4-7-ого года жизни. Срок реализации - 1 год.

I. Целевой раздел

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дошкольный возраст – важный период формирования человеческой личности. Именно в детском возрасте формируются основы физического и психического здоровья детей. В общей системе образования и воспитания физическое развитие детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Формирование физических качеств, двигательных умений и навыков тесно связано с психическим здоровьем ребенка, с воспитанием эстетических чувств и нравственно – волевых черт личности. Задачи физического воспитания должны решаться в комплексе и взаимосвязи с задачами умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания.

Приоритетным направлением в работе с детьми дошкольного возраста должно быть физическое воспитание дошкольников, направленное на повышение сопротивляемости детского организма к неблагоприятным факторам внешней и внутренней среды, усвоение теоретических знаний из области физической культуры, формирование двигательных умений и навыков, развитие физических и психических качеств и способностей, интереса и потребности в физическом совершенствовании, всестороннем формировании личности ребенка.

Физическое воспитание дошкольников должно предусматривать систему физических упражнений, приносящих ребенку положительные эмоции, исключение стрессовых ситуаций и страха перед выполнением движений; достаточную интенсивность и большое разнообразие двигательных действий; многовариативность форм физкультурно – оздоровительной работы и активного отдыха детей, возможность индивидуального и дифференцированного подхода к подбору упражнений; частую смену нагрузок и отдыха в режиме дня ребенка; преемственность в деятельности детей разных возрастных групп дошкольной образовательной организации; гибкий график проведения оздоровительных мероприятий в зависимости от состояния здоровья, утомления, климатических и погодных условий; сезонность применения физических упражнений; ежедневное проведение занятий по физической культурой; взаимосвязь задач физического воспитания с другими сторонами воспитания.

Организационными формами работы по физической культуре в дошкольной образовательной организации являются: физкультурные занятия; физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня (утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры, физкультминутки, закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями); активный отдых (физкультурные досуги, спортивные праздники, Дни здоровья, туристические походы); самостоятельная двигательная деятельность детей; работа с семьей. Самостоятельная двигательная деятельность детей дошкольного возраста протекает под наблюдением педагога. Содержание и продолжительность занятий физическими упражнениями определяются самими детьми. Характер этих занятий зависит от индивидуальных данных, подготовленности, возможностей и интересов дошкольников. Успешное решение задач физического воспитания возможно лишь при осуществлении индивидуального подхода к детям во взаимосвязанной работе дошкольной образовательной организации и семьи.

Все формы и виды работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим, обеспечивающий ежедневные занятия ребенка физической культурой.

Основой физического здоровья ребенка следует считать уровень развития и особенности функционирования его органов и систем. Уровень развития обусловлен программой, которая природой заложена в каждом ребенке и опосредована его базовыми потребностями. Именно удовлетворение доминирующих базовых потребностей является условием индивидуально – гармоничного развития ребенка.

Современный педагог, работая с дошкольниками, призванный заботиться о здоровье ребенка, не вправе относиться к нему как к уменьшительной копии взрослого человека, так как каждому возрастному периоду свойственны свои особенности строения и функционирования.

Целевой раздел Программы определяет цели и задачи, принципы и подходы к формированию, планируемые результаты ее освоения в виде целевых ориентиров.

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы

Цель: Формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

Задачи и направления физического развития в соответствии с ФГОС ДО:

- Приобретение опыта в следующих видах деятельности:
 - двигательной, направленной на развитие координации и гибкости;
 - способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук;
 - связанных с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в 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.).

Задачи и направления физического развития в соответствии с методикой физического развития:

Оздоровительные задачи:

- охрана жизни и укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости к заболеваниям, неблагоприятным воздействиям внешней среды и работоспособности организма. Учитывая специфику данного термина, оздоровительные задачи физического воспитания определяются применительно к каждой возрастной группе воспитанников в более конкретной форме:
 - помогать формированию изгиба позвоночника, развитию сводов стопы, укреплению связочно – суставного аппарата, способствовать развитию всех групп мышц (особенно – мышц-разгибателей), формированию опорно – двигательного аппарата и развитию двигательного анализатора;
 - способствовать правильному соотношению частей тела и правильному функционированию внутренних органов, совершенствованию деятельности сердечно – сосудистой и дыхательной систем, развитию органов чувств, функции терморегуляции и центральной нервной системы (тренировать процессы возбуждения и торможения, их подвижность).
- Сохранение единства образовательного пространства относительно уровня дошкольного образования.
- Обеспечение развития личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей.
- Создание условий для развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности

Образовательные задачи:

- формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств и двигательных способностей, передачу простейших понятий о физической культуре и доступных знаний о спорте.

Воспитательные задачи:

- формирование культурно – гигиенических навыков и потребности в здоровом образе жизни, формирование культуры чувств и эстетического отношения к физическим упражнениям. Благодаря физическому воспитанию создаются благоприятные условия:
 - воспитания волевых качеств личности (смелость, решительность, выдержка, настойчивость и т.д.);
 - формирование положительных черт характера (организованность, скромность и др.);
 - формирование нравственных основ личности (чувства собственного достоинства, справедливости, товарищества, взаимопомощи и т.п.).

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

Образовательная программа учитывает основные принципы заложенные в ФГОС дошкольного образования:

- 1) принцип полноценного проживания ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), Обогащение (амплификация) детского развития.
- 2) принцип построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом дошкольного образования;
- 3) Принцип содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
- 4) принцип поддержки инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) принцип сотрудничества с семьей;
- 6) принцип приобщения детей к социо культурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) принцип формирования познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 8) принцип возрастной адекватности дошкольного образования (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 9) принцип учета этнокультурной ситуации развития детей.

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора принципов, подходов, методов в воспитании и развитии детей.

Данная программа построена на основе **качественного подхода** к проблеме развития психики ребенка. Качественный подход постулирует, что психика ребенка обладает качественно другими характеристиками, чем психика взрослого человека, и лишь в процессе онтогенетического развития она начинает обладать характеристиками взрослой особи. Это положение развивается в трудах двух крупнейших психологов XX столетия - Льва Семеновича Выготского и Жана Пиаже.

Возрастной подход

Возрастной подход к развитию психики ребенка учитывает, что психическое развитие на каждом возрастном этапе подчиняется определенным возрастным закономерностям, а также имеет свою специфику, отличную от другого возраста.

Личностный подход

Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

Исходя из положения, что в основе развития лежит прежде всего эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития.

- *Принцип оздоровительной направленности*, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и

здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

- *Принцип разностороннего и гармоничного развития личности*, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.

- *Принцип гуманизации и демократизации*, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, *принципа комфортности* в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

- *Принцип индивидуализации* позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя *принцип возрастной адекватности физических упражнений*.

- *Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования я нагрузок и отдыха*, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

- *Принцип единства с семьей*, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

Кроме принципов, выделяются методы физического развития и воспитания. Традиционно различаются три группы **методов**.

1. *Наглядные методы*, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);
- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. К *словесным методам* относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. К *практическим методам* можно отнести выполнение движений (совместно – распределенное, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также

проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания**. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

- *Гигиенические факторы* (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
- *Естественные силы природы* (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;
- *Физические упражнения*, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - **форм организации** физкультурно – оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей. Поэтому, кроме рационального режима занятий, отдыха, питания и сна, каждое ДООУ составляет модель двигательного режима, которая включает в себя всю динамическую деятельность детей как организованную, так и самостоятельную.

Оценка эффективности организации двигательного режима и всех форм оздоровительно – воспитательной деятельности в детском саду, направленной на физическое образование его воспитанников, оценивается с помощью следующих критериев:

1. Все физкультурные мероприятия (двигательный режим) должны составлять 50 – 60 % периода бодрствования.
2. Разученные движения для закрепления и совершенствования переносятся в повседневные формы работы: утренняя гимнастика, подвижные игры и гимнастика пробуждения с закаливающими процедурами, физкультминутки, динамический час, занятия по интересам.
3. Физические досуги и праздники повышают интерес к физическим упражнениям. При этом используется соревновательный метод, который является средством повышения двигательной активности.

4. Самостоятельная двигательная деятельность является критерием, определяющим степени овладения двигательными умениями. Если дети легко, свободно и творчески используют движения, значит, они в полной мере освоили их в организованных формах работы.
5. С детьми, отстающими в двигательном развитии необходимо систематически проводить коррекционную, дифференцированную и индивидуальную работу.
6. Вся физкультурно – оздоровительная работа проводится в тесном единстве с семьей. Родителей знакомят с физкультурной работой в детском саду, информируют об уровне подготовленности ребенка (индивидуальная карта), приглашают участвовать в совместных занятиях (непосредственно образовательная деятельность по физической культуре, досуги, праздники, Дни здоровья, походы и экскурсии); рекомендуют организовать здоровый образ жизни (двигательный режим) в семье; предлагают специальную литературу и видеофильмы, изучают опыт использования физической культуры в семье.

Очень важной, составной частью гармонической личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства.

Значимые характеристики для разработки и реализации Программы....

В разработке рабочей программы учитывается характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста, необходимая для правильной организации образовательного процесса.

Возрастные особенности детей дошкольного возраста

Младший дошкольный возраст (3-4 года). На рубеже трех лет любимым выражением ребёнка становится «Я сам!». Отделение себя от взрослого и вместе с тем желание быть как взрослый — характерное противоречие кризиса трех лет.

Эмоциональное развитие ребёнка этого возраста характеризуется проявлениями таких чувств и эмоций, как любовь к близким, привязанность к воспитателю, доброжелательное отношение к окружающим, сверстникам. Ребёнок способен к эмоциональной отзывчивости — он может сопереживать другому ребёнку.

В младшем дошкольном возрасте поведение ребёнка непроизвольно, действия и поступки ситуативны, их последствия ребёнок чаще всего не представляет, нормативно развивающемуся ребёнку свойственно ощущение безопасности, доверчиво-активное отношение к окружающему.

Дети 3—4 лет усваивают элементарные нормы и правила поведения, связанные с определёнными разрешениями и запретами («можно», «нужно», «нельзя»).

В 3 года ребёнок идентифицирует себя с представителями своего пола. В этом возрасте дети дифференцируют других людей по полу, возрасту; распознают детей, взрослых, пожилых людей, как в реальной жизни, так и на иллюстрациях.

У развивающегося трёхлетнего человека есть все возможности овладения навыками самообслуживания (становление предпосылок трудовой деятельности) — самостоятельно есть, одеваться, раздеваться, умываться, пользоваться носовым платком, расчёской, полотенцем,

отправлять свои естественные нужды. К концу четвёртого года жизни младший дошкольник овладевает элементарной культурой поведения во время еды за столом и умывания в туалетной комнате. Подобные навыки основываются на определённом уровне развития двигательной сферы ребёнка, одним из основных компонентов которого является уровень развития моторной координации.

В этот период высока потребность ребёнка в движении (его двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Ребёнок начинает осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.).

В 3 года дети практически осваивают пространство своей комнаты (квартиры), групповой комнаты в детском саду, двора, где гуляют, и т. п. На основании опыта у них складываются некоторые пространственные представления (рядом, перед, на, под). Освоение пространства происходит одновременно с развитием речи: ребёнок учится пользоваться словами, обозначающими пространственные отношения (предлоги и наречия).

В 3—4 года ребёнок начинает чаще и охотнее вступать в общение со сверстниками ради участия в общей игре или продуктивной деятельности. Однако ему всё ещё нужны поддержка и внимание взрослого. Главным средством общения со взрослыми и сверстниками является речь.

Происходит рост и развитие детского организма, совершенствуются физиологические функции и процессы. Активно формируется костно-мышечная система. Интенсивно развиваются моторные функции. Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д. Двигательная активность детей характеризуется достаточно высоким уровнем самостоятельности действий. Движения имеют преднамеренный и целеустремленный характер. Возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети стремятся к новым сочетаниям движений, испытывают желание попробовать свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями, неустойчивость волевых усилий по преодолению трудностей.

То или иное эмоциональное состояние ребенка проявляется в индивидуальной манере движения, называемой выразительной моторикой (мимика, пантомимика). Большая часть внешних проявлений эмоциональной сферы в движении характеризует, так называемый, эмоциональный фон ребенка (его эмоциональное отношение к миру вообще, будь то мир людей или предметов), его чувствительность (одно и то же событие у кого-то вызывает переживания», а кого-то оставляет равнодушным), глубину эмоциональных переживаний, подвижность эмоции в движении. Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя.

Средний дошкольный возраст. В возрасте 4-5 лет у детей происходит дальнейшее изменение и совершенствование структур и функций систем организма. Темп физического развития остается таким же, как и в предыдущий год жизни ребенка.

Прибавка в росте за год составляет 5-7 см, массы тела - 1,5-2 кг. Рост (средний) четырехлетних мальчиков-100,3 см, а пятилетних-107,5 см. Рост (средний) девочек-99,7 см, пяти лет- 106,1 см. Масса тела (средняя) мальчиков и девочек равна в четыре года 15,9 кг и 15,4 кг, а в пять-17,8 кг и 17,5 кг соответственно.

При оценке физического развития детей учитываются не только абсолютные показатели, но и пропорциональное их соотношение: вес рост, объем головы - объем грудной клетки и др. С возрастом, естественно, эти показатели изменяются. Так, объем грудной клетки

увеличивается интенсивнее, чем объем головы.

Опорно-двигательный аппарат. Скелет дошкольника отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен. В связи с особенностями развития и строения скелета детям 4-5 лет не рекомендуется предлагать на физкультурных занятиях и в свободной деятельности силовые упражнения. Необходимо также постоянно следить за правильностью принимаемых детьми поз.

Материалы для игр с предметами желательно размещать так, чтобы дети не только занимали удобные позы, но и почаще их меняли.

Продолжительное сохранение статичной позы может вызвать перенапряжение мускулатуры и в конечном итоге привести к нарушению осанки. Поэтому на занятиях, связанных с сохранением определенной позы, используются разнообразные формы физкультурных пауз.

В процессе роста и развития разные группы мышц развиваются неравномерно. Так, масса нижних конечностей по отношению к массе тела увеличивается интенсивнее, чем масса верхних конечностей.

Характеристикой функционального созревания мышц служит мышечная выносливость. Считается, что ее увеличение у детей среднего дошкольного возраста наибольшее. Это происходит за счет роста диаметра мышечных волокон и увеличения их числа. Мышечная сила возрастает. Сила кисти правой руки за период от 4 до 5 лет увеличивается в следующих пределах: у мальчиков - от 5,9 до 10 кг, у девочек - от 4,8 до 8,3 кг.

Организуя двигательную деятельность детей, воспитатель должен предоставлять каждому ребенку возможность активно участвовать в играх любого вида. Сюжеты игр для прогулок подбирает такие, чтобы ребята использовали всю площадь зала или участка.

Необходимо дозировать двигательную нагрузку детей при выполнении разных видов упражнений. Например, ходьба на лыжах не должна превышать 15-20 мин., с перерывом на отдых. Отдыхая (2-3 минуты), дети могут постоять на лыжах, посмотреть на заснеженные деревья. В хороший летний день можно совершить с детьми прогулку на расстояние не более 2 км при условии обеспечения короткого отдыха через каждые 20 мин. пути и в середине экскурсии - привал в сухом тенистом месте длительностью до получаса.

Во время утренней гимнастики и физкультурных занятий важна правильная дозировка физических упражнений, укрепляющих мышцы спины, шеи, рук, ног - не более 5-6 повторений.

Мышцы развиваются в определенной последовательности: сначала крупные мышечные группы, потом мелкие. Поэтому следует дозировать нагрузку, в частности для мелких мышечных групп. Вместе с тем следует по возможности развивать у детей мускулатуру предплечья и кисти: на физкультурных занятиях использовать упражнения с мячами, кубиками, флажками; в быту учить ребят пользоваться вилкой, застегивать мелкие пуговицы (но их не должно быть много); в играх предлагать мелкие кубики, кегли, простейший конструктор.

Органы дыхания. Если у детей 2-3 лет преобладал брюшной тип дыхания, то к 5 годам он начинает заменяться грудным. Это связано с изменением объема грудной клетки. Несколько увеличивается жизненная емкость легких (в среднем до 900-1000 см³), причем у мальчиков она больше, чем у девочек.

В то же время строение легочной ткани еще не завершено. Носовые и легочные ходы у детей сравнительно узки, что затрудняет поступление воздуха в легкие. Поэтому ни увеличивающаяся к 4-5 годам подвижность грудной клетки, ни более частые, чем у взрослого, дыхательные движения в дискомфортных условиях не могут обеспечить полной потребности ребенка в кислороде. Поэтому важно, чтобы сон, игры и занятия проводились в теплое время года на воздухе.

Учитывая относительно большую потребность детского организма в кислороде и повышенную возбудимость дыхательного центра, следует подбирать такие гимнастические упражнения, при выполнении которых дети могли бы дышать легко, без задержки.

Сердечнососудистая система. Частота сердечных сокращений в минуту колеблется у ребенка 4-5 лет от 87 до 112, а частота дыхания от 19 до 29.

Регуляция сердечной деятельности к пяти годам окончательно еще не сформирована. В этом возрасте ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется. Признаки утомления выражаются в покраснении или побледнении лица, учащенном дыхании, одышке, нарушении координации движений и могут наблюдаться у детей на физкультурных занятиях. Важно не допускать утомления ребят, вовремя снижать нагрузку и менять характер деятельности. При переходе на более спокойную деятельность ритм сердечной мышцы восстанавливается.

Высшая нервная деятельность. Центральная нервная система является основным регулятором механизмов физиологических и психических процессов.

К 4-5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов. Особенно характерно для детей данного возраста совершенствование межанализаторных связей и механизмов взаимодействия сигнальных систем. Малышам трудно сопровождать словами игровые действия или воспринимать указания, объяснения воспитателя в процессе выполнения гимнастических упражнений.

На пятом году жизни, особенно к концу года, развивается механизм сопоставления слов с соответствующими им раздражителями первой сигнальной системы. Повышается самостоятельность действий, умозаключений. Однако нервные процессы у ребенка еще далеки от совершенства. Преобладает процесс возбуждения. Так, при нарушении привычных условий жизни, утомлении это проявляется в бурных эмоциональных реакциях, несоблюдении правил поведения.

Вместе с тем именно к пяти годам усиливается эффективность педагогического воздействия, направленного на концентрацию нервных процессов. Поэтому на занятиях и в быту следует предлагать упражнения, совершенствующие реакции ребенка на какой-либо сигнал: вовремя остановиться, изменить направление или темп движения и т. д.

Старший дошкольный возраст

Возрастной период от 5 до 7 лет называют периодом «первого вытяжения», когда за один год ребенок может вырасти на 7—10 см. Средний рост Дошкольника 5 лет составляет около 106,0—107,0 см, а масса тела 17—18 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц 200,0 г, а роста — 0,5 см.

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития неодинаковы.

Сращение частей решетчатой кости черепа и окостенение слухового прохода заканчиваются к шести годам. Сращение же между собой частей затылочной, основной и обеих половин лобной костей черепа к этому возрасту еще не завершено. Между костями черепа сохраняются хрящевые зоны, поэтому рост головного мозга продолжается (окружность головы ребенка к шести годам равна примерно 50 см). Эти размеры необходимо учитывать при изготовлении атрибутов для праздничных утренников и подвижных игр.

Окостенение опорных костей носовой перегородки начинается с 3—4 лет, но к шести годам еще не окончено. Эти особенности

воспитатель должен учитывать при проведении подвижных игр, игровых упражнений и физкультурных занятий, так как даже самые легкие ушибы в области носа и уха могут привести к травмам.

Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Оно зависит от степени взаимодействия проприоцептивных, вестибулярных и других рефлексов, а также от массы тела и площади опоры. С возрастом показатели сохранения устойчивого равновесия у ребенка улучшаются. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

Благодаря опыту и целенаправленным занятиям физической культурой (занятия, игровые упражнения, подвижные игры) упражнения по технике движений дети шестилетнего возраста выполняют более правильно и осознанно. Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, а это означает, что появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию воспитателя, т. е. менять темп.

При проведении общеразвивающих упражнений воспитатель учитывает, что детям данного возраста хорошо знакомы направления движений: вверх, вниз, вправо, влево и т. д. Ребята способны осуществлять частичный контроль выполняемых действий, на основе предварительного объяснения упражнения самостоятельно выполнять многие виды упражнений.

У детей шестилетнего возраста появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений, что значительно по сравнению с предыдущим возрастным контингентом ускоряет формирование двигательных навыков и качественно их улучшает.

Развитие центральной нервной системы характеризуется ускоренным формированием морфофизиологических признаков. Так, поверхность мозга шестилетнего ребенка составляет уже более 90% размера коры головного мозга взрослого человека. Бурно развиваются лобные доли мозга; дети старшего дошкольного возраста осознают последовательность событий, понимают сложные обобщения.

В этом возрасте совершенствуются основные процессы: возбуждение, и особенно торможение, и несколько легче в данный период формируются все виды условного торможения. Задания детям, основанные на торможении, следует разумно дозировать, так как выработка тормозных реакций сопровождается изменением частоты сердечных сокращений, дыхания, что свидетельствует о значительной нагрузке на нервную систему.

У детей 5-6 лет динамические стереотипы, составляющие биологическую основу навыков и привычек, формируются достаточно быстро, но перестройка их затруднена, что свидетельствует о недостаточной подвижности нервных процессов.

Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. К пяти годам размеры сердца у ребенка (по сравнению с периодом новорожденного) увеличиваются в 4 раза. Интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс этот не завершается на протяжении всего дошкольного возраста.

В первые годы жизни пульс ребенка неустойчив и не всегда ритмичен. Средняя его частота к шести-семи годам составляет 92-95 ударов в минуту. К семи-восемью годам развитие нервного аппарата, регулирующего сердечную деятельность, в основном заканчивается и

работа сердца становится более ритмичной.

Размеры и строение дыхательных путей дошкольника отличаются от таковых у взрослого. Они значительно уже, поэтому нарушение температурного режима и влажности воздуха в помещении приводят к заболеваниям органов дыхания.

Важна и правильная организация двигательной активности дошкольников. При ее недостаточности число заболеваний органов дыхания увеличивается примерно на 20%.

Жизненная емкость легких у пяти-шестилетних детей в среднем равна 1100—1200 см³, но она зависит и от многих факторов: длины тела, типа дыхания и др. Число дыханий в минуту в среднем —25. Максимальная вентиляция легких к 6 годам составляет примерно 42 дцЗ воздуха в минуту. При выполнении гимнастических упражнений она увеличивается в 2—7 раз, а при беге — ее больше.

Исследования по определению общей выносливости у дошкольников (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечнососудистой и дыхательной систем у детей достаточно высоки. Например, если физкультурные занятия проводятся на воздухе, то общий объем беговых упражнений для детей старшей группы в течение года может быть увеличен с 0,6-0,8 км до 1,2-1,6 км.

Потребность в двигательной активности у многих ребят настолько велика, что врачи и физиологи период от 5 до 7 лет называют «возрастом двигательной расточительности». Задачи педагога заключаются в контроле за двигательной деятельностью своих воспитанников с учетом проявляемой ими индивидуальности, предупреждении случаев гипердинамики и активизации тех, кто предпочитает «сидячие» игры.

Основные особенности контингента воспитанников МАДОУ «Детский сад № 69».

Посещают МАДОУ «Детский сад № 69» 135 детей, что соответствует изменениям № 1 к СанПиН 2.4.1.3049-13«Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях». Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 20.12.2010 № 164 «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы» СанПиН 2.2.4.1.3049-13.

В ДОУ функционируют 5 групп:

Группы	Возрастная принадлежность	Возраст детей	Количество групп	Количество детей
---------------	----------------------------------	----------------------	-------------------------	-------------------------

Общеразвивающие	Дошкольный возраст	От 3 до 4 лет	1	20
		От 4 до 5 лет	1	20
		От 5 до 6 лет	1	25
		От 6 до 7 лет	2	43
	Общее количество		5	108

В связи с превышением количества детей – мальчиков, особое внимание будет уделено реализации принципа половозрастного воспитания детей в образовательном процессе.

Состояние здоровья воспитанников (чел)

Группа здоровья									
I		II			III			IV	
3 человека		69 человек			41 человек			-	
ОТКЛОНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ									
НЗ	ЭС	ССС	ЖКТ	РЦОН	НР	МС	С	ХР. ЗБ	ОДА
10	4	2	5	2	32	9	34	20	0

Условные обозначения

НЗ – нарушение зрения

ЭС – эндокринная система

ССС – сердечная недостаточность

ЖКТ - желудочно-кишечный тракт

РЦОН – церебральная острая недостаточность (работа мозга)

НР – нарушение речи

МС – мочеполовая система

ОДА – нарушение функций опорно-двигательного аппарата

С – стоматология

ХР. ЗБ – хронические заболевания

В организации физкультурно-оздоровительной работы учитываются индивидуальные особенности и состояние здоровья детей дошкольного возраста.

В соответствии с анализом результатов освоения воспитанниками детского сада ООП ДО в 2015-2016уч. году, особое внимание необходимо обратить в физическом развитии на:

- Младший возраст бег на короткую дистанцию, так же на прыжки с места в длину, на выносливость, силу тонуса, синхронную работу обеих рук, гибкость,
- Средний возраст усилить внимание к организации образовательного процесса по отношению к детям со второй, третьей группой здоровья и формирования у детей ценностного отношения к своему здоровью;
- Старший дошкольный возраст продолжить работу по предупреждению и профилактике нарушений функций опорно-двигательного аппарата (плоскостопие).

Национально-культурные, демографические, климатические условия организации образовательного процесса

Важное значение при определении содержательной основы Программы и выявлении приоритетных направлений образовательной деятельности учреждения имеют **национально-культурные, демографические, климатические условия**, в которых осуществляется образовательный процесс.

Климатические, природные, географические и экологические особенности условия:

Поселок Исеть расположен в лесной полосе ГО Верхняя Пышма. Климат - умеренно-континентальный, с холодной зимой и теплым летом. Характерна резкая изменчивость погодных условий, хорошо выраженные сезоны года. Уральские горы, несмотря на их незначительную высоту, преграждают путь массам воздуха, поступающим с запада, из северной части России. Достаточно выгодное географическое положение (в том числе близость к региональному центру - 30 км. от г. Екатеринбурга).

Учитываются: время начала и окончания тех или иных сезонных явлений (листопад, таяние снега и т. д.), интенсивность их протекания; состав флоры и фауны природы Среднего Урала; длительность светового дня; погодные условия и др.

- климатические условия Свердловской области имеют свои особенности: недостаточное количество солнечных дней и повышенная влажность воздуха. Исходя из этого, в образовательный процесс ДОУ включены мероприятия, направленные на оздоровление детей и предупреждение утомляемости;
- процесс воспитания и обучения в детском саду является непрерывным, но, тем не менее, график образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов:
 - холодный период – образовательный (сентябрь-май), составляется определенный режим дня и расписание организованных образовательных форм;
 - летний период – оздоровительный (июнь-август), для которого составляется другой режим дня;
 - в теплое время – жизнедеятельность детей, преимущественно, организуется на открытом воздухе;
 - в совместной и самостоятельной деятельности по познанию окружающего мира, приобщению к культуре речи дети знакомятся с климатическими особенностями, явлениями природы, характерными для местности, в которой проживают;
 - в совместной и самостоятельной художественно-эстетической деятельности (рисование, аппликация, лепка, конструирование и др.) предлагаются для изображения знакомые детям звери, птицы, домашние животные, растения уральского региона и др.

Демографические особенности.

Учитывается состав семей воспитанников (многодетная семья, один ребёнок в семье и др.), наполняемость и принципы формирования разновозрастных групп, для адекватного выбора форм организации, средств и методов образования детей.

Состояние здоровья детского населения поселка:

- общая заболеваемость детей, количество детей с отклонениями в физическом развитии, стоящих на учете по заболеваниям, часто болеющих детей – все эти факторы учитываются при планировании и реализации разнообразных мер, направленных на укрепление здоровья детей, формирования ценностного отношения ребенка к здоровью и снижения заболеваемости, предусмотренных в образовательном процессе;

Социально-демографические особенности осуществления образовательного процесса определились в ходе статистического опроса семей воспитанников:

- 1) Этнический состав семей воспитанников в основном имеет однородный характер, основной контингент – дети из русскоязычных семей.
- 2) Желание семей получать гарантированную и квалифицированную психолого-педагогическую поддержку, то есть присутствие определенной доли доверия в уровне квалификации и качестве предоставляемой услуги учреждением.

Национально-культурные и этнокультурные особенности.

Учитываются интересы и потребности детей различной национальной и этнической принадлежности; создание условий для «погружения» детей в культуру своего народа (язык, произведения национальных поэтов, художников, скульпторов, традиционную архитектуру, народное декоративно-прикладное искусство и др. через образовательную область «Физическое развитие»

Население п.Исеть многонациональное. В результате миграционных процессов в городе значительной выросло количество этнически русских, бывших граждан государств СНГ. Но при этом в детском саду этнический состав семей воспитанников в основном имеет однородный характер, основной контингент – дети из русскоязычных семей, также есть дети из татарских семей.

В содержании Программы учитывается многонациональность, многоконфессиональность Уральского региона. Сильные православные традиции. Культура народов региона (национальные обычаи и традиции). Исторически сложившиеся народы Среднего Урала - русские, удмурты, манси, татары, башкиры, марийцы, чувашаи. С учетом национально-культурных традиций народов Среднего Урала осуществлен отбор произведений национальных (местных) писателей, поэтов, композиторов, художников, образцов национального (местного) фольклора, народных художественных промыслов при ознакомлении детей с искусством, народных игр, средств оздоровления.

Особое внимание к формированию у детей понимания принадлежности к определенной социальной группе, где в качестве идентификации с этносом выступают родной язык, традиционные ценности и культура; формированию толерантного и уважительного отношения к людям другой национальности. И в то же время необходимо обеспечить возможность почувствовать гордость своей национальной принадлежности.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы.

Планируемые результаты освоения Программы конкретизируют требования к целевым ориентирам в обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, с учетом возрастных возможностей и индивидуальных различий (индивидуальных траекторий развития) детей.

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, разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства;
- способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и сорадоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх;
- 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 достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со 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. 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.
- обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором живет. Знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.
- способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе

Мониторинг проводится 2 раза в год – в начале учебного года (сентябре) и в конце (мае) – *с целью получения обратной связи от собственных педагогических действий и планирования дальнейшей работы с детьми по Программе.*

При проведении диагностического обследования педагоги ДОУ руководствуются следующими **принципами**:

Принцип объективности означает стремление к максимальной объективности в процедурах и результатах диагностики, избегание в оформлении диагностических данных субъективных оценочных суждений, предвзятого отношения к диагностируемому.

Реализация принципа предполагает соблюдение ряда правил:

- ✓ Соответствие диагностических методик возрастным и личностным особенностям диагностируемых;
- ✓ Фиксация всех проявлений личности ребенка;
- ✓ Сопоставление полученных данных с данными других педагогов, родителей;
- ✓ Перепроверка, уточнение полученного фактического материала при проведении диагностики;
- ✓ Постоянный самоконтроль педагога за своими собственными переживаниями, эмоциями, симпатиями и антипатиями, которые часто субъективируют фиксацию фактов; развитие педагогической рефлексии.

Принцип целостного изучения педагогического процесса предполагает:

Для того чтобы оценить общий уровень развития ребенка, необходимо иметь информацию о различных аспектах его развития: социальном, эмоциональном, интеллектуальном, физическом, художественно-творческом. Важно помнить, что развитие ребенка представляет собой целостный процесс, и что направление развития в каждой из сфер не может рассматриваться изолированно. Различные сферы развития личности связаны между собой и оказывают взаимное влияние друг на друга.

Принцип процессуальности предполагает изучение явления в изменении, развитии. Правила детализирующие принцип процессуальности, состоят в том, чтобы

- ✓ не ограничиваться отдельными «срезами состояний», оценками без выявления закономерностей развития;
- ✓ учитывать половозрастные и социокультурные особенности индивидуально-личностного становления ребенка;
- ✓ обеспечивать непрерывность изучения диагностируемого предмета в естественных условиях педагогического процесса.

Принцип компетентности означает принятие педагогом решений только по тем вопросам, по которым он имеет специальную подготовку; запрет в процессе и по результатам диагностики на какие-либо действия, которые могут нанести ущерб испытуемому.

Этот принцип раскрывается:

- ✓ в правилах сотрудничества (согласие, добровольность участия в диагностике);
- ✓ в безопасности для испытуемого применяемых методик;
- ✓ в доступности для педагога диагностических процедур и методов;
- ✓ во взвешенности и корректном использовании диагностических сведений (разумной конфиденциальности результатов диагностики).

Принцип персонализации требует от педагога в диагностической деятельности обнаруживать не только индивидуальные проявления общих закономерностей, но также индивидуальные пути развития, а отклонения от нормы не оценивать как негативные без анализа динамических тенденций становления.

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения Программы (далее - система мониторинга) должна обеспечивать комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы, позволять осуществлять оценку динамики достижений детей и включать описание объекта, форм, периодичности и содержания мониторинга.

Инструктор по физической культуре дважды в год (сентябре и мае) на учетно-контрольных (диагностических) занятиях проводит мониторинг физической подготовленности детей.

Это позволяет определить:

- особенности развития физических качеств и освоения воспитанниками основных движений;
- определить индивидуальную нагрузку;
- наметить необходимые физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- выявить и своевременно устранить недостатки в работе по физическому воспитанию

В процессе мониторинга исследуются физические, интеллектуальные и личностные качества ребенка путем наблюдений за ребенком, бесед, экспертных оценок, критериально-ориентированных методик нетестового типа, критериально-ориентированного тестирования, скрининг-тестов и др. Обязательным требованием к построению системы мониторинга является сочетание низко формализованных (наблюдение, беседа, экспертная оценка и др.) и высоко формализованных (тестов, проб, аппаратурных методов и др.) методов, обеспечивающее объективность и точность получаемых данных.

Периодичность мониторинга устанавливается образовательным учреждением и должна обеспечивать возможность оценки динамики достижений детей, сбалансированность методов, не приводить к переутомлению воспитанников и не нарушать ход образовательного процесса.

Содержание мониторинга должно быть тесно связано с образовательными программами обучения и воспитания детей.

Система мониторинга должна обеспечивать комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения Программы, позволять осуществлять оценку динамики достижений детей.

Промежуточная (текущая) оценка (проводится 1 раз в полугодие или год) – это описание динамики формирования интегративных качеств воспитанников в каждый возрастной период освоения Программы по всем направлениям развития детей.

Итоговая оценка проводится при выпуске ребёнка из детского сада в школу и включает описание интегративных качеств выпускника ДООУ. Проводится ежегодно в подготовительной к школе группе.

Система мониторинга содержит уровни освоения программы для всех возрастных групп.

Методика организации мониторинга подобрана специалистом (инструкторам по физической культуре) в соответствии с реализуемой Программой. (Это тестовые упражнения, наблюдения за детьми, беседы, анализ и т.д.)

В качестве тестовых заданий предлагаются:

Бег на 30 м.

Прыжок в длину с места

Метание на дальность

Бег на 10 м.

Метание мешочка на дальность правой и левой рукой.

Прыжок в высоту с места

Результаты оцениваются по трёх бальной системе.

Трёхбалльная система оценки результатов позволяет не только получить достаточно объективную картину физической подготовленности детей, но и выявить уровень развития детей группы.

По результатам тестирования заполняются диагностические карты физической подготовленности детей на каждую возрастную группу, и планируется дальнейшая работа.

II. Содержательный раздел.

2.1. Общие положения

Данная рабочая программа составлена на основе обязательного минимума содержания по физическому развитию детей дошкольного возраста с учетом ФГОС. В программе сформулированы и конкретизированы задачи по физическому развитию на каждой возрастной ступени освоения программного содержания, которые предусматривают новые уровни сложности, оправданные с точки зрения психофизических возможностей ребенка.

Программа по физическому развитию, опираясь на образовательную программу ДОО, предполагает проведение физкультурных занятий 3 раза в неделю в каждой возрастной группе в первой половине дня (2 занятия в зале, 1 занятие на свежем воздухе). Исходя из календарного года (с 1 сентября текущего по 31 мая) количество часов, отведенных на физкультурные занятия, будет равняться 96 часам для каждой возрастной группы.

Продолжительность занятий: 15 мин. (2 младшая гр.), 20 мин. (средняя гр.), 25 мин. (старшая гр.), 30 мин. (подготовительная гр.).

Планирование основывается на комплексно-тематическом принципе, в соответствии с которым реализация содержания образовательной области осуществляется в соответствии с определённой темой.

Программа:

- Соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и, как показывает опыт, может быть успешно реализована в массовой практике дошкольного образования);
- Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
- Обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
- Строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
- Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно-образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- Предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;
- Строится с учетом соблюдения преемственности между подготовительной возрастной дошкольной группой и начальной школой.

2.2. Описание образовательной деятельности по области «Физическое развитие» модуля образовательной деятельности «Двигательная деятельность»

Программа осуществляется через интеграцию образовательных областей.

«Физическое развитие»	Воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование навыков здорового образа жизни, бережного отношения к личным вещам, потребности в движении. Обогащение положительными эмоциями каждого ребёнка.
«Социально – коммуникативное развитие»	Формирование основ безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, в процессе выполнения физических упражнений, при пользовании спортивным инвентарем. Формирование гендерной принадлежности, развитие партнерских взаимоотношений в процессе двигательной деятельности. Формирование трудовых умений и навыков при организации двигательной деятельности (расстановка и уборка спортивного инвентаря и оборудования).
«Речевое развитие»	Развитие общения детей друг с другом и взрослыми в процессе двигательной активности. Проговаривание действий и называние упражнений, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой. Использование художественных произведений для формирования мотивации к двигательной активности, использование литературы по родному краю (игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок).
«Познавательное развитие»	Расширение представлений о своем организме, его возможностях, формирование ЭМП, формирование целостной картины мира через проблемно – игровую деятельность (специальные упражнения на ориентировку в пространстве; подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем; просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, ЗОЖ).

«Художественно – эстетическое развитие»	<p>Развитие умения отражать свои представления о двигательной деятельности в продуктивной деятельности (использование рисунков в оформлении при проведении спортивных праздников, изготовление атрибутов на занятиях по аппликации, рисованию).</p> <p>Использование средств музыки для обогащения двигательных ощущений, развития двигательного творчества (ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера).</p>
---	--

Содержание образовательной деятельности модуля «Физическое развитие»

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 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; 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.).

2.2.1. Четвертый год жизни .

Задачи образовательной деятельности

1. Обеспечить физическое развитие детей, своевременное овладение основными движениями и элементарными культурно-гигиеническими навыками.
2. Способствовать развитию у детей самостоятельности, овладению разнообразными способами действий, приобретению навыков самообслуживания, игровой деятельности и общения.
3. Развивать взаимоотношения детей, умение действовать согласованно, принимать общую цель, переживать радость от

результатов общих усилий и совместной деятельности.

4. Основой здорового образа жизни и полноценного развития ребенка в детском саду является режим.

5. Развивать у детей физические качества: быстроту, координацию, скоростно-силовые качества, реакцию на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию общей выносливости, силы, гибкости.

Содержание образовательной деятельности

Построения и перестроения. Порядковые упражнения. Повороты на месте. Общеразвивающие упражнения: с предметами и без предметов; в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Основные движения: разные виды ходьбы с заданиями; бег со сменой темпа и направления; прыжок в длину с места двумя ногами и в глубину (спрыгивание). Катание, бросание, метание: прокатывание предмета, упражнения с мячом (отбивание и ловля); бросание предметов одной и двумя руками горизонтально и вертикально в цель, вдаль. Лазание приставным шагом, перелезание и пролезание через предметы и под ними. Ритмические упражнения. Спортивные упражнения: катание на трехколесном велосипеде; ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. Подвижные игры. Основные правила игр.

По мере накопления двигательного опыта у малышей формируются следующие новые двигательные умения:

- строиться в круг, в колонну, парами, находить свое место;
- начинать и заканчивать упражнения по сигналу;
- сохранять правильное положение тела, соблюдая заданное направление;
- ходить, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног;
- бегать, не опуская головы;
- одновременно отталкиваться двумя ногами и мягко приземляться в прыжках в длину с места и спрыгиваниях;
- ловить мяч кистями рук, не прижимая его к груди; отбрасывать мяч, поражать вертикальную и горизонтальную цели;
- подлезать под дугу (40 см), не касаясь руками пола;
- уверенно лазать и перелезать по лесенке-стремянке (высота 1,5 м);
- лазать по гимнастической стенке приставным шагом.

Содержание работы в возрастных группах ДОУ по физическому развитию Двигательная деятельность 3-4 года

Содержание работы	Задачи	Формы работы			Формы организации детей
		Образовате	Самосто	Взаимодействие	

		Образовательная деятельность	льная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	тельная деятельность детей	с семьей	
Становление мотивации к двигательной активности и развитию потребности в физическом совершенствовании	<ul style="list-style-type: none"> • Воспитывать интерес к физическим упражнениям и совместным подвижным играм в группе и на улице (<i>Социально-коммуникативное развитие</i>); • Развивать потребность ежедневно выполнять утреннюю гимнастику 	Игровая беседа с элементами движений. Игра. Утренняя гимнастика	Во всех видах самостоятельной деятельности детей			Групповая Индивидуальная, подгрупповая

					я
Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений	<ul style="list-style-type: none"> • Осуществлять процесс освоения детьми разнообразных видов основных и общеразвивающих движений (ходьба, бег, простейшие перестроения, прыжки, метание, катание, бросание, ловля мяча, лазанье, ползание и т.п.) <i>(Познавательное развитие)</i>; • Учить сохранять правильную осанку в различных положениях <i>(Социально-коммуникативное развитие)</i>; • Воспитывать потребность в правильном выполнении движений; развивать умение оценивать их красоту и выразительность, двигательное творчество, получать удовольствие, радость от двигательной деятельности <i>(Музыкальное развитие, Социально-коммуникативное развитие)</i> • Помогать осваивать культуру использования спортивного оборудования, инвентаря; воспитывать аккуратность, бережливость <i>(Социально-коммуникативное развитие)</i> 	Утренняя гимнастика. Игра. Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера. Интегративная деятельность. Контрольно-диагностическая деятельность.	Двигательная активность в течение дня. Игра.		
Развитие физических качеств	<ul style="list-style-type: none"> • Ориентация в пространстве по указанию взрослого и самостоятельно; равновесие при выполнении разнообразных движений; координация, ловкость, быстрота, гибкость, сила и выносливость <i>(Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие)</i> 	Утренняя гимнастика. Игра			

<p>Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Вызывать реакцию на речевые сигналы («Беги!», «Стой!», «Бросай!», «Прыгай!» и т.п.) и правила выполнения игр и упражнений (<i>Социально-коммуникативное развитие, Речевое развитие</i>); • Учить катанию на санках, трехколесном велосипеде, ходьбе на лыжах (<i>Социально-коммуникативное развитие</i>); • Формировать умения согласовывать действия со сверстниками, быть аккуратным в движениях и перемещениях, соблюдать двигательную безопасность (<i>Социально-коммуникативное развитие</i>); • Развивать инициативность, активность, самостоятельность, произвольность в подвижных играх, в ходе совместной и индивидуальной двигательной деятельности детей (<i>Социально-коммуникативное развитие, Речевое развитие</i>) 	<p>Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера.</p>	<p>Самостоятельные и спортивные игры и упражнения</p>		
---	--	---	---	--	--

Содержание образовательной деятельности

Порядковые упражнения. Построения и перестроения: свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием. Общеразвивающие упражнения. Традиционные двухчастные упражнения общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу; Основные движения. Ходьба. Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске ходьба и бег со сменой темпа и направления. Бег, не опуская головы. Прыжки. Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте, с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними. Катание, бросание, метание. Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками в даль, в горизонтальную и вертикальную цели. Лазание по лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола. Музыкально- ритмические упражнения. Спортивные упражнения: катание на трехколесном велосипеде; ступающий шаг и повороты на месте на лыжах; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. Подвижные игры. Основные правила в подвижных играх.

Методы физического воспитания

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.

Организация двигательного режима

Формы работы	младшая группа
Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов в деятельности детского сада	
Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 минут
Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3 минут)
Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 6-10 минут
Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна
Дыхательная гимнастика	
Занятия на тренажерах, спортивные упражнения	1-2 раза в неделю 15-20 минут

Физкультурные занятия	
Физкультурные занятия в спортивном зале	3 раза в неделю по 15 минут
Физкультурные занятия на свежем воздухе	-
Ритмическая гимнастика	1 раз в неделю 15 минут
Спортивный досуг	
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)
Спортивные праздники	-
Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в квартал

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка («Что нас радует»)	Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей
<ul style="list-style-type: none"> - Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен; - при выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое; - уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх; - проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни; испытывает затруднения в - самостоятельном выполнении процессов умывания, питания, одевания, элементарного ухода за своим внешним видом, в использовании носового платка, постоянно ждет помощи взрослого. стремится к выполнению ведущих ролей в игре. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ребенок малоподвижен, его двигательный опыт беден; - неуверенно выполняет большинство упражнений, движения скованные, координация движений низкая (в ходьбе, беге, лазании); - затрудняется действовать по указанию воспитателя, согласовывать свои движения с движениями других детей; отстает от общего темпа выполнения упражнений; - не испытывает интереса к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями; не знаком или имеет ограниченные представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни; испытывает затруднения в самостоятельном выполнении

<ul style="list-style-type: none"> - с удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату - с интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания. 	<p>процессов умывания, питания, одевания, элементарного ухода за своим внешним видом, в использовании носового платка, постоянно ждет помощи взрослого.</p>
---	---

2.2.2. Пятый год жизни.

Задачи образовательной деятельности

- Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.
- Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.
- Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни
- Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

Содержание образовательной деятельности

Порядковые упражнения. Построение в колонну по одному по росту Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте. Общеразвивающие упражнения. Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты.

Основные движения: Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка

и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подводящие упражнения. Ходьба с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного). Бег. Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5х3=15)), ведение

колонны. Бросание, ловля, метание. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. Ползание, лазанье. Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек, Прыжки. Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед), вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (вспрыгивание на высоту 15—20 см.).

Сохранение равновесия после вращений, или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности. Подвижные игры: правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия. Спортивные упражнения. Ходьба лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полуюлочкой, правила надевания и переноса лыж под рукой. Плавание — погружение в воду с головой, попеременные движения ног, игры в воде. Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельное. Катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами. Ритмические движения: танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами

Представления об элементарных правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека; о вредных привычках, приводящих к болезням; об опасных и безопасных ситуациях для здоровья, а также как их предупредить. Основные умения и навыки личной гигиены (умывание, одевание, купание, навыки еды, уборки помещения и др.), содействующие поддержанию, укреплению и сохранению здоровья, элементарные знания о режиме дня, о ситуациях, угрожающих здоровью. Основные алгоритмы выполнения культурно-гигиенических процедур.

• *Методы физического воспитания*

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.

Организация двигательного режима

Формы работы	Средняя группа
Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности	
Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 минут
Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (3-5 минут)
Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 20-30 минут
Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна
Дыхательная гимнастика	
Спортивные упражнения	1-2 раза в неделю 20-25 минут
НОД по физическому воспитанию	
Физкультурные занятия в спортивном зале	2 раза в неделю по 20 минут
Физкультурные занятия на свежем	1 раз в неделю

воздухе	по 20 минут
Ритмическая гимнастика	1 раз в неделю 20 минут
Спортивный досуг	
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)
Спортивные праздники	2 раза в год
Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в месяц
Дни здоровья	1 раз в квартал

Двигательная деятельность 4-5 лет

Содержание работы	Задачи	Формы работы				Формы организации детей
		Образовательная деятельность	Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьей	
Становление мотивации к двигательной активности и развитию потребности в физическом совершенствовании	<ul style="list-style-type: none"> Поддерживать интерес и самостоятельность в двигательной деятельности, ее различных формах; активизировать творчество детей (<i>Социально-коммуникативное развитие, Музыкальное развитие</i>); Создавать условия для самостоятельной активности детей с использованием физкультурного оборудования и инвентаря в подвижных играх в группе и на улице (<i>Социально-коммуникативное развитие, Речевое развитие</i>) 	Игровая беседа с элементами движений. Чтение. Рассматривание. Игра. Утренняя гимнастика Интегративная деятельность. Контрольно-диагностическая деятельность.		Во всех видах самостоятельной деятельности детей		Групповая

					Индивидуальная, подгрупповая
Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений	<ul style="list-style-type: none"> • Совершенствовать двигательные умения и навыки; развивать умения их самостоятельного применения и использования детьми (<i>Социально-коммуникативное развитие</i>) • Развивать умения согласованно ходить, бегать, соблюдая красоту, легкость и грацию движений, демонстрируя пластичность и выразительность, свои двигательные возможности (<i>Социально-коммуникативное развитие, Музыкальное развитие</i>); • Осваивать различные варианты ползания и лазанья, прыжков, метания и бросания предметов вдаль, ловли, технику выполнения движений (<i>Социально-коммуникативное развитие</i>) • Обогащать опыт подвижных игр у детей; развивать детскую самостоятельность в них, инициативность (<i>Социально-коммуникативное развитие, Речевое развитие</i>) 		Двигательная активность в течение дня.		
Развитие физических качеств	<ul style="list-style-type: none"> • Ориентация в пространстве, быстрота, гибкость, выносливость, ловкость и т.п. (<i>Социально-коммуникативное развитие, Музыкальное развитие, Познавательное развитие</i>) 	Утренняя гимнастика Интегративная деятельность. Игра. Спортивные упр.	Игра. Спортивные упр.		

<p>Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Расширять кругозор детей в области спортивных игр; обогащать представления об их разнообразии и пользе (<i>Социально-коммуникативное развитие, Познавательное развитие</i>) • Учить катанию на двухколесном велосипеде, ходьбе на лыжах (<i>Социально-коммуникативное развитие, Речевое развитие</i>); • Развивать инициативность, активность, самостоятельность, произвольность во всех формах двигательной деятельности, умения сотрудничать и помогать друг другу в выполнении основных движений, спортивных упражнениях и подвижных играх (<i>Социально-коммуникативное развитие, Речевое развитие</i>) • Воспитывать стремление действовать по правилам, соблюдать их. 	<p>Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера. Экспериментирование.</p>	<p>Самостоятельные и спортивные игры и упражнения</p>		
---	--	--	---	--	--

Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка (Что нас радует)

В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость. Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная мелкая моторика рук. Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности. Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх. С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы. Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания. Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации. Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

Двигательный опыт (объем основных движений) беден.

Допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа воспитателя. Затрудняется внимательно воспринять показ педагога, самостоятельно выполнить физическое упражнение.

Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует.

Движения недостаточно координированы, быстры, плохо развита крупная и мелкая моторика рук.

Испытывает затруднения при выполнении скоростно-силовых, силовых упражнений и упражнений, требующих проявления выносливости, гибкости. Интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями нестойкий. Потребность в двигательной активности выражена слабо.

Не проявляет настойчивость для достижения хорошего результата при выполнении физических упражнений. Не переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.

У ребенка наблюдается ситуативный интерес к правилам здорового образа жизни и их выполнению затрудняется ответить на вопрос взрослого, как он себя чувствует, не заболел ли он, что болит.

Испытывает затруднения в выполнении процессов личной гигиены. Готов совершать данные действия только при помощи и по инициативе взрослого Затрудняется в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь .

Затрудняется в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

2.2.3. Шестой год жизни.

Задачи образовательной деятельности

- Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающие упражнений, спортивных упражнений);
- Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей
- Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях;
- Развивать творчества в двигательной деятельности;
- Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;
- Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.
- Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к

правилам и нормам здорового образа жизни, здоровье сберегающего и здоровье формирующего поведения,

- Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.

- Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега.

Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах. Общеразвивающие упражнения: четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одновременными последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами..

Подводящие и подготовительные упражнения. Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге - выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега- отталкивания, группировки и приземления, в метании- замаха и броска.

Ходьба. Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры.

Бег. На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3x10 м в медленном темпе (1,5—2 мин).

Прыжки. На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см).

Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад

. Бросание, ловля и метание. «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м).

Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание в даль (5-9 м) горизонтальную и вертикальную цели (3,5-4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины

через плечо. Ползание и лазание. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне.

Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазанье ритмичное, с изменением темпа.

Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом.

Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков.

Игры- эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр.

Спортивные игры Городки.

Бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). Баскетбол. Перебрасывание мяча друг другу от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди. Игра по упрощенным правилам. Бадминтон. Отбивание волана ракеткой в заданном направлении.

Игра с воспитателем. Футбол. Отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Обведение мяча между и вокруг предметов.

Отбивание мяча о стенку. Передача мяча ногой друг другу (3—5 м). Игра по упрощенным правилам.

Спортивные упражнения: скользящий переменный лыжный ход, скольжение по прямой на коньках, погружение в воду, скольжение в воде на груди и на спине, катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках.

Методы физического воспитания

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.

Организация двигательного режима

Формы работы	
Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада	
Утренняя гимнастика	Ежедневно 8-10 минут
Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3 минут)
Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 15-20 минут
Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна
Дыхательная гимнастика	
Спортивные упражнения	1-2 раза в неделю 25 минут
Физкультурные занятия	
Физкультурные занятия в спортивном зале	2 раза в неделю по 25 минут
Физкультурные занятия на свежем воздухе	1 раз в неделю по 25 минут
Спортивный досуг	
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)
Спортивные праздники	2 раза в год
Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в месяц
Дни здоровья	1 раз в квартал

Двигательная деятельность 5-6 лет

Содержан	Задачи	Формы работы	Формы
----------	--------	--------------	-------

ие работы		Образовательная деятельность	Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьей	организации детей
Становление мотивации к двигательной активности и развитию потребности в физическом совершенствовании	<ul style="list-style-type: none"> • Повышать уровень осознанного выполнения движений детьми; развивать потребность в самостоятельной двигательной активности, совместных движениях со сверстниками (<i>Социально-коммуникативное развитие, Речевое развитие, Познавательное развитие</i>) • Поддерживать самостоятельность в организации подвижных игр, спортивных упражнений и игр на прогулке и в помещении, свободного использования спортивного инвентаря и физкультурного оборудования (<i>Социально-коммуникативное развитие</i>) • Поддерживать и поощрять стремление детей помогать взрослому в подготовке физкультурной среды группы, спортивной площадки и зала к физкультурным занятиям (<i>Социально-коммуникативное развитие</i>) • Воспитывать стремление организовывать игры-соревнования, игры-эстафеты и участвовать в них (<i>Социально-коммуникативное развитие, Речевое развитие</i>) 	Физкультурное занятие Чтение. Рассматривание. Игра. Утренняя гимнастика Интегративная деятельность		Во всех видах самостоятельной деятельности детей		Групповая Индивидуальная, подгрупповая

<p>Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Совершенствовать основные движения дошкольников, двигательные умения и навыки по линии изменения темпа, ритма их выполнения, чередования, ориентации в пространстве, координации выполнения движений, удержания равновесия (<i>Социально-коммуникативное развитие, Музыкальное развитие</i>) • Продолжать формировать правильную осанку (<i>Социально-коммуникативное развитие</i>) • Продолжать воспитывать у детей потребность в красивом, грациозном и ритмичном выполнении упражнений, сочетая движения с музыкой, демонстрируя культуру освоения основных движений (<i>Социально-коммуникативное развитие, Музыкальное развитие</i>) 	<p>Утренняя гимнастика Физкультурное занятие Игра Интегративная деятельность Контрольно-диагностическая деятельность. Спортивный и физкультурный досуги</p>	<p>Двигательная активность в течение дня.</p>		
<p>Развитие физических качеств</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Совершенствовать физические качества во всех видах двигательной активности (<i>Социально-коммуникативное развитие</i>) 		<p>Спортивные упр. Игра.</p>		
<p>Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Поддерживать интерес детей к различным видам спорта; продолжать обогащать представления о них, спортивных достижениях нашей страны, олимпийских победах (<i>Социально-коммуникативное развитие, Познавательное развитие</i>) • Продолжать совершенствовать умения в катании на санках, велосипеде, самокате, ходьбе на лыжах (<i>Социально-коммуникативное развитие</i>) • Обучать спортивным играм (городки, бадминтон, элементы футбола, хоккея, баскетбола) (<i>Социально-коммуникативное развитие, Речевое развитие</i>) • Продолжать развивать сотрудничество, умения помогать друг другу в выполнении основных движений, переживать за общие победы 	<p>Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера. Проектная деятельность Игра. Спортивный и физкультурный досуги</p>	<p>Самостоятельные и спортивные игры и упражнения</p>		

	<ul style="list-style-type: none"> • Воспитывать стремление действовать по правилам, соблюдать их 				
--	--	--	--	--	--

Результаты образовательной деятельности (Что нас радует)

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений спортивных упражнений);
 - в двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость;
 - в поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
 - проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений;
 - имеет представления о некоторых видах спорта уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения.
- Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений;
- проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру;
 - мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.
 - умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

- Двигательный опыт ребенка беден (малый объем освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений); плохо развита крупная и мелкая моторика рук;
- в двигательной деятельности затрудняется проявлять выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость;
- в поведении слабо выражена потребность в двигательной деятельности;
- не проявляет интереса к новым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при выполнении упражнений.
- ребенок неуверенно выполняет упражнения. Не замечает ошибок других детей и собственных. Интересуется простыми подвижными

играми, нарушает правила, увлекаясь процессом игры;

- слабо контролирует способ выполнения упражнений, не обращает внимания на качество движений не проявляет интереса к проблемам здоровья и соблюдению своем поведении основ здорового образа жизни;
- представления о правилах личной гигиены, необходимости соблюдения режима дня, о здоровом образе жизни поверхностные;
- испытывает затруднения в самостоятельном выполнении культурно-гигиенических навыков, в уходе за своим внешним видом, вещами и игрушками.

2.2.4. Седьмой год жизни.

Задачи образовательной деятельности

- Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности
- Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях;
- Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;
- Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений;
- Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно - ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость- координацию движений.
- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту
- Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
- Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

Содержание образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения. Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и и перестроение во время движения. Перестроение четверками. Общеразвивающие упражнения. Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименные, разнонаправленными, поочередные движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами. Упражнения с разными предметами, тренажерами. Основные движения. Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазанья по лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании - энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения. Ходьба. Разные виды и способы: обычная, гимнастическая, крестным

шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Упражнения в равновесии. Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты.. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. Бег. Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя «по-турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3 минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5x10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м. Прыжки. Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку. Метание. Отбивать, передавать, подбрасывать мячей разного размера разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и другие) разными способами. Точное поражение цели. Лазанье. Энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема». Подвижные игры. Организовать знакомые игры с подгруппой сверстников. Игры-эстафеты. Спортивные игры. Правила спортивных игр. *Городки*. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. *Баскетбол*. Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. *Футбол*. Способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. *Настольный теннис, бадминтон*. Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола. *Хоккей*. Ведение шайбы клюшкой, забивать в ворота. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально

быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывательного торможения. Спортивные упражнения. *Ходьба на лыжах*. Скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойке. *Катание на коньках*. Сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, скольжение и повороты. *Катание на самокате*. Отталкивание одной ногой. *Плавание*. скольжение в воде на груди и на спине, погружение в воду. *Катание на велосипеде*. *Езда по прямой, по кругу, «змейкой», уметь тормозить*. *Катание на санках*. *Скольжение по ледяным дорожкам*. *После разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами*. *Скольжение с невысокой горки*.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни

Здоровье как жизненная ценность. Правила здорового образа жизни. Некоторые способы сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятий спортом и физической культурой для укрепления здоровья. Связь между соблюдением норм здорового образа жизни, правил безопасного поведения и физическим и психическим здоровьем человека, его самочувствием, успешностью в деятельности. Некоторые способы оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимость внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких в семье, чуткости по отношению к взрослым и детям в детском саду. Гигиенические основы организации деятельности (необходимость достаточной освещенности, свежего воздуха, правильной позы, чистоты материалов и инструментов и пр.).

Методы физического воспитания

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.

Организация двигательного режима

Формы работы	Подготовительная группа
Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада	
Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 минут
Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3 минут)
Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 20-30 минут
Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна
Дыхательная гимнастика	
Спортивные упражнения	1-2 раза в неделю 25-30 минут
Физкультурные занятия	
Физкультурные занятия в спортивном зале	2 раза в неделю по 30 минут
Физкультурные занятия на свежем воздухе	1 раз в неделю по 30 минут
Ритмическая гимнастика	1 раз в неделю 30 минут
Спортивный досуг	
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)
Спортивные праздники	2 раза в год
Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в месяц
Дни здоровья	1 раз в квартал

Двигательная деятельность 6-7 лет

Содержание	Задачи	Формы работы				Формы организац
		Образовательная	Образовательная	Самостоятел	Взаимоде	

работы		деятельность	деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	ная деятельность детей	действие с семьей	ии детей
Становление мотивации к двигательной активности и развитию потребности в физическом совершенствовании	<ul style="list-style-type: none"> • Поддерживать и поощрять ежедневную двигательную активность детей; • Воспитывать потребность в аккуратном обращении со спортивным инвентарем, физкультурным оборудованием, следить за его состоянием (<i>Социально-коммуникативное развитие</i>) 	Физкультурное занятие Чтение. Рассматривание. Игра. Утренняя гимнастика Интегративная деятельность		Во всех видах самостоятельной деятельности детей		Групповая Индивидуальная,
Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений)	<ul style="list-style-type: none"> • Побуждать к самостоятельной двигательной активности; создавать для этого комплекс необходимых условий в группе и на улице во время прогулок, в семье; • Продолжать совершенствовать культуру движений и технику их выполнения; • Способствовать переводу умений двигательной деятельности в навык • Совершенствовать основные движения: соблюдение заданного темпа в беге и ходьбе, перестроениях, лазанье и ползание, бросание и ловля мяча, метание в цель, соотнесение движений 	Утренняя гимнастика Физкультурное занятие Игра Интегративная деятельность Контрольно-диагностическая деятельность. Спортивный и физкультурный досуги		Двигательная активность в течение дня.		подгрупповая

й), воспитание культуры движений	<p>друг с другом в более сложных упражнениях и играх, точное выполнение упражнения и движения в разном темпе и ритме с сохранением равновесия, координации (<i>Социально-коммуникативное развитие, Познавательное развитие, Музыкальное развитие</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Продолжать учить самостоятельно играть в разнообразные подвижные игры, организовывать игры-соревнования, развивать творчество (<i>Социально-коммуникативное развитие, Речевое развитие</i>) 				
Развитие физических качеств	<ul style="list-style-type: none"> • Поддерживать самостоятельность детей в их развитии во всех видах двигательной деятельности (<i>Социально-коммуникативное развитие</i>) 		Спортивные упр. Игра		
Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям	<ul style="list-style-type: none"> • Углублять интерес к спортивным играм и упражнениям, занятиям в спортивных секциях и группах (<i>Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие</i>) • Воспитывать чувство гордости за спортивные достижения России, за победы на олимпиадах (<i>Социально-коммуникативное развитие</i>) • Продолжать обучать играм в городки, бадминтон, элементам баскетбола, футбола, хоккея (<i>Познавательное развитие, Социально-коммуникативное развитие</i>) • Продолжать развивать инициативность, активность, самостоятельность, произвольность, выдержку, настойчивость, самоконтроль, уверенность в своих силах, двигательное творчество (<i>Социально-коммуникативное развитие, Речевое развитие</i>) 	Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера. Проектная деятельность Игра. Спортивный и физкультурный досуги	Самостоятельные и спортивные игры и упражнения		

Результаты образовательной деятельности

<p>Достижения ребенка («Что нас радует»)</p>	<p>Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения.спортивные). - В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость. - осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом - проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях. - проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта. - имеет начальные представления о некоторых видах спорта - Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его, - Ребенок владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья - Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью ко взрослому). 	<p>В двигательной деятельности затрудняется в проявлении быстроты, координации (ловкости), выносливости, силы и гибкости;</p> <ul style="list-style-type: none"> - допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений. - Слабо контролирует выполнение своих движений и движений товарищей, затрудняется в их оценке; - допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх, чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности; - не проявляет стойкого интереса к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при их выполнении. - Ребенок проявляет несамостоятельность в выполнении культурно-гигиенических процессов, (к началу обучения в школе не овладел основными культурно-гигиеническими умениями и навыками). - Не имеет привычки к постоянному использованию культурно-гигиенических навыков без напоминания взрослого. Проявляет равнодушие по отношению к больному близкому человеку в семье, к заболевшему сверстнику.

2.3. Взаимодействие взрослых с детьми.

Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Использование феномена культурных практик в содержании образования в рамках его культурной парадигмы вызвано объективной потребностью: расширить социальные и практические компоненты содержания образования.

Особенностью организации образовательной деятельности является ситуационный подход.

Игровая деятельность является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста.

Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах - это подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации, игры-инсценировки, игры-эстафеты и пр.

Культурные практики, ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности

- Совместная игра инструктора по физкультуре и детей.

- Культурные практики рассматриваются нами в соответствии с подходом Н.А. Коротковой - это обычные для ребенка (привычные) способы самоопределения, саморазвития и самореализации, тесно связанные с содержанием его бытия и события с другими людьми».

- Это также – апробация (постоянные и единичные пробы) новых способов и форм деятельности и поведения в целях удовлетворения разнообразных потребностей и интересов.

Культурные практики – разнообразные, основанные на текущих и перспективных интересах ребёнка виды самостоятельной деятельности, поведения и опыта, складывающегося с первых дней его жизни.

Культурные практики ребёнка обеспечивают его активную и продуктивную образовательную деятельность. Культурные практики – разнообразные, основанные на текущих и перспективных интересах ребёнка *виды самостоятельной деятельности, поведения и опыта, складывающегося с первых дней его жизни.*

По сути, «интрига» возраста (дошкольного) состоит в столкновении изначального игрового - процессуального (непрагматичного) отношения ребенка к реальности (опробования себя в ней) с дифференцированными, идущими от взрослого видами деятельности, требующими специфических средств-способов, и в постепенном (без форсирования) «разламывании» диффузной инициативы ребенка на разные ее направления (сферы).

Эти идущие от взрослого виды деятельности, в отличие от собственной активности ребенка, мы будем называть *культурными практиками.*

К ним мы относим *игровую, продуктивную, познавательно-исследовательскую деятельность и коммуникативную практику* (последняя в дошкольном возрасте выступает как взаимодействие игрового или продуктивного, или исследовательского характера). Именно в этих практиках появляется и обогащается внутренний план действия, оформляется замысел, который становится артикулированным (словесно оформленным, осознанным), и осуществляется переход от изначальной процессуальности к результативности (воплощению артикулированного, оформленного замысла в определенном продукте - результате).

Родственность игровой, продуктивной и познавательно-исследовательской деятельностью заключается в том, что все они имеют моделирующий (репрезентирующий) характер по отношению к реальности.

Каждая из культурных практик, особым образом моделируя реальность, по-своему «прорывает» первоначальную ситуационную связанность и процессуальность ребенка.

Так, сюжетная игра переводит внешнее действие во внутренний план «замысливания», но в максимальной степени сохраняет и провоцирует игровое отношение как процессуальное (вне результативности) отношение к миру. Сюжет игры - это, в конечном итоге, виртуальный мир возможных событий, который строится по прихоти играющих и не имеет результативного завершения.

Коммуникативная практика, осуществляемая на фоне игровой, продуктивной, познавательной-исследовательской деятельности, требует артикулирования (словесного оформления) замысла, его осознания и предъявления другим (в совместной игре и исследовании) и задает социальные критерии результативности (в совместной продуктивной деятельности).

Из сказанного видно, что культурные практики взаимно дополняют друг друга в формировании общего движения ребенка к оформленному замыслу и его результативному воплощению.

Способы и направление поддержки детской инициативы

Деятельность инструктора по физической культуре по поддержке детской инициативы:

- вводить адекватную оценку результата деятельности ребёнка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта;
- спокойно реагировать на неуспех ребёнка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей и т.п. Рассказывать детям о трудностях, которые вы сами испытывали при обучении новым видам деятельности;
- создавать ситуации, позволяющие ребёнку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;
- обращаться к детям с просьбой показать воспитателю и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого;
- поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворения его результатами;
- создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
- при необходимости помогать детям в решении при организации игры;
- привлекать детей к планированию жизни группы на день, неделю, месяц. Учитывать и реализовывать их пожелания и предложения;
- создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам.

2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников.

Основная задача – помочь родителям в приобретении необходимых теоретических и практических знаний (познакомить с упражнениями и подвижными играми, способствующими развитию у детей двигательных навыков, а также освоить приемы обучения этим упражнениям). Разработать комплексы упражнений для занятий родителей и детей самостоятельно как в домашних условиях, так и на свежем воздухе. Спланировать график тур-походов детей совместно с родителями, для приобретения туриско-краеведческих знаний и навыков, что непосредственно связано с приобщением знаний с ВФСК ГТО.

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников

1. Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.
2. Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

Инструктор знакомит родителей с факторами укрепления здоровья детей, обращая особое внимание на их значимость в период адаптации ребенка к детскому саду. Особенно важно вызвать у родителей младших дошкольников интерес к вопросам здоровья ребенка, желание укреплять его не только медицинскими средствами, но и с помощью правильной организации режима, питания, совместных с родителями физических упражнений (зарядки, подвижных игр), прогулок. В ходе бесед «Почему ребенок плохо адаптируется в детском саду?», «Как уберечь ребенка от простуды?» инструктор совместно с воспитателем подводит родителей к пониманию того, что основным фактором сохранения здоровья ребенка становится здоровый образ жизни его семьи.

Инструктор стремится активно включать родителей в совместную деятельность с их детьми — подвижные игры, прогулки, в конце года совместные занятия по физическому развитию. Очень важно помочь родителям получать удовольствие от совместных игр, общения со своим ребенком.

Таким образом, в ходе организации взаимодействия с родителями младших дошкольников инструктор по физической культуре стремится развивать их интерес к проявлениям своего ребенка, желание познать свои возможности как родителей, включиться в активное сотрудничество с педагогами группы по развитию ребенка.

СРЕДНИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

Взаимодействие педагогов с родителями детей пятого года жизни имеет свои особенности.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников

2. Познакомить родителей с особенностями развития ребенка пятого года жизни, приоритетными задачами его физического развития.
3. Включать родителей в игровое общение с ребенком, помочь им построить партнерские отношения с ребенком.
4. Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности.

В средней группе инструктор по физической культуре совместно с педагогами группы стремится сделать родителей активными участниками жизни детского коллектива. Способствуя развитию доверительных отношений между родителями и детьми, педагоги

организуют совместные праздники и досуги: «В гостях у Мойдодыра», «Веселые игры». Важно, чтобы на этих встречах родители присутствовали не просто как зрители, а совместно с детьми включались в игры, эстафеты.

Важно, чтобы во время совместных образовательных ситуаций и после них педагог поддерживал активность родителей, подчеркивал, что ему и детям без участия родителей не обойтись, обращал их внимание на то, как многому научились дети в совместной деятельности с родителями, как они гордятся своими близкими.

Таким образом, к концу периода среднего дошкольного детства инструктор вовлекает родителей в педагогический процесс как активных участников, создает в группе коллектив единомышленников, ориентированных на совместную деятельность по развитию физических качеств, двигательных навыков, здоровья детей.

СТАРШИЙ ДОШКОЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ

В старшем дошкольном возрасте педагог строит свое взаимодействие на основе укрепления сложившихся деловых и личных контактов с родителями воспитанников.

Задача взаимодействия инструктора с семьями дошкольников

1. Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (занятия в бассейне, коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ К ШКОЛЕ ГРУППА

Инструктор по физическому развитию активно вовлекает родителей в совместные с детьми виды деятельности, помогает устанавливать партнерские взаимоотношения, поощряет активность и самостоятельность детей. В процессе организации разных форм детско-родительского взаимодействия инструктор способствует развитию родительской уверенности, радости и удовлетворения от общения со своими детьми.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников

1. Познакомить родителей с особенностями физического и психического развития ребенка, развития самостоятельности, навыков безопасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях.

Инструктор опирается на проявление заинтересованности, инициативности самих родителей, делая их активными участниками спортивных досугов «Крепкие и здоровые», «Зимние забавы», «Мы играем всей семьей».

План работы с родителями на 2020 – 2021 учебный год

№ п/п	Название мероприятия	Сроки
1	* Информационный стенд «Спортивная форма на занятиях по физкультуре».	Сентябрь
2	* Консультация для родителей «Спортивный уголок дома». * Праздник к Дню матери с родителями «С мамой веселей»	Ноябрь
3	* Мастер класс для родителей: «От движения – к здоровью»	Декабрь
4	* Консультация для родителей	Февраль

	«Физкультура в жизни детей». * Праздник к Дню защитника отечества с родителями «23 февраля»	
5	* Спортивное развлечение с родителями «Здоровые дети – в здоровой семье»	Март
6	* Советы инструктора по физкультуре «Если ваш ребенок слишком активный, попробуйте его неуемную энергию направить в нужное русло».	Апрель

**Проектирование воспитательно-образовательного процесса
через образовательную деятельность, осуществляемую в ходе совместной деятельности педагога с детьми**

Направления и формы работы с детьми	Регламент работы
Образование	Для детей от 3 до 7 лет

Содержание образования по образовательным областям:	Деятельность по реализации образовательных областей в совместной деятельности педагога с детьми и самостоятельной деятельности детей:	
«Физическое развитие»	<i>формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой</i>	
	- утренняя гимнастика	Ежедневно
	- непосредственно-образовательная деятельность (физическая культура)	3 раза в неделю
	- спортивные игры	Ежедневно
	- подвижные игры	Ежедневно
	- физкультурные досуги	1 раз в месяц
	- спортивные праздники	1 раз в квартал
	«Неделя здоровья»	2 раза в год
	День здоровья	В период каникул
	<i>охрана здоровья детей, формирование основ культуры здоровья</i>	
	- закаливание	Ежедневно
	- бодрящая гимнастика	Ежедневно
	- прогулка	Ежедневно

2.5. Коррекционно-развивающая работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья

Коррекционная работа направлена на обеспечение коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии различных категорий

детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и оказание им помощи в освоении общеобразовательной программы.

Содержание коррекционной работы обеспечивает:

выявление особых образовательных потребностей детей с ОВЗ, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии;

осуществление индивидуально-ориентированной психолого-медико-педагогической помощи детям с ОВЗ с учетом особенностей их психофизического развития и индивидуальных возможностей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии);

возможность освоения детьми с ОВЗ общеобразовательной программы.

Решение обозначенных целей и задач может быть связано с организацией системы коррекционной работы в рамках общеобразовательной программы.

Основные положения коррекционной работы:

коррекционная работа включена во все направления деятельности образовательного учреждения;

содержание коррекционной работы – это психолого-медико-педагогическое сопровождение детей с ОВЗ, направленное на коррекцию и компенсацию отклонений в их физическом и (или) психическом развитии;

коррекционную работу осуществляют все специалисты.

Цель коррекционной работы – обеспечение коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии различных категорий детей с ОВЗ и оказание им помощи в освоении общеобразовательной программы.

Задачи коррекционной работы:

выявление особых образовательных потребностей детей с ОВЗ, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии;

выбор и реализация индивидуального образовательного маршрута в соответствии с особыми образовательными потребностями ребенка;

преодоление затруднений в освоении общеобразовательной программы.

План реализации индивидуально ориентированных коррекционных мероприятий, обеспечивающих удовлетворение особых образовательных потребностей детей с ОВЗ

№ п/п	Перечень мероприятий.	Содержание мероприятия	Срок	Ответственные
	Заседание ПМПК	Первичное обследование детей нуждающихся в коррекционной помощи. Направление детей на городское ПМПК	По поступлению детей с ОВЗ	Зам.зав по ВОР, специалисты ДОУ, воспитатели
2.	Определение путей коррекционной работы	Разработка индивидуальных карт развития, адаптивной программы	Начало года	Зам.зав по ВОР, специалисты ДОУ, воспитатели

		Составление мониторинга динамики развития детей, их успешности в освоении ООП ДО. Обсуждение динамики развития и перспектив коррекционно - развивающей работы с детьми ОВЗ.	Начало года 1 раз в квартал	
3.	Взаимодействие воспитателей и специалистов ОУ.	Реализация индивидуального маршрута детей с ОВЗ. Изучение педагогического опыта по коррекционной работе с детьми с ОВЗ. Оценка эффективности коррекционно – развивающей работы развития детей с ОВЗ (анализ динамики обследования детей) Корректировка комплексного сопровождения детей с ОВЗ.	В течение года По необходимости 1 раз в квартал 1 раз в квартал	Специалисты, воспитатели
4.	Взаимодействие с родителями детей с ОВЗ	Индивидуальные консультации, беседы, анкетирование	В течение года	Зам.зав по ВОР, специалисты ДОУ, воспитатели, медицинский работник
5.	Проведение мониторинга динамики развития детей	Мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения Программы в соответствии с возрастом	1 раз в квартал	ПМПК

III. Организационный раздел.

3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребёнка.

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами.

1. *Личностно-порождающее взаимодействие взрослых с детьми*, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку

предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр.; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и жизненных навыков.

2. *Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности*, то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка, стимулирование самооценки.
3. *Формирование игры как важнейшего фактора развития ребенка.*
4. *Создание развивающей образовательной среды*, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности.
5. *Сбалансированность репродуктивной* (воспроизводящей готовый образец) *и продуктивной* (производящей субъективно новый продукт) *деятельности*, то есть деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности.
6. *Участие семьи* как необходимое условие для полноценного развития ребенка дошкольного возраста.

3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда организуется по принципу небольших полузамкнутых микропространств, для того чтобы избежать скученности детей и способствовать играм подгруппами в 3-5 человек. Все материалы и игрушки располагаются так, чтобы не мешать свободному перемещению детей, создать условия для общения со сверстниками. В группах созданы различные центры активности:

Развивающая предметно-пространственная среда Организации создается педагогами для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей, уровня активности и интересов, поддерживая формирование его индивидуальной траектории развития.

Для выполнения этой задачи РППС должна быть:

содержательно-насыщенной – включать средства обучения (в том числе технические и информационные), материалы (в том числе расходные), инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которые позволяют обеспечить игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех категорий детей, экспериментирование с материалами, доступными детям; двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей;

трансформируемой – обеспечивать возможность изменений РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов, мотивов и возможностей детей;

полифункциональной – обеспечивать возможность разнообразного использования составляющих РППС (например, детской мебели, матов,

мягких модулей, ширм, в том числе природных материалов) в разных видах детской активности;
доступной – обеспечивать свободный доступ воспитанников (в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
безопасной – все элементы РППС должны соответствовать требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы и правила пожарной безопасности, а также правила безопасного пользования Интернетом.

Центры развивающей активности детей создается таким образом, чтобы предоставить ребенку поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.)

Образовательная область (ОО)	Направление реализации ОО	Модуль РППС	Помещение (пространство)	Материалы, оборудование, ИКТ	Кол-во
Физическое развитие	Двигательная деятельность	Спортивный центр	Спортивный зал	Стенка гимнастическая	1
				Туннель	1
				Гимнастические маты	2
				Дорожки для профилактики плоскостопия	2
				Гимнастическая скамейка	2
				Гимнастические доски	3
				Мягкий модуль (набор)	1
				Спортивные стойки	28
				Крепления для стоек	18
				Ракушки (плоские стойки) большие	4
				Ракушки (плоские стойки) маленькие	10
				Баскетбольное кольцо на стойке	1
				Баскетбольное кольцо	1
				Ворота футбольные	4
				Клюшки	6
				Ракетки (набор)	3
				Кольцеброс	2
Кегли (набор)	2				
Гимнастические палки	36				
Обручи железные					

				Обручи маленькие пластмассовые	17
				Канат	2
				Палочки маленькие	37
				Кольца маленькие	29
				Ловушка с шарами	1
				Растяжки из скакалок	3
				Косички	10
				Скакалка резиновая	5
				Скакалка верёвочная	19
				Султанчики	15
				Мешочки с песком	25
				Флажки	43
				Ленты разноцветные	53
				Шар пластмассовый	53
				Цилиндр пластмассовый	34
				Куб пластмассовый	47
				Мячи надувные с ушками	4
				Мячи массажные	17
				Мяч баскетбольный	1
				Мяч футбольный	2
				Мячи малого диаметра	9
				Мяч среднего диаметра	8
				Мяч фиолетовый	15
				Самокаты	2
				Мяч белый	7
				Стенка гимнастическая	1
				Туннель	1
				Гимнастические маты	2
				Дорожки для профилактики плоскостопия	2
				Гимнастическая скамейка	2
				Гимнастические доски	3
				Мягкий модуль (набор)	1
				Спортивные стойки	28

				Крепления для стояк	18
				Ракушки (плоские стойки) большие	4
				Ракушки (плоские стойки) маленькие	10
				Баскетбольное кольцо на стойке	1
				Баскетбольное кольцо	1
				Фитбол	2
				Кольцеброс	2
				Доска ребристая	2
				Массажные коврики	6
				Набор колец разного диаметра	1Комп (8 шт)
				Интерактивные игры	1
				Спортивное лото	1
				Настольная игра «Пазлы»	1
				Картотека массажа разных частей тела	1
				Картотека игр малой подвижности разных возрастов	1
				Картотека физкультминуток	1
				Картотека упражнений для дыхательной гимнастики	1
				Картотека подвижных игр по возрастным особенностям	1
				Картотека подвижных игр по профилактике опорно-двигательного аппарата	1
				Карточки круговой тренировки	1
				Игры для гиперактивных и малоактивных детей	1
				Индивидуальные карты	1
				Картотека карт для имитационных заданий	1
				Настольные игры для туризма	1
				Настольные игры по безопасности	1
				Презентации с видами спорта	1
					1

3.3. Кадровые условия

Сведения о педагогах	
Фамилия, имя, отчество	Аблизина Мария Анатольевна
Образование	Екатеринбургский колледж физической культуры и спорта
Специальность	Специальность – учитель по физкультуре
Педагогический стаж	15 лет
Квалификационная категория	1 квалификационная категория
Курсы повышения квалификации	*17.03.2020 г. - Негосударственное образовательное частное учреждение дополнительного профессионального образования «Центр повышения квалификации подготовки и профессиональной переподготовки специалистов «Потенциал»». «Метод развития сенсорной интеграции и практика применения адаптивной физической культуры в ДОУ». 72 часа.
Основное место работы	Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 69»

3.4. Материально-техническое обеспечение Программы

Материально-технические условия ДОУ обеспечивают высокий уровень физического развития. Детский сад оснащен в достаточном количестве мягким и жестким инвентарем, имеется необходимое физкультурное и игровое оборудование, технические средства, Имеются: аудио магнитофоны, диапроектор, цифровой фотоаппарат, музыкальные центры, мультимедийная установка.

Развивающая предметно-пространственная среда в ДОО содержательна, насыщена, трансформируема, полифункциональна, вариативна, доступна и безопасна. Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Для занятий физической культурой в ДОО функционирует спортивный зал и оборудована спортивная площадка, тропа здоровья. Зал оснащен всем необходимым инвентарем и оборудованием для физической активности детей: тренажеры, гимнастические лестницы, ребристые доски, массажные коврики, мячи, атрибуты к подвижным и спортивным играм и многое другое. На спортивной площадке размещено спортивное оборудование, тропа здоровья, яма для прыжков.

Образовательная деятельность по Программе реализуется в здании **1965 года постройки** на втором этаже.

№	Наименование	Количество
Группа (номер по плану 4)		
1	Стол компьютерный	1
2	Стул	1
3	Компьютер	1
4	Магнитофон	1
5	Музыкальный центр	1
6	Ковер	1
7	Шкаф - купе	1
8	Колонка	1

Учебно – методический комплект обеспечение Программы

Образовательная область	Направление реализации ОО	Учебно-наглядные пособия и материалы		Кол-во	Ресурсы
Физическое развитие	Физическая культура	1	Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 4-5 лет в ДОО. Практическое пособие Т.М. Бондаренко	1	На бумажном носителе
		2	Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5-6 лет в ДОО. Практическое пособие Т.М. Бондаренко	1	На бумажном носителе
		3	Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4 лет в ДОО. Практическое пособие Т.М. Бондаренко	1	На бумажном носителе
		4	Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 6-7 лет в ДОО. Практическое пособие	1	На бумажном носителе

		Т.М. Бондаренко		носителе
5		Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. С-П. ДЕТСТВО-ПРЕСС 2013. С.В. Силантьева	1	На бумажном носителе
6		Физкульт-привет минуткам и паузам. С-П «ДЕТСТВО ПРЕСС»2005	1	На бумажном носителе
7		Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ. И.Е.Аверина М - 2007	1	На бумажном носителе
8		Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе (для детей средней логопедической группы ОНР) Ю.А.Кирилова С-П. ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2005	1	На бумажном носителе
9		Олимпийское образование дошкольников С-П, ДЕТСТВО-ПРЕСС 2007	1	На бумажном носителе
10		Спортивные праздники в детском саду З.Ф.Аксенова, ТЦ СФЕРА, М-2004	1	На бумажном носителе
11		Сценарии оздоровительных досугов для детей 3-4 лет М.Ю.Картушина, Методическое пособие, 2004	1	На бумажном носителе
12		Конспекты – сценарии занятий по физической культуре для дошкольников Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», С-П.2006	2	На бумажном носителе
13		Движение и движение В.А. Шишкина, М – ПРОСВЕЩЕНИЕ, 1992	2	На бумажном носителе
14		Физическое воспитание детей дошкольного возраста М – ПРОСВЕЩЕНИЕ, 1991	1	На бумажном носителе
15		Весёлая физкультура для детей и их родителей О.Б.Казина. Ярославль 2005	1	На бумажном носителе
16		Занимательная физкультура для дошкольников 5-7 лет. К.К. Утробина Москва издательство ГНОМ и Д 2003	1	На бумажном носителе
17		Занимательная физкультура для дошкольников 3-5 лет. К.К. Утробина Москва издательство ГНОМ и Д 2003	1	На бумажном носителе
18		Физкультура для малышей С-П. ДЕТСТВО-ПРЕСС,2003	2	На бумажном носителе
19		Интегрированные физкультурно-речевые занятия для дошкольников с ОНР 4-7 лет Издательство ДЕТСТВО-ПРЕСС, С-П., 2005	1	На бумажном носителе
20		Укрепляйте здоровье детей Е.Н.Вавилова. Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1986	1	На бумажном носителе
21		Оздоровительно-развивающая программа ЗДРАВСТВУЙ МНЕМОЗИНА Москва 2004	1	На бумажном носителе
22		Лечебная физкультура для дошкольников Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ», 2005	1	На бумажном носителе
23		Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет. Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ», 1987	1	На бумажном носителе

24	Плоскостопие для детей 6-7 лет В.С.Лососева. ТЦ СФЕРА Москва 2004	1	На бумажном носителе
25	Корригирующая гимнастика для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата. Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2007 С-П.	1	На бумажном носителе
26	Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников Москва 2009, Е.И. Подольская	1	На бумажном носителе
27	Здоровый малыш (Программа оздоровление детей в ДОУ) Творческий центр СФЕРА М. 2005	1	На бумажном носителе
28	Сценарии оздоровительных досугов для детей 4-5лет М.Ю. Картушина, Москва 2005	1	На бумажном носителе
29	Физкультурные праздники в детском саду (Сценарии спортивных праздников и развлечений). Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2009 Т.Е. Харченко	1	На бумажном носителе
30	Здоровячок Воронеж 2007, Т.С.Никонорова, Е.М.Сергиенко	1	На бумажном носителе
31	Спортивные праздники и развлечения сценарии старший дошкольный возраст Издательство АРКТИ Москва 2000	1	На бумажном носителе
32	Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения Издательство «Детство-Пресс» С-П. 2005	1	На бумажном носителе
33	Воспитатель по физической культуре в дошкольном учреждении Москва АКАДЕМИЯ 2002	1	На бумажном носителе
34	Общеразвивающие упражнения в детском саду. М – «Просвещение», 1981	1	На бумажном носителе
35	Общеразвивающие упражнения в детском саду. М – «Просвещение», 1990	1	На бумажном носителе
36	Комплексы утренней гимнастики в детском саду К.С.Бабина, М – «ПРОСВЕЩЕНИЕ», 1978	1	На бумажном носителе
37	Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет. Г.А. Прохорова М-2004	1	На бумажном носителе
38	Сто комплексов ОРУ для старших дошкольников, с использованием стандартного и нестандартного оборудования. Москва 2009	1	На бумажном носителе
39	Физическая культура для малышей. С.Я. Лайзане, М – «Просвещение», 1987	1	На бумажном носителе
40	Игры на свежем воздухе для детей и взрослых. Е Ковалева. Методическое пособие 2006	1	На бумажном носителе
41	300 подвижных игр для оздоровление детей. «Новая школа», М - 1994	1	На бумажном носителе
42	Обучение плаванию в детском саду. Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ», 1991	1	На бумажном носителе

43	Обучение плаванию в детском саду Книга для воспитателей детского сада и родителей	1	На бумажном носителе
44	Неспецифическая профилактика респираторных заболеваний у детей М.Н.Кузнецова Издательство АРКТИ М-2003	1	На бумажном носителе
45	Физическая культура – дошкольникам (Младший возраст) Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС 2000 Л.Д.Глазыпина	1	На бумажном носителе
46	Физическое воспитание детей дошкольного возраста. Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ», 1982	1	На бумажном носителе
47	Лыжи в детском саду М.П. Голощекина, М – «ПРОСВЕЩЕНИЕ», 1972	1	На бумажном носителе
48	Физкультура и закаливание в семье М – МЕДИЦИНА, 1984	1	На бумажном носителе
49	Как научить детей плавать Т.И.Осокина, М – «ПРОСВЕЩЕНИЕ», 1985	1	На бумажном носителе
50	Коньки в детском саду Л.Н. Пустынникова, М- «ПРОСВЕЩЕНИЕ», 1979	1	На бумажном носителе
51	Как воспитать здорового ребёнка ЛИНКА-ПРЕСС, М-1993	1	На бумажном носителе
52	Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста. Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1983	1	На бумажном носителе
53	Спортивные игры и упражнения в детском саду. Э.Й.Адашквичене, М – Просвещение, 1992	1	На бумажном носителе
54	Занятие по физкультуре с детьми 2-4 лет Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1992	1	На бумажном носителе
55	Серсо в детском саду В.Г.Гришин, М – ПРОСВЕЩЕНИЕ, 1985	1	На бумажном носителе
56	Развитие движений ребёнка – дошкольника.. Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1975	1	На бумажном носителе
57	Физическая культура в детском саду. Т.И. Осокина М «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1973	1	На бумажном носителе
58	Методика воспитания в дошкольном учреждении Д.В. Хухлаева, издательство «Просвещение», 1984	1	На бумажном носителе
59	Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет. Л.И.Пензулаева, издательство «Просвещение», 1983	1	На бумажном носителе
60	Сборник развивающих игр с водой и песком для дошкольников О.А.Новиковская, С-П. ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2006	1	На бумажном носителе
61	Нетрадиционные занятия физкультурой в ДОУ Н.С.Голицина Москва 2004	1	На бумажном носителе
62	Профилактика плоскостопия и нарушения осанки в ДОУ	1	На бумажном носителе

		ТЦ «УЧИТЕЛЬ», Воронеж 2005		носители
63		Система занятий по профилактике нарушения осанки и плоскостопия у детей дошкольного возраста. С-П. ДЕТСВО-ПРЕСС 2013 Л.Ф. Асачева, О.В. Горбунова	1	На бумажном носителе
64		Система организации физкультурно оздоровительной работы с дошкольниками. Издательство «ГЛОБУС» 2007	1	На бумажном носителе
65		Воспитание здорового ребёнка. М.Д.Маханёва, издательство АРКТИ М - 2000	1	На бумажном носителе
66		Организация здоровье - сберегающей деятельности в ДОУ. Издательство КАРО С-П. 2006 Т.С. Овчинникова	1	На бумажном носителе
67		Оздоровительная работа в ДОУ С-П ДЕТСТВО-ПРЕСС 2006. В.И.Орла, С.Н.Агаджановой	1	На бумажном носителе
68		Физическая культура – дошкольникам Гуманитарно издательский центр ВЛАДОС 1999 М. Л.Д.Глазырина	1	На бумажном носителе
69		Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ С-П, ДЕТСТВО-ПРЕСС 2012, Н.А.Мелехина, Л.А.Колмыкова	1	На бумажном носителе
70		Игры и развлечения детей на воздухе. Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1983	1	На бумажном носителе
71		Бодрящая гимнастика для дошкольников. С-П, ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011. Т.Е. Харченко	1	На бумажном носителе
72		Комплексы утренней гимнастики для детей 3-4 лет.Е.А. Сочеванова ДЕТСВО-ПРЕСС С-П 2005	1	На бумажном носителе
73		Программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитие детей 4-7 лет М «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 2005	1	На бумажном носителе
74		Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1981 Е.Н.Вавилова	1	На бумажном носителе
75		Детские подвижные игры народов СССР. Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1988	1	На бумажном носителе
76		Русские народные подвижные игры М.Ф. Литвинова, М – «ПРОСВЕЩЕНИЕ», 1986	2	На бумажном носителе
77		Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. Е.А.Тимофеева М- «Просвещение», 1986	1	На бумажном носителе
78		Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста. М – «Просвещение», 1991	1	На бумажном носителе
79		Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1984 А.И.Фомина	1	На бумажном носителе

		80	Бегай, ползай, прыгай. М – «физкультура и спорт», 1972	1	На бумажном носителе
		81	Спортивные игры и упражнения для детей дошкольного возраста. М – «физкультура и спорт», 1977	1	На бумажном носителе
		82	Учите бегать, прыгать, лазать, метать Е.Н Вавилова М – «ПРОСВЕЩЕНИЕ», 1983	1	На бумажном носителе
		83	Игры с мячом и ракеткой. В.Г.Гришин, «Просвещение», 1975	1	На бумажном носителе
		84	Баскетбол для дошкольников. Э.Й.Адашквичене, М – Просвещение, 1983	1	На бумажном носителе
		85	Поиграем малыш И.П. Дайлидене, Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ», 1982	1	На бумажном носителе
		86	Праздники здоровья для детей 6-7 лет М.Ю.Картушина ТЦ СФЕРА, М-2010	1	На бумажном носителе
		87	Воспитание здорового ребёнка Издательство АРКТИ М. 1999 М.Д.Маханева	1	На бумажном носителе
		88	Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ ТЦ «УЧИТЕЛЬ» Воронеж 2005 О.Н.Моргунова	1	На бумажном носителе
		89	Физическая культура в детском саду. Т.И.Осокина, М – «Просвещение», 1986	1	На бумажном носителе
		90	Планы-конспекты НОД с детьми 2-7 лет в ДОУ МЕТОДА Воронеж, 2013	1	На бумажном носителе
		91	Физкультурно-оздоровительная работа (комплексное планирование) Издательство «УЧИТЕЛЬ» волгоград	1	На бумажном носителе
		92	Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста С-П ДЕТСТВО-ПРЕСС 2012 М.С Анисимова, Т.В.Хабарова	1	На бумажном носителе
		93	Физкультурные досуги с детьми младшего дошкольного возраста Н.Д.Симакова, Екатеринбург, 1995	2	На бумажном носителе
		94	Физическое развитие (планирование работы по освоению ОО детьми 2-4 лет) программа ДЕТСТВО Издательство «УЧИТЕЛЬ»	1	На бумажном носителе
		95	Физическое развитие (планирование работы по освоению ОО детьми 4-7 лет) программа ДЕТСТВО Издательство «УЧИТЕЛЬ»	1	На бумажном носителе
		96	Общеразвивающие упражнения в детском саду. Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1990	1	На бумажном носителе

3.5. Финансовые условия реализации Программы

Финансовое обеспечение реализации Программы опирается на исполнение расходных обязательств, обеспечивающих государственные гарантии права на получение общедоступного и бесплатного дошкольного общего образования. Объем действующих расходных обязательств отражается в муниципальном задании МАДОУ «Детский сад №69». Обеспечение государственных гарантий реализации права на получение общедоступного и бесплатного дошкольного общего образования в ДОУ осуществляется в соответствии с нормативами, определяемыми органами государственной власти субъектов Российской Федерации.

3.6. Планирование образовательной деятельности по модулю «Физическое развитие»

Планирование деятельности педагогов базируется на результаты педагогической оценки индивидуального развития детей и направлено, в первую очередь, на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка, в том числе, на формирование развивающей предметно-пространственной среды. Планирование деятельности ДОУ направлено на совершенствование ее деятельности и учитывает результаты как внутренней, так и внешней оценки качества реализации Программы ДОУ. Программа не предусматривает жесткого регламентирования образовательного процесса и календарного планирования образовательной деятельности, оставляя педагогам ДОУ пространство для гибкого планирования их деятельности, исходя из особенностей реализуемой основной образовательной программы, условий образовательной деятельности, потребностей, возможностей и готовности, интересов и инициатив воспитанников и их семей, педагогов и других сотрудников ДОУ.

Младшая группа

Месяц /Тема	Краткое содержание традиционных событий и праздников	Подвижные игры
Сентябрь «В гости к игрушкам»	<i>Ознакомить:</i> с ходьбой и бегом в заданом направлении; ознакомить с прыжками на двух ногах на месте. <i>Развивать умение:</i> сохранять равновесие, ходить и бегать «стайкой», в колонне по одному; прокатывать мяч друг другу; ползать на четвереньках с опорой на колени и ладони.	Бегите ко мне, Догони мяч, Беги к мячу, Мой весёлый звонкий мяч, Найди свой домик, Мой весёлый звонкий мяч.
Октябрь «Лесные друзья»	<i>Учить:</i> ходить и бегать по кругу; <i>Развивать:</i> устойчивое положение при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры; умение приземляться на полусогнутые ноги; навык энергичного отталкивания мячей при прокатывании друг другу.	Поезд, У медведя во бору, Птички и птенчики, Бегите к флажку, Поймай комара,

		мыши в кладовой.
Ноябрь «Птичий двор»	Закрепить: навыки ходьбы и бега в колонне по одному; с выполнением заданий по сигналу в чередовании бега и ходьбы. Упражнять: в прыжках из обруча в обруч, прокатывании, бросании и ловле мяча, в равновесии на уменьшенной площади опоры.	Наседка и цыплята, Поезд, Мыши и кот, Птичка и птенчики, Воробушки и кот, Мыши в кладовой.
Декабрь «Заюшкина избушка»	Учить: ходить и бегать врассыпную с использованием всей площадки; между предметами, не задевая их. Упражнять: в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске; в прокатывании мяча; подлезание под дугу и шнур; не задевая их. Развивать: навык приземления на полусогнутые ноги;	Зайка серенький, Кролики в огороде, Бегите к флажку, Зайцы и волк, Кто дальше бросит мешочек, Кролики.
Январь «Мороз красный нос»	Учить: детей в построении и ходьбе парами; учить сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры; выполнять правила в подвижных играх. Упражнять: в ходьбе и беге врассыпную, учить мягко приземляться на полусогнутые ноги; в прокатывании мяча вокруг предмета; в подлезании под дугу; Развивать: глазомер и ловкость;	Льдинка, ветер, мороз, Зайка серый умывается, Найди свой цвет, Мыши в кладовой, Стоп,, Попади в круг.
Февраль «Зимние забавы»	Упражнять: в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу; в ходьбе с перешагиванием через предметы; Учить: приземляться мягко после прыжков; энергично отталкивать мяч при прокатывании его в прямом направлении; перебрасывать мячи через шнуры; Закреплять: навыки ходьбы через рейки лестницы.	Весёлые снежинки, Трамвай, Коробушки и кот, С кочки на кочку, Найди свой цвет, У медведя во бору.
Март «Мамины помощники»	Учить: прыжкам в длину с места, правильному хвату за рейки при лазании; бросанию мяча о землю и ловлю его двумя руками; Упражнять: в ходьбе парами; беге врассыпную; в ползании по доске, в ходьбе через препятствия, в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать: ловкость при прокатывании мяча, в ходьбе и беге по кругу;	Курочка-хохлатка, Воробушки и кот, Поезд, Каравай, Кот и цыплята, Курочка-хохлатка.
Апрель «Солнышко и	Учить: приземляться на обе ноги; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; влезать на наклонную лестницу; ходить приставными шагами вперед Упражнять: в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прыжках в длину с места; бросании мяча о пол; ходьбе и беге врассыпную; в колонне по одному; ходьбе и ползании по доске;	Солнышко и дождик, Карлики и великаны, Курочка-хохлатка,

дождик»	<i>Формировать:</i> правильную осанку; <i>Закреплять:</i> умение перепрыгивать через шнур; ползание по скамейке;	Ровным кругом, С кочки на кочку, Лохматый пес.
Май «Расцвели цветочки»	<i>Учить:</i> мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; подбрасывать мяч вверх и ловить его; <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге по кругу; в перепрыгивании через шнур, в ходьбе и беге враспынную и нахождении своего места в колонне, в ползании по скамейке с опорой на колени и ладони; <i>Закреплять:</i> умение влезать на наклонную лестницу.	Собери цветочки, Огуречик, Птички в гнездышках, Каравай, Найди свой цвет, Птички в гнездышках.

Средняя группа

Месяц /Тема	Краткое содержание традиционных событий и праздников	Подвижные игры
Сентябрь «Весёлые детки»	<i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге колонной, в энергичном отталкивании от пола двумя ногами; <i>Учить:</i> сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, подпрыгивать вверх энергично, подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками; <i>Закрепить:</i> умение прокатывать мяч в прямом направлении, подлезать под шнур, дугу.	Найди себе пару, Пробеги тихо, Цветные автомобили, Огуречик, огуречик..., Подарки, Пастух и стадо.
Октябрь «Здравствуй, осень золотая»	<i>Учить:</i> сохранять устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре, находить своё место при ходьбе и беге; приемам точечного массажа. <i>Развивать:</i> глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски; точность направления; <i>Упражнять:</i> в энергичном отталкивании от пола, в прокатывании мяча друг другу; в подлезании под дугу, не касаясь руками пола, в ходьбе с изменением направления, в прыжках на двух ногах;	Кот и мыши, Цветные автомобили, У медведя во бору, Совушка, Мы весёлые ребята, Птички и кошка
Ноябрь «В гости к игрушкам»	<i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге с изменением направления, в прыжках на двух ногах, в перебрасывании мяча; <i>Учить:</i> ползать на животе по скамейке (подтягиваясь руками), продолжать учить приемом точечного массажа; <i>Закреплять:</i> устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; закаливающие процедуры, следить за осанкой.	Быстрее к своему флажку, Цветные автомобили, Зайка серый умывается, Лиса в курятнике, Перелёт птиц, Найди себе пару.
Декабрь	<i>Учить:</i> детей перестраиваться в пары на месте; ловить мяч; правильному хвату при ползании; соблюдать дистанцию при передвижении;	Два мороза, Котята и щенята,

«Зимние забавы»	<p><i>Упражнять:</i> в мягком приземлении при прыгивании; в ползании на четвереньках на повышенной опоре;</p> <p><i>Закреплять:</i> умение прокатывать мяч; навык нахождения своего места в колонне;</p> <p><i>Развивать:</i> глазомер;</p> <p>Продолжать знакомить детей с основами ЗОЖ, методами закаливания, оздоровления.</p>	<p>Лошадки, Птички и птенчики, Льдинка, ветер, и мороз, Позвони в погремушку.</p>
<p>Январь</p> <p>«Непоседы»</p>	<p><i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге между предметами; в ползании по скамейке на четвереньках, ходьбе с высоким подниманием коленей; в перешагивании через препятствие;</p> <p><i>Закреплять:</i> умение отбивать мяч об пол; в умении подлезать под шнур; в умении действовать по сигналу;</p> <p><i>Учить:</i> соблюдать дистанцию при передвижении; разучить ходьбу по гимнастической скамейке с поворотом на середине;</p>	<p>Найди себе пару, Самолеты, Лиса в курятнике, Цветные автомобили, Найди свой цвет, У медведя во бору.</p>
<p>Февраль</p> <p>«Мой друг мяч»</p>	<p><i>Развивать:</i> умение быть инициативным в подготовке и уборке мест занятий;</p> <p><i>Учить:</i> ловить мяч двумя руками; правилам эстафеты.</p> <p><i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; в ходьбе с выполнением задания, прыжках из обруча в обруч;</p> <p><i>Закреплять:</i> упражнения в равновесии, навык ползания на четвереньках; воспитывать и поддерживать дружеские отношения;</p> <p><i>Совершенствовать:</i> технику метания в цель.</p>	<p>Мой весёлый звонкий мяч, Воробушки и автомобиль, Найди себе пару, Обезьянки, Кролики в огороде, Мой весёлый звонкий мяч.</p>
<p>Март</p> <p>«Быстрые, ловкие»</p>	<p><i>Развивать:</i> умение быть инициативным в подготовке и уборке мест занятий;</p> <p><i>Учить:</i> ловить мяч двумя руками; правилам эстафеты.</p> <p><i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге с изменением направления, по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры; в ходьбе с выполнением задания, прыжках из обруча в обруч;</p> <p><i>Закреплять:</i> упражнения в равновесии, навык ползания на четвереньках; воспитывать и поддерживать дружеские отношения;</p> <p><i>Совершенствовать:</i> технику метания в цель.</p>	<p>Бездомный заяц, Прятки, Ловишка, Мяч через сетку, Охотники и зайцы, Наседка и цыплята</p>
<p>Апрель</p> <p>«Космонавты»</p>	<p><i>Учить:</i> энергичному отталкиванию в прыжках в длину с места, замаху при метании мешочков на дальность, соблюдению дистанции во время передвижения и построения;</p> <p><i>Закреплять:</i> умение принимать правильное положение при прыжках в длину с места, в метании в цель, в ползании на четвереньках на уменьшенной площади опоры;</p> <p><i>Развивать:</i> в умении перестраиваться в три колонны; повторить перебрасывание мячей друг другу.</p>	<p>Совушка, Космонавты, Птички и кошка, Цветные автомобили, Лошадки, Найди себе пару.</p>
<p>Май</p> <p>«Зелёный огонёк»</p>	<p><i>Учить:</i> бегать и ходить с изменением направления, лазать по гимнастической стенке, спускаться по канату;</p> <p><i>Упражнять:</i> в прыжках в длину с места, перебрасывания мяча друг другу, метание на дальность правой и левой рукой, в цель, в ползании по скамейке на животе, в прыжках через шнур.</p>	<p>Удочка, Зайцы и волк, Поезд, Самолёты, Зайка серый умывается, Светофор.</p>

Старшая группа

Месяц /Тема	Краткое содержание традиционных событий и праздников	Подвижные игры
<p style="text-align: center;">Сентябрь</p> <p style="text-align: center;">«Осень к нам пришла»</p>	<p><i>Учить:</i> сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, энергичному отталкиванию от пола двумя ногами, взмаху рук в прыжке с дотягиванием до предмета, подбрасыванию мяча вверх, ходьбе с изменением темпа, пролезанию через обруч;</p> <p><i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге врассыпную, в подбрасывании и ловле мяча, в перебрасывании мяча друг другу, в ходьбе с высоким подниманием коленей, в непрерывном беге, в прыжках с продвижением вперед.</p>	<p style="text-align: center;">Мышеловка, У медведя во бору, Удочка, Мы веселые ребята, Не оставайся на полу, Кто лучше прыгнет.</p>
<p style="text-align: center;">Октябрь</p> <p style="text-align: center;">«Весёлые старты»</p>	<p><i>Учить:</i> ходьбе строевым шагом, повороту во время ходьбе по сигналу, перестроение в три колонны, остановке по команде;</p> <p><i>Упражнять:</i> в беге до 1 минуты, в перешагивании через шнуры, метания мяча в цель, в равновесии и прыжках;</p> <p><i>Повторить:</i> пролезание в обруч боком, перебрасывания мяча друг другу, переползание через препятствие.</p>	<p style="text-align: center;">Перелет птиц, Охотники и зайцы, Гуси лебеди, Медведи и пчелы, Эстафета парами, Удочка.</p>
<p style="text-align: center;">Ноябрь</p> <p style="text-align: center;">«В городе здоровечков»</p>	<p><i>Учить:</i> перекладывать мяч (малый) из одной руки в другую при ходьбе по гимн. ска-ке, прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед;</p> <p><i>Отрабатывать:</i> навыки ходьбы с высоким подниманием коленей; бег врассыпную, перебрасывания мяча в шеренге, ползание по скамейке на животе и ведение мяча между предметами, пролезание через обручи с мячом в руках, ходьба с остановкой по сигналу;</p> <p><i>Развивать:</i> ловкость и устойчивое равновесие, координацию движений.</p>	<p style="text-align: center;">Удочка, Мышеловка, Брось флажок, Пожарные на учении.</p>
<p style="text-align: center;">Декабрь</p> <p style="text-align: center;">«Верные друзья»</p>	<p><i>Учить:</i> ходьбе по наклонной доске, прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед, лазать по шведской стенке, спускаясь по канату;</p> <p><i>Совершенствовать:</i> бег в колонне по одному с сохранением дистанции, прыжки на двух ногах с преодолением препятствий, ползание на четвереньках между кеглями, подбрасывание и ловля мяча;</p> <p><i>Развивать:</i> ловкость и глазомер, ползание по гимнастической скамье на животе;</p> <p><i>Закреплять:</i> равновесие в прыжках, бег врассыпную и по кругу.</p>	<p style="text-align: center;">Мы весёлые ребята, С кочки на коску, Гуси лебеди, Кто сделает меньше прыжков.</p>
<p style="text-align: center;">Январь</p> <p style="text-align: center;">«В гости к дедушке морозу»</p>	<p><i>Учить:</i> лазать по гимнастической лестнице с переходом на соседний пролет, упражнять в ходьбе и беге между препятствиями, прыжках с ноги на ногу, забрасывания мяча в кольцо, ползать на четвереньках, проталкивая мяч перед собой головой, в пролезание в обруч в равновесии, ведения мяча в прямом направлении;</p> <p><i>Закрепить:</i> ходьбу по наклонной доске, ходьбу с мешочком на голове, при этом следить за осанкой и устойчивым равновесием.</p>	<p style="text-align: center;">Сделай фигуру, Пронеси мяч, не задев кеглю, Караси и щука, Снежки, Санный поезд,</p>

		Попади в обруч.
Февраль «Мое тело»	<i>Учить:</i> сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске, метание мячей в цель, лазание по гимнастической лестнице; <i>Закрепить:</i> навыки перепрыгивание через бруски, забрасывание мяча в корзину, энергичного отталкивания и приземления при прыжках в длину с места, подлезание под дугу и отбивания мяча о пол одной рукой, подлезание под палку и перешагивание через нее.	Забрось мяч в кольцо, Перебежки, Хитрая лиса, Сбей мяч.
Март «Мама, папа, я спортивная семья»	<i>Учить:</i> ходьбе по канату с мешочком на голове, прыжкам в высоту с разбега; <i>Упражнять:</i> в ходьбе в колонне по одному с поворотом по сигналу, в прыжках из обруча в обруч, перебрасывание мяча друг другу, в метании в цель, в ходьбе и беге между предметами с перестроением в пары и обратно; <i>Повторить:</i> ползание на четвереньках между предметами, по скамье на ладонях и ступнях, в подлезание под рейку, построение в три колонны.	Встречные перебежки, Сбей кегли, Дорожка препятствий, пустое место, Третий лишний.
Апрель «Школа юных спортсменов»	<i>Разучить:</i> прыжки с короткой скакалкой, бег на скорость; <i>Упражнять:</i> в ходьбе по гимн скамейке, прыжках на двух ногах, метание в цель, ходьбе и беге между предметами, в прокатывание обручей, в равновесии и прыжках; <i>Закрепить:</i> метание в цель и на дальность, навыки лазание по гимн стенке, спуске по канату.	Мяч водящему, Затейники, Бездомный заяц, Не оставайся на полу.
Май «Мой друг светофор»	<i>Разучить:</i> прыжки в длину с разбега; <i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге парами, метание в цель на дальность, прыжках в длину и высоту с места и разбега, в перебрасывании мяча друг другу, лазание «помедвежь», бросание мяча о пол одной рукой – ловля двумя; <i>Закреплять:</i> лазание по скамейке на животе, подтягиваясь на руках, бросание мяча о стену.	Хитрая лиса, Классы, Сбей кеглю, пронеси мяч, не урони кеглю, Забрось мяч в кольцо,

Подготовительная группа

Месяц /Тема	Краткое содержание традиционных событий и праздников	Подвижные игры
Сентябрь «Во саду ли, в огороде...»	<i>Упражнять:</i> в ходьбе и беге в колонне по одному, с соблюдением дистанции, четким фиксированием повторов, по кругу, с остановкой по сигналу; <i>Закреплять:</i> навыки равновесия при ходьбе на повышенной опоре; <i>Развивать:</i> точность при переброске мяча, координацию движений в прыжке, при	Хитрая лиса, Мяч по кругу, Мы весёлые ребята, Мышеловка,

	перепрыгивании через предметы; <i>Повторить:</i> прыжки в длину с места и с разбега, метание на дальность и в цель, упражнения на перебрасывания мяча через сетку.	Парный бег,
Октябрь «Если хочешь быть здоров...»	<i>Закреплять:</i> навыки ходьбы и бега между предметами, с изменением направления по сигналу, с высоким подниманием коленей, сменой темпа движений; <i>Упражнять:</i> в сохранении равновесия, в подскоках, бросание мяча, приземление на полусогнутые ноги, в пере ползания на четвереньках с дополнительным заданием; <i>Развивать:</i> координацию движений; <i>Разучить:</i> прыжки вверх из глубокого приседа.	Не оставайся на полу, Голова и хвост дракона, Встречные перебежки, Найди себе пару, Наседка и цыплята
Ноябрь «Лес полон сказок и чудес»	<i>Закрепить:</i> навыки ходьбы и бега по кругу, парами, с преодолением препятствий, «змейкой» между предметами; <i>Разучить:</i> ходьбу по канату, положенному на пол, прыжки через короткую скакалку, бросание мешочков в цель, переход по диагонали на другой пролет по гимнастической стенке; <i>Упражнять:</i> в энергичном отталкивании прыжках, под ползание под шнур, прокатывание обручей, ползание по скамейке с мешочком на спине.	Ловишка, бери ленту, Перебрось мяч через сетку, Медведь и пчелы, Кот и мыши.
Декабрь «Зимушка зима»	<i>Закреплять:</i> навыки ходьбы с выполнением задание по сигналу, бег с преодолением препятствий, парами, перестроение из одной колонны в две, три; <i>Развивать:</i> координацию движений при ходьбе по ограниченной площади опоры; <i>Упражнять:</i> в прыжках, переменном подпрыгивании на правой и левой ногах, лазание по гимнастической лестнице с переход с пролета на пролет; следить за осанкой во время выполнения упражнения на равновесие.	Мяч водящему, Лиса и зайцы, Охотники и звери, Зайцы и лиса, Мяч водящему, Ловля обезьян.
Январь «путешествие по сказкам»	<i>Разучить:</i> приставной шаг, прыжки на мягкое покрытие; <i>Закрепить:</i> перестроение в три колонны, пере ползание по скамье; <i>Развивать:</i> ловкость и координацию в упражнении с мячом, навыки ходьбы в чередовании с бегом с выполнением заданий по сигналу, умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги; <i>Повторить:</i> упражнения на равновесие на гимнастической стенке, прыжки через короткую скакалку.	Два мороза, Санный поезд, Чья команда быстрее соберётся, Ловля обезьян, Снежки, Сохрани пару.

<p>Февраль</p> <p>«Чудеса – чудеса»</p>	<p>Упражнять: в ходьбе и беге в колонне по одному с остановкой по сигналу, в прыжках, в бросание малого мяча, в ходьбе и беге с изменением направления, в ползание по гимнастической скамье, ходьбе и беге между предметами, в пролезание между рейками, в перебросе мяча друг другу;</p> <p>Закрепить: равновесие, осанку при ходьбе по повышенной площади опоры, энергичное отталкивание при прыжках;</p> <p>Развивать: ловкость и глазомер при метании в цель.</p>	<p>Пятнашки, Мы весёлые ребята, Догони свою пару, Два мороза, Кот и мыши.</p>
<p>Март</p> <p>«Если весело живется»</p>	<p>Закрепить: навыки ходьбы и бега в чередовании, перестроение в колонны по 3,4, лазание по гимнастической стенке;</p> <p>Упражнять: в сохранении равновесия, в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги, в прыжках, в беге до 3-х минут, в ведении мяча ногой;</p> <p>Развивать: координацию в упражнении с мячом, ориентировку в пространстве, глазомер и точность попадания в метании;</p> <p>Разучить: вращение обручей.</p>	<p>Дорожка препятствий, Лиса в курятнике, перелёт птиц, Ловишки с мячом, Лягушки и цапля.</p>
<p>Апрель</p> <p>«Школа мяча»</p>	<p>Учить: ходьбе по ограниченной площади опоры, ходьбе по кругу во встречном направлении;</p> <p>Закрепить: ходьбу с изменением направления, бег с высоким подниманием бедра, навыки ведения мяча в прямом направлении, лазание по гимнастической скамье, метание на дальность;</p> <p>Повторить: прыжки с продвижением вперед, равновесие;</p> <p>Совершенствовать: прыжки в длину с разбега, прыжки в высоту.</p>	<p>Чье звено быстрее соберется, Поменяйся местами, Круговая лапта, Футбол, Кто быстрее до флажка.</p>
<p>Май</p> <p>«Страна попрыгунья»</p>	<p>Разучить: бег на скорость, бег со средней скоростью до 100м;</p> <p>Упражнять: в прыжках в высоту с разбега, прыжках в длину, метание мяча в цель, мешочка на дальность;</p> <p>Повторить: прыжки через скакалку, ведение мяча.</p>	<p>Лови не урони, Городки, Бадминтон, Третий лишний, Гуси лебеди, Футбол, Баскетбол, Ловля обезьян.</p>

**План проведение спортивных мероприятий с детьми.
2020 – 2021 уч. год.**

Месяц	Мероприятия	Группа
Сентябрь	Досуг на лесной поляне «На лесной полянке»	Старшая Подготовительная
	Развлечение по ПДД «Должны мы правила движения всегда и всюду соблюдать».	Старшая
	Досуг «Поможем Крошу быть здоровым»	Младшая

Октябрь	Оздоровительный досуг «Где здоровье, там и я, со здоровьем мы друзья!»	Средняя
	Спортивный досуг «Большие гонки в стране волшебных мячей»	Подготовительная
Ноябрь	Праздник к Дню матери с родителями «С мамой веселей»	Младшая
	Досуг «Чтоб здоровым быть всегда, скажем спорту мы «Ура!»	Старшая
Декабрь	Развлечение «Веселые игры»	Средняя
	Спортивное развлечение «Как хорошо уметь дружить»	Старшая, Подготовительная
Январь	Досуг «Путешествие на остров Здоровья».	Все
Февраль	Зарница	Старшая, Подготовительная
	Праздник к Дню защитника отечества с родителями «23 февраля»	Средняя
Март	Развлечения «Мячик круглый есть у нас»	Младшая
	Спортивное развлечение с родителями «Здоровые дети – в здоровой семье»	Подготовительная
Апрель	Праздник «1 апреля»	Все
Май	Развлечение по пожарной безопасности «Как Незнайка в пожарные готовился».	Старшая, Подготовительная
	Соревнования между школой и детским садом	Подготовительная

	Досуг «Путешествие в сказку»	Младшая, Средняя
Июнь	Праздник День защиты детей	Все

3.7. Распорядок и режим дня

В МАДОУ «Детский сад № 69» обеспечивается режим пятидневной рабочей недели, 12 часовое пребывание воспитанников, с 7.00 до 19.00.

В учебном плане учитывается период учебного года, который начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая.

- Объем учебной нагрузки в течение недели определен в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений (СанПиН 2.4.1.3049-13), а также инструктивно-методическим письмом Министерства образования Российской Федерации от 14.03.2000 г. № 65/23-16.
- Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей составляет 5,5-6 часов. Продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки

сокращается.

- Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.
- Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон.
- На самостоятельную деятельность (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня отводится не менее 3-4 часов.
- Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 7 лет организуется не менее 3 раза в неделю. Длительность занятия по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:
 - в младшей группе – 15 минут.
 - в средней группе – 20 минут.
 - в старшей группе – 25 минут.
 - в подготовительной группе – 30 минут.
- Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине составляет 45 минут. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводятся физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.
- Образовательная деятельность осуществляется также и во второй половине дня после дневного сна. В середине НОД статического характера проводятся физкультминутки.
- Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня. Для профилактики утомления детей предусмотрено проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.
- В объеме двигательной активности предусмотрено в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6-8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы МАДОУ «Детский сад № 69». Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.
- Один раз в неделю круглогодично организуются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию организуется на открытом воздухе.

**Расписание образовательной деятельности МАДОУ «Детский сад № 69» по физкультуре
на 2020-2021 учебный год**

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
9.00/9.20 Средняя № 3	9.00/9.20 Средняя № 3	9.30/9.45 Младшая №2	9.00/9.20 Средняя № 3	9.30/9.45 Младшая №2

9.30/9.45 Младшая № 2	9.55/10.25 Подг. № 5	15.30/15.55 Старшая № 4	10.35/11.05 Подг. № 6 на улице	9.55/10.25 Подг. № 5
15.30/15.55 Старшая № 4	10.35/11.05 Подг. № 6		11.15/11.45 Подг. № 5 на улице	10.35/11.05 Подг. № 6
				11.15/11.45 Старшая № 5 на улице

РЕЖИМ ДНЯ холодный период года

		Средняя группа (от 4 до 5 лет)	Старшая группа (от 5 до 6 лет)	Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)
1.	Прием детей, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	07.00 – 08.10	07.00 – 08.20	07.00 – 08.35
2.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 – 08.40	08.20 – 08.50	08.35 – 08.55
3.	Самостоятельная деятельность	08.40 – 09.00	08.50 – 09.00	08.55 – 09.00

4.	Непосредственно образовательная деятельность	09.00-09.50	09.00-10.35	09.00-10.50
5.	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	09.50 - 12.00	10.35- 12.25	10.50- 12.40
6.	Подготовку к обеду, обед	12.00 – 12.30	12.25 – 12.50	12.40 – 13.55
7.	подготовка ко сну, дневной сон	12.30 – 15.00	12.50 – 15.00	13.55 – 15.00
8.	Постепенный подъем, гимнастика после сна	15.00 – 15.40	15.00 – 15.15	15.00 – 15.15
9.	Подготовка к полднику, полдник	15.40 – 16.00	15.15 – 16.00	15.15-16.00
10.	Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00	16.00 - 17.00
11.	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность,	17.00 – 18.20	17.00 – 18.20	17.00 – 18.20
12.	Игры, уход детей домой	До 17.00	До 17.00	До 17.00

РЕЖИМ ДНЯ тёплый период года

		Средняя группа (от 4 до 5 лет)	Старшая группа (от 5 до 6 лет)	Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)
13.	Прием детей, самостоятельная деятельность,	07.30 – 08.05	06.30 – 08.00	07.30 – 08.20
14.	Утренняя гимнастика на улице	8.05 - 8.15	8.05 – 8.20	8.20 – 8.35
15.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.25 – 08.45	08.20 – 08.50	08.35 – 08.55
16.	Самостоятельная деятельность, НОД	08.45 – 09.20	08.50 – 09.30	08.55 – 09.30
17.	Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	09.20 – 11.50	08.35- 12.05	9.35- 12.20
18.	Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность,	11.50 – 12.10	12.05 – 12.25	12.20 – 12.35
19.	Подготовка к обеду, Обед	12.10 – 12.40	12.25 – 12.50	12.35 – 13.00
20.	подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем	12.40 – 15.15	12.50 – 15.15	13.00 – 15.15
21.	Игры, самостоятельная деятельность детей	15.15 – 15.50	15.15 – 15.55	15.00 – 15.15
22.	Подготовка к полднику, полдник	15.50 – 16.10	15.55 – 16.15	15.55 – 16.15
23.	Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, уход домой	16.10 – 19.00	16.15 – 19.00	16.15 – 19.00

Здоровьесберегающие технологии

№	Виды	Особенности организации
	Медико-профилактические	
	<i>Закаливание</i> в соответствии с медицинскими показаниями	
1.	обширное умывание после дневного сна (мытьё рук до локтя)	ежедневно
2.	хождение по сенсорным дорожкам после сна	ежедневно
3.	обливание ног в летнее время после прогулки	ежедневно
4.	ходьба босиком	ежедневно
5.	облегченная одежда	ежедневно
	<i>Профилактические мероприятия</i>	
1.	витаминация 3-х блюд	ежедневно
2.	употребление фитонцидов (лук, чеснок)	Осенне-зимний период
3.	полоскание рта после еды	ежедневно
4.	чесночные бусы	ежедневно, по эпидпоказаниям
	<i>Медицинские</i>	
1.	мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2.	плановые медицинские осмотры	2 раза в год
3.	антропометрические измерения	2 раза в год
4.	профилактические прививки	По возрасту
5.	кварцевание	По эпидпоказаниям
6.	организация и контроль питания детей	ежедневно
	<i>Физкультурно- оздоровительные</i>	
1.	корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	ежедневно
2.	зрительная гимнастика	ежедневно
3.	пальчиковая гимнастика	ежедневно
4.	дыхательная гимнастика	ежедневно
5.	динамические паузы	ежедневно
	<i>Образовательные</i>	
1.	привитие культурно-гигиенических навыков	ежедневно

3.8. Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания Программы

3.8.1. Совершенствование и развитие Программы и сопутствующих нормативных и правовых, методических, кадровых, информационных и материально-технических ресурсов предполагается осуществлять с участием педагогов дошкольного образования,

федеральных, региональных, муниципальных органов управления образованием Российской Федерации, руководства Учреждением, а также других участников образовательных отношений и сетевых партнеров по реализации образовательных программ (далее – Участники совершенствования Программы). Организационные условия для участия вышеуказанной общественности в совершенствовании и развитии Программы будут включать:

- предоставление доступа к тексту Программы в электронном и бумажном виде;
- предоставление возможности давать экспертную оценку, рецензировать и комментировать ее положения на открытых профессионально-педагогических семинарах.

3.8.2. В целях совершенствования нормативных и научно-методических ресурсов Программы запланирована следующая работа:

1. Разработка и публикация в электронном и бумажном виде:

- методических материалов, разъясняющих цели, принципы, научные основы и смыслы отдельных положений Программы;
- нормативных и научно-методических материалов по обеспечению условий реализации Программы;
- научно-методических материалов по организации образовательного процесса в соответствии с Программой;
- методических рекомендаций по разработке основной образовательной программы Учреждения с учетом положений Программы и вариативных образовательных программ; практических материалов и рекомендаций по реализации Программы;
- обсуждение разработанных методических и практических материалов с участниками совершенствования Программы, в том числе с учетом результатов апробирования, обобщение материалов обсуждения и апробирования;
- несение корректив в Программу, разработка рекомендаций по особенностям ее реализации и т. д.

3.8.3. Совершенствование материально-технических условий, необходимых для создания развивающей предметно-пространственной среды, планируется осуществлять в процессе реализации Программы.

3.8.4. Совершенствование финансовых условий реализации Программы направлено в первую очередь на повышение эффективности экономики содействия.

Совершенствование финансовых условий нацелено на содействие:

- развитию кадровых ресурсов путем разработки проектов различных программ мотивации сотрудников ДООУ, разработки предложений по совершенствованию эффективных контрактов с сотрудниками, управления ДООУ;
- развитию материально-технических, информационно-методических и других ресурсов, необходимых для достижения целей Программы;
- сетевому взаимодействию с целью эффективной реализации Программы, в т. ч. поддержке работы ДООУ с семьями воспитанников;
- достаточному обеспечению условий реализации Программы.

3.9. Перечень нормативных и нормативно – методических документов

- Программа основывается на следующие нормативно- правовые документы:
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации» (статьи 2,12,13,14)

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. N 1014 г. Москва "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования"
- Письмо Министерства образования и науки №08-249 от 28 февраля 2014 г. "Комментарии к ФГОС дошкольного образования"
- . Устав МАДОУ «Детский сад № 69», утвержденный постановлением главы администрации городского округа Верхняя Пышма № 830, от 04.07.2016 года и других локальных актов.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. N 1014 г. Москва "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования".

3.10. Перечень литературных источников

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».
- Примерная основная образовательная программа дошкольного образования. Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15).
- Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014
- Мониторинг в детском саду. Научно-методическое пособие. – СПб.: «Издательство «Детство-Пресс», 2011
- Толстикова О.В. , О.В. Савельева «Мы живем на Урале»: учебно-методическое пособие с учетом специфики национальных,

социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность с детьми дошкольного возраста. – Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО». – 2013 г.

- Методические рекомендации по разработке учебных программ по предмету «Физическое развитие» и внедрение норм всероссийского физкультурно – спортивного комплекса для дошкольных образовательных учреждений.

3.11. Презентация программы для родителей.

Данная Рабочая программа разработана на основе Общеобразовательной программы дошкольного образования МАДОУ детский сад № 69 п. Исеть.

В соответствии с:

- Федеральным законом РФ от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- СанПин 2.4.1.3049-13;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. N 1014 г. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования от 17.10.2013 № 1155.

Разработана с учетом Примерной образовательной программы дошкольного образования ДЕТСТВО: / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2014. – 321 с.;

Цель программы:

- Обеспечивать развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей
- Создать условия развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности.

Задачи программы:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и

миром;

- формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Рабочая программа реализуется на протяжении всего времени пребывания детей в ДООУ и направлена на разностороннее развитие детей 6-7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей и состоит из трех разделов: целевого, содержательного и организационного.

Целевой раздел включает в себя: пояснительную записку, цели, задачи программы, принципы и подходы к ее формированию, характеристики особенностей развития детей 6-7 лет, а также планируемые результаты освоения программы (в виде целевых ориентиров).

Содержательный раздел представляет общее содержание Программы, обеспечивающий полноценное развитие детей, в который входит:

- описание образовательной деятельности в ДООУ в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях;
- описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации с учетом возрастных особенностей.

Организационный раздел содержит описание материально-технического обеспечения Программы, обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания, распорядок и режим дня, особенности традиционных событий, праздников, мероприятий, особенности организации предметно-пространственной среды и социальное партнерство с родителями.

Условия реализации рабочей программы (развивающая предметно-пространственная среда).