

Внесены изменения и принято
на педагогическом совете
Протокол №1 от «30» августа 2023г.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с №210
Е.Н. Михайловская
Приказ №188 от «31» августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(Образовательная область «Физическое развитие»)

на 2023 -2024 учебный год



Составила:

Инструктор по физической культуре

Зайцева Е.А.

г. Ульяновск-2023г.

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка.....	4
1.1.1. Цели и задачи Программы.....	5
1.1.2 Принципы и подходы к формированию Программы	6
1.2. Планируемые результаты.....	9
1.2.1. Целевые ориентиры на этапе завершения освоения программы.....	10
1.2.2. Возрастная характеристика детей дошкольного возраста.....	10
1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе	12

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Общие положения.....	13
2.2. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленной в образовательной области «Физическое развитие»-	15
2.3. Формы, способы, методы и средства реализации раздела «Физическая культура» рабочей программы.....	31
2.4. Структура физкультурного занятия	31
2.4.1. Интеграция образовательных областей.....	32
Ж .Взаимодействие взрослых с детьми.....	32
Ж Взаимодействие с семьями дошкольников	34

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка.....	38
3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды	39
3.3. Кадровые условия реализации Программы.....	44
3.4. Материально-техническое обеспечение Программы.....	44
3.5. Финансовые условия реализации Программы	48
3.6. Планирование образовательной деятельности.....	49
3.7. Режим дня и распорядок.....	49
3.8. Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания Программы	52
3.9. Перечень нормативных и нормативно-методических документов.....	54
4. Перечень литературных источников.....	54

Согласно Федеральному закону «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ (далее – Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации») дошкольное образование является уровнем общего образования наряду с начальным общим, основным общим и средним общим образованием.

Именно в дошкольном детстве закладываются ценностные установки развития личности ребенка, основы его идентичности, отношения к миру, обществу, семье и самому себе.

Поэтому миссия дошкольного образования – сохранение уникальности и самооценности дошкольного детства как отправной точки включения и дальнейшего овладения разнообразными формами жизнедеятельности в быстро изменяющемся мире, содействие развитию различных форм активности ребенка, передача общественных норм и ценностей, способствующих позитивной социализации в поликультурном многонациональном обществе.

Образовательная программа (ОП) дошкольного образовательного учреждения (далее – Программа) является одним из нормативных документов, регламентирующих жизнедеятельность ДОУ.

Программа направлена на создание социальной ситуации развития дошкольников, социальных и материальных условий, открывающих возможности позитивной социализации ребенка, формирования у него доверия к миру, к людям и к себе, его личностного и познавательного развития, развития инициативы и творческих способностей посредством культуросообразных и возрастосообразных видов деятельности в сотрудничестве со взрослыми и другими детьми, а также на обеспечение здоровья и безопасности детей.

Содержание Программы в соответствии с требованиями Стандарта включает три основных раздела – целевой, содержательный и организационный.

Каждый раздел включает в себя обязательную часть и часть, формируемую участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее – ФГОС ДО).

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

Содержательный раздел Программы включает описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка в пяти образовательных областях – социально-коммуникативной, познавательной, речевой, художественно-эстетической, физической.

Программа определяет примерное содержание образовательных областей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей в различных видах деятельности, таких как:

- игровая (сюжетно-ролевая игра, игра с правилами и другие виды игры),
- коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и другими детьми),
- познавательно-исследовательская (исследование и познание природного и социального миров в процессе наблюдения и взаимодействия с ними), а также такими видами активности ребенка, как:
 - восприятие художественной литературы и фольклора,
 - самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице),
 - конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал,
 - изобразительная (рисование, лепка, аппликация),
 - музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах),
 - двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка.

Содержательный раздел Программы включает описание коррекционно-развивающей работы, обеспечивающей адаптацию и интеграцию детей с ограниченными возможностями здоровья в общество.

Организационный раздел Программы описывает систему условий реализации образовательной деятельности, необходимых для достижения целей Программы, планируемых результатов ее освоения в виде целевых ориентиров, а также особенности организации образовательной деятельности, а именно описание:

- психолого-педагогических, кадровых, материально-технических и финансовых условий,
- особенностей организации развивающей предметно-пространственной среды,
- особенностей образовательной деятельности разных видов и культурных практик,
- способов и направлений поддержки детской инициативы,
- особенностей взаимодействия педагогического коллектива с семьями дошкольников,
- особенностей разработки режима дня и формирования распорядка дня с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей, их специальных образовательных потребностей.

Образовательная программа муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 210 (далее МБДОУ д/с № 210) разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);

- Указ президента № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» от 24 декабря 2014г.;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г. Москва "Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года";

- Примерная основная образовательная программа дошкольного образования. Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (далее ПООП ДО) (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15)

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды. Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка. Инструктору по физической культуре следует целенаправленно организовывать образовательный процесс так, чтобы от детей требовалась оптимальная двигательная активность во всех видах детской деятельности. Такой подход не только стимулирует физическое развитие, но и способствует более успешному решению остальных образовательных задач.

1.1.1. Цели и задачи Программы

Цель:

Основная цель заключается в создании для каждого ребенка в детском саду возможность для развития индивидуальных способностей, широкого взаимодействия с миром, активного участия в двигательной деятельности, творческой самореализации посредством физкультуры и спорта. Программа направлена на развитие самостоятельности, познавательной и коммуникативной активности, социальной уверенности и ценностных ориентаций, определяющих поведение, деятельность и отношение ребенка к миру, формирование предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья посредством двигательной активности.

Задачи:

В рамках настоящей образовательной Программы реализация цели предполагает решение ряда задач:

- разработка содержания, обеспечивающего создание условий для познавательного, речевого, социально-коммуникативного, художественно-эстетического и физического развития детей;
- воспитание и гармоничное развитие личностных качеств ребенка;

- развитие познавательной сферы (мышления, воображения, памяти, речи);
- развитие эмоционально-волевой сферы;
- формирование цельности детского мировоззрения;
- формирование опыта практической, познавательной, творческой и другой деятельности;
- формирование опыта познания;
- укрепление физического и психического здоровья детей 3-7 лет;
- формирование основ двигательной и гигиенической культуры;
- развитие у детей на основе разного образовательного содержания эмоциональную отзывчивость, способность к сопереживанию, готовность к проявлению гуманного отношения в детской деятельности, поведении, поступках;
- способствовать развитию познавательной активности, любознательности, стремления к самостоятельному познанию и размышлению, развитию умственных способностей и речи;
- пробудить творческую активность детей, стимулировать воображение, желание включаться в творческую деятельность.

Программа предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, самостоятельной деятельности детей, при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Обязательными условиями решения этих задач являются охрана и укрепление здоровья дошкольников, развитие их двигательной культуры, создание развивающей предметно-пространственной среды. Результатом всего хода развития и воспитания ребенка в дошкольном возрасте является гармоничное развитие его личностных качеств, осознание ребенком самого себя, своих возможностей и индивидуальных особенностей, умение общаться и сотрудничать со взрослыми и сверстниками, овладение основами физической культуры и здорового образа жизни, готовность к школьному обучению.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

Содержание рабочей программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и выстроено по *принципам:*

- развивающего обучения, целью которого является развитие ребенка, и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач;

- этнокультурной соотнесенности дошкольного образования;
- приобщение детей к истокам народной культуры своей страны, региона, в котором проживают воспитанники;
- гармоничности образования;
- широкое взаимодействие дошкольников с социумом;
- научной обоснованности и практической применимости.

Обучение движениям строится в соответствии с общедидактическими принципами обучения:

- принцип развивающего обучения (при обучении движениям, предполагаемые упражнения, должны опережать имеющийся у детей в данный момент уровень умений и навыков);
- принцип воспитывающего обучения (в процессе НОД решаются воспитательные задачи: настойчивость, смелость, выдержка, нравственно – волевые качества);
- принцип сознательности (понимание ребёнка сути того или иного движения, которое он производит);
- принцип систематичности (чередование нагрузки и отдыха);
- принцип наглядности (заключается в создании у ребёнка с помощью различных органов чувств, представление о движении);
- принцип доступности (обучение детей с учётом возрастных, половых особенностей и индивидуальных различий, уровня физической подготовленности; постепенность усложнения физических упражнений);
- принцип индивидуализации (учитываются индивидуальные особенности каждого ребёнка с учётом состояния здоровья, развития, нагрузки).
- принцип оздоровительной направленности (укрепление здоровья средствами физического воспитания);
- принцип творческой направленности (ребёнок самостоятельно создаёт новые движения, основанные на использовании его двигательного опыта и наличия мотива, побуждающего к творческой деятельности).

Методы обучения:

- **Словесный:** обращён к сознанию детей, помогает осмысленно поставить двигательную задачу, раскрыть содержание и структуру движения (объяснения, пояснения, подача команд, распоряжений, сигналов, беседа, вопросы к детям, словесная инструкция);
- **Наглядный:** создаёт зрительное, слуховое, мышечное представление о движении (использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры, музыка, непосредственная помощь воспитателя); закрепляет на практике знания;
- **Практические умения, навыки в основных движениях,** способствует созданию мышечных представлений о движении (повторение упражнений, проведение упражнений в игровой и соревновательной форме). С целью формирования творческого мышления, двигательного экспериментирования на физкультурных занятиях активно используются методы проблемного обучения.

1.2. Планируемые результаты

Дошкольное детство

<i>К четырем годам</i>	<i>К пяти годам</i>	<i>К шести годам</i>	<i>К семи годам</i>
------------------------	---------------------	----------------------	---------------------

<p>Сформирована соответствующая возрасту координация движений. Проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.</p>	<p>Движения стали значительно более уверенными и разнообразными. Испытывает острую потребность в движении, отличается высокой возбудимостью. В случае ограничения активной двигательной деятельности быстро перевозбуждается, становится непослушным, капризным. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки.</p>	<p>Проявляет интерес к физическим упражнениям. Правильно выполняет физические упражнения, проявляет самоконтроль и самооценку. Может самостоятельно придумать и выполнить несложные физические упражнения.</p>	<p>У ребёнка развита крупная и мелкая моторика. Он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.</p>
--	---	--	--

1.2.1. Целевые ориентиры на этапе завершения освоения программы

Целевые ориентиры – это социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

Целевых ориентиров воспитанник может достигнуть, а может и нет в силу своих индивидуальных особенностей развития. Поэтому они не могут служить оценкой всего качества образования, в том числе и «Физического развития» ребенка.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика;
- он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- имеет начальные представления о ЗОЖ. Воспринимает здоровый образ жизни, как ценность.

1.2.2. Возрастная характеристика детей дошкольного возраста

Возрастная характеристика детей 3-4 лет.

3-хлетний ребенок владеет основными жизненно важными движениями (ходьба, бег, лазание, действия с предметами). Возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями.

Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д. К 4-м годам ребенок может без остановки пройти по гимнастической скамейке, руки в стороны; ударять мяч об пол и ловить его двумя руками (3 раза подряд); перекладывать по одному мелкие предметы (пуговицы, горошины и т.п. – всего 20 шт.) с поверхности стола в небольшую коробку (правой рукой). Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети ориентируются в значительной мере на оценку воспитателя.

Возрастная характеристика, детей 4-5 лет.

В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает

индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается. Позитивные изменения наблюдаются в развитии моторики. Дошкольники лучше удерживают равновесие перешагивая через небольшие предметы, нанизывает бусины (20 шт.) средней величины (или пуговицы) на толстую леску.

Возрастная характеристика детей 5-6 лет

Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные). К 6 годам совершенствуется развитие мелкой моторики пальцев рук. Некоторые дети могут продеть шнурок в ботинок и завязать бантиком.

Возрастная характеристика, детей 6-7 лет

К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений).

Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).

Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем. Владеет культурно-гигиеническими навыками и понимает их необходимость.

1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений. Мониторинг физического развития детей основывается на Общероссийскую систему мониторинга детей 2001г; методика *Н.В. Полтавцевой* 2001г.

Метод обследования включает в себя:

- педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
- карту развития ребенка;
- различные шкалы индивидуального развития.

Процедура оценки физической подготовленности не является единовременным мероприятием, а представляет собой целостный процесс, органически сочетающий в себе постоянные наблюдения за ребенком в процессе жизнедеятельности и занятий по физической культуре, хронометраж двигательной активности детей и мониторинг физической подготовленности.

Тестирование физической подготовленности детей осуществляется непосредственно инструктором по физическому воспитанию. Используются контрольные упражнения и двигательные задания (тесты), по результатам выполнения которых оцениваются различные стороны их физической подготовленности. Мониторинг проводится 2 раз в год *Основная задача мониторинга* заключается в том, чтобы определить степень освоения ребенком Рабочей программы и влияние образовательного процесса, организуемого в дошкольном учреждении, на развитие ребенка.

Уровни усвоения Программы : высокий, средний, низкий.

Физическое развитие

Уровни развития	высокий	средний	низкий средний	
	Сентябрь			
Гр. № 3 средняя	23%	59%	18%	
Гр. № 7 старшая	38%	50%	12%	44%
Гр. № 4 подготовительная группа	50%	43%	7%	58%

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Общие положения

Реализация Программы обеспечивается на основе вариативных форм, способов, методов и средств, представленных в методических пособиях, соответствующих принципам и целям ФГОС ДО и выбираемых педагогом с учетом многообразия конкретных социокультурных условий реализации Программы, возраста воспитанников, состава групп, особенностей и интересов детей, запросов родителей (законных представителей).

В данном разделе Программы:

- описание ведущих видов детской деятельности в разный возрастной период.
- Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, предоставленной в образовательной области «Физическая культура», с учетом используемых вариативных программ дошкольного образования и методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания;
- описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуально-психологических особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей, мотивов и интересов;

Существуют разные варианты классификации видов детской деятельности, каждая примерная образовательная программа дошкольного образования определяет наиболее существенные для реализации представленного в ней содержания виды и формы детской деятельности.

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Используются вариативные формы, способы, методы организации образовательной деятельности такие формы как: образовательные предложения для целой группы (занятия), различные виды игр, в том числе свободная игра, игра-исследование, ролевая, и др. виды игр, подвижные и традиционные народные игры; взаимодействие и общение детей и взрослых и/или детей между собой; проекты различной направленности, прежде всего исследовательские; праздники, социальные акции т.п., а также использование образовательного потенциала режимных моментов. Все формы вместе и каждая в отдельности могут быть реализованы через сочетание организованных взрослыми и самостоятельно иницилируемых свободно выбираемых детьми видов деятельности.

Формы, способы, методы и средства реализации Программы осуществляются с учетом базовых принципов Стандарта и принципов и подходов Программы, то есть обеспечивают активное участие ребенка в образовательном процессе в соответствии со своими возможностями и интересами, личностно-развивающий характер взаимодействия и общения и др.

Соотношение видов детской деятельности и форм образовательной деятельности

Двигательная деятельность

Непосредственно образовательная деятельность	Режимные моменты	Самостоятельная деятельность детей
-Игровая беседа с элементами движений; —интегративная деятельность; —утренняя гимнастика; — совместная деятельность взрослого и детей	-Игровая беседа с элементами движений; —интегративная деятельность; —утренняя гимнастика; —совместная деятельность	Двигательная активность в течение дня; —игра; —утренняя гимнастика; самостоятельные спортивные игры и
тематического характера; —игра; —контрольнодиагностическая деятельность; —экспериментирование; —физкультурное занятие; --- спортивные и физкультурные досуги; —спортивные состязания; — проектная деятельность	взрослого и детей тематического характера; —игра; —контрольно - диагностическая деятельность; —экспериментирование; —физкультурное занятие; — спортивные и физкультурные досуги; —спортивные состязания; —проектная деятельность	упражнения и др

2.2. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие»

Образовательная область «физическое развитие»

Извлечение из ФГОС ДО

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

Четвертый год жизни. 2-я младшая группа.

Задачи образовательной деятельности:

Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям;

□ Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые качества, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости;

□ Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя;

□ Развивать умения самостоятельно правильно умываться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками;

□ Развивать навыки культурного поведения во время еды, правильно пользоваться ложкой, вилок, салфеткой.

Содержание образовательной деятельности Двигательная

деятельность.

Порядковые упражнения. Построения и перестроения: свободное, в рассыпную, 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, за ведущим 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.

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

Элементарные 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.

Результаты образовательной деятельности

<u>Достижения ребенка</u>	<u>Что требует</u>
<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 удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре; - с удовольствием применяет культурно-гигиенические навыки, радуется своей самостоятельности и результату; - с интересом слушает стихи и потешки о процессах умывания, купания. 	<p data-bbox="858 159 1485 192"><u>совместных усилий педагогов и родителей</u></p> <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 процессов умывания, питания, одевания, элементарного ухода за своим внешним видом, в использовании носового платка, постоянно ждет помощи взрослого.

Пятый год жизни. Средняя группа.

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.

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 (запрыгивание на высоту 15—20 см.).

Сохранение равновесие 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 на лыжах - скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полулелочкой, 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.

Результаты образовательной деятельности

<u>Достижения ребенка</u>	<u>Что требует</u>
<ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<p data-bbox="868 159 1479 192"><u>совместных усилий педагогов и родителей</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 взрослого.

Задачи образовательной деятельности:

- Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих 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, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего 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 вдаль (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.

Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни. Признаки здоровья и нездоровья человека, особенности самочувствия, настроения и поведения здорового человека. Правила здорового образа жизни, полезные (режим дня, питание, сон, прогулка, гигиена, занятия физической культурой и спортом) и вредные для здоровья привычки. Особенности правильного поведения при болезни, посильная помощь при уходе за больным родственником дома. Некоторые правила профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения. Представление о собственном здоровье и здоровье сверстников, об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания.

Результаты образовательной деятельности

<p style="text-align: center;"><u>Достижения ребенка</u></p> <p>Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений);</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 	<p style="text-align: center;"><u>Что требует совместных усилий педагогов и родителей</u></p> <p>Двигательный опыт ребенка беден (малый объем освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений); плохо развита крупная и мелкая моторика рук;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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
<p>ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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). 	<p>других детей и собственных. Интересуется простыми подвижными играми, нарушает правила, увлекаясь процессом игры;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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.

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 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, скрестным 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. 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 и игру 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.

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, скольжения 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.).

Результаты образовательной деятельности

<u>Достижения ребенка</u>	<u>Что требует совместных усилий педагогов и родителей</u>
<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: 	<ul style="list-style-type: none"> - В двигательной деятельности затрудняется в проявлении быстроты, координации (ловкости), выносливости, силы и гибкости; - 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
<p>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.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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>новым и знакомым физическим упражнениям, избирательности и инициативы при их выполнении;</p> <ul style="list-style-type: none"> - ребенок проявляет несамостоятельность в выполнении культурно-гигиенических процессов, (к началу обучения в школе не овладел основными культурногигиеническими умениями и навыками); - не имеет привычки к использованию культурно-гигиенических навыков без напоминания взрослого. Проявляет равнодушие по отношению к больному близкому человеку в семье, к заболевшему сверстнику.

2.3. Формы, способы, методы и средства реализации раздела «Физическая культура» рабочей Программы, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

3-4 года - непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные игры и упражнения; - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья; - игровые беседы с элементами движений; - разные виды гимнастик; - закаливающие процедуры; - физминутки, динамические паузы; - чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций; - двигательная активность в течении дня.

3-5 лет - непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные игры и упражнения; - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья; - игровые беседы с элементами движений; - разные виды гимнастик; - закаливающие процедуры; - физминутки, динамические паузы; - чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций; - двигательная активность в течении дня.

4-6 лет - непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные игры и упражнения; - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья; - игровые беседы с элементами движений; - разные виды гимнастик; - закаливающие процедуры; - физминутки, динамические паузы; - чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций; - двигательная активность в течение дня.

5-7 лет - непосредственно образовательная деятельность; - развивающая игровая деятельность; - подвижные игры; - спортивные игры и упражнения; - спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья; - игровые беседы с элементами движений; - разные виды гимнастик; - закаливающие процедуры; - физминутки, динамические паузы; - чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций; - двигательная активность в течение дня.

2.4. Структура физкультурного занятия

Структура физкультурного занятия в спортивном зале. В каждой возрастной группе физкультура проводится 3 раза в неделю (одно занятие-на улице). Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья. Продолжительность занятия по физической культуре: 15 мин. - 2-я младшая группа, 20 мин. - средняя группа, 25 мин. - старшая, 30 мин. - подготовительная группа.

2.4.1. Интеграция образовательных областей.

Физическая культура по - своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Социально-коммуникативное развитие. Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

Познавательное развитие. Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Речевое развитие. Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

Художественно-эстетическое развитие. Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения

2.5. Взаимодействие взрослых с детьми

Взаимодействие взрослых с детьми является важнейшим фактором развития ребенка и пронизывает все направления образовательной деятельности. С помощью взрослого и в самостоятельной деятельности ребенок учится познавать окружающий мир, играть, рисовать, общаться с окружающими. Процесс приобщения к культурным образцам человеческой деятельности (культуре жизни, познанию мира, речи, коммуникации, и прочим), приобретения культурных умений при взаимодействии со взрослыми и в самостоятельной деятельности в предметной среде называется процессом овладения культурными практиками.

Процесс приобретения общих культурных умений во всей его полноте возможен только в том случае, если взрослый выступает в этом процессе в роли партнера, а не руководителя, поддерживая и развивая мотивацию ребенка. Партнерские отношения взрослого и ребенка в ОУ и в семье являются разумной альтернативой двум диаметрально противоположным подходам: прямому обучению и образованию, основанному на идеях «свободного воспитания». Основной функциональной характеристикой партнерских отношений является равноправное относительно ребенка включение взрослого в процесс деятельности. Взрослый участвует в реализации поставленной цели наравне с детьми, как более опытный и компетентный партнер.

Для *лично-порождающего взаимодействия* характерно принятие ребенка таким, какой он есть, и вера в его способности. Взрослый не подгоняет ребенка под какой-то определенный «стандарт», а строит общение с ним с ориентацией на достоинства и индивидуальные особенности ребенка, его характер, привычки, интересы, предпочтения. Он сопереживает ребенку в радости и огорчениях, оказывает поддержку при затруднениях, участвует в его играх и занятиях. Взрослый старается избегать запретов и наказаний. Ограничения и порицания используются в случае крайней необходимости, не унижая достоинство ребенка. Такой стиль воспитания обеспечивает ребенку чувство психологической защищенности, способствует развитию его индивидуальности, положительных взаимоотношений со взрослыми и другими детьми.

Лично-порождающее взаимодействие способствует формированию у ребенка различных позитивных качеств. Ребенок учится уважать себя и других, так как отношение ребенка к себе и другим людям всегда отражает характер отношения к нему окружающих взрослых. Он приобретает чувство уверенности в себе, не боится ошибок. Когда взрослые предоставляют ребенку самостоятельность, оказывают поддержку, вселяют веру в его силы, он не пасует перед трудностями, настойчиво ищет пути их преодоления.

Ребенок не боится быть самим собой, быть искренним. Когда взрослые поддерживают индивидуальность ребенка, принимают его таким, каков он есть, избегают неоправданных ограничений и наказаний, ребенок не боится быть самим собой, признавать свои ошибки. Взаимное доверие между взрослыми и детьми способствует истинному принятию ребенком моральных норм.

Ребенок учится брать на себя ответственность за свои решения и поступки. Ведь взрослый везде, где это возможно, предоставляет ребенку право выбора того или действия. Признание за ребенком права иметь свое мнение, выбирать занятия по душе, партнеров по игре способствует формированию у него личностной зрелости и, как следствие, чувства ответственности за свой выбор.

Ребенок приучается думать самостоятельно, поскольку взрослые не навязывают ему своего решения, а способствуют тому, чтобы он принял собственное.

Ребенок учится адекватно выражать свои чувства. Помогая ребенку осознать свои переживания, выразить их словами, взрослые содействуют формированию у него умения проявлять чувства социально приемлемыми способами.

Ребенок учится понимать других и сочувствовать им, потому что получает этот опыт из общения со взрослыми и переносит его на других людей.

2.6. Взаимодействие с семьями дошкольников.

Взаимодействие педагогического коллектива ДОО с семьями детей строится на основе партнёрства, сотрудничества с учётом соблюдения прав всех участников образовательного процесса. Этот вид деятельности реализуется в следующих направлениях:

- Изучение особенностей и потребностей семей
 - Психолого-педагогическое просвещение
 - Обобщение опыта семейного воспитания
 - Стимулирование интереса родителей к образовательной деятельности детского сада и совместной деятельности с детьми
- Включение родителей (законных представителей) в деятельность образовательной организации, в том числе привлечение их к оценке и контролю деятельности детского сада.

Одним из важных принципов технологии реализации программы является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения. При этом сам специалист определяет, какие задачи он сможет более эффективно решить при взаимодействии с семьёй, как поддерживать с родителями деловые и личные контакты, вовлекать их в процесс совместного воспитания дошкольников.

Родители являются основными социальными заказчиками ДОО. Направления взаимодействия педагогов с родителями учитывают взаимосвязь всех специалистов дошкольного учреждения в образовательном процессе, возрастные и индивидуальные особенности контингента воспитанников и направлены на: проведение педагогического мониторинга, педагогическую поддержку родителей, педагогическое образование родителей и совместную деятельность педагогов и родителей.

Основные направления взаимодействия с семьями

-педагогический мониторинг Изучение своеобразия семей, особенностей воспитания, учёт образовательных запросов (опросы, анкетирование), посещение семей на дому, подготовка ребёнка и семьи к будущему школьному обучению, ориентировка родителей на самоанализ воспитательной деятельности; наблюдение за общением детей и родителей

-педагогическая поддержка Организация условий для благополучной адаптации малыша в детском саду. Знакомство родителей с приёмами активизации детской любознательности, обогащения представлений об окружающем мире, развития речевых способностей (групповые встречи- практикумы с элементами тренинга). Обучение родителей приёмам развития ребёнка.

Индивидуальные и групповые консультации. Дни открытых дверей. Родительские собрания. Оформление информационных стендов. Организация выставок детского творчества. Приглашение родителей на детские концерты и праздники. Сайт детского сада

-педагогическое образование Ориентация родителей на развитие активной, компетентной позиции. Определение наиболее значимых тем, ориентируясь на потребности родителей (в

соответствии с результатами мониторинга). Обогащение направлений совместной деятельности родителей и детей (создание детско-родительских клубов).

-совместная деятельность педагогов с детьми. Активное вовлечение родителей в разнообразные нетрадиционные формы взаимодействия с детьми (совместные детско-взрослые проекты поисковой и творческой направленности, творческие выставки, спортивные и досуговые мероприятия: игры, конкурсы и викторины) Помощь в изготовлении дидактических игр и пособий, благоустройстве группы и территории ДОО. Конкурсы-выставки, участие в детских утренниках и праздниках.

Цели взаимодействия с родителями и задачи взаимодействия сформулированы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей. Цель взаимодействия с родителями детей младшего дошкольного возраста: заинтересовать возможностями совместного воспитания ребёнка, показать родителям их особую роль в развитии малыша. Установление личных и деловых контактов педагогов с родителями.

Семья является институтом первичной социализации и образования, который оказывает большое влияние на развитие ребенка в младенческом, раннем и дошкольном возрасте. Поэтому педагоги ДОО учитывают в своей работе такие факторы, как условия жизни в семье, состав семьи, ее ценности и традиции, а также уважают и признают способности и достижения родителей(законных представителей) в деле воспитания и развития их детей.

Тесное сотрудничество с семьей делает успешной работу ДОО. Только в диалоге обе стороны могут узнать, как ребенок ведет себя в другой жизненной среде. Обмен информацией о ребенке является основой для воспитательного партнерства между родителями (законными представителями) и воспитателями, то есть для открытого, доверительного и интенсивного сотрудничества обеих сторон в общем деле образования и воспитания детей.

Взаимодействие с семьей в духе партнерства в деле образования и воспитания детей является предпосылкой для обеспечения их полноценного развития.

Партнерство означает, что отношения обеих сторон строятся на основе совместной ответственности за воспитание детей. Кроме того, понятие «партнерство» подразумевает, что семья и ДОО равноправны, преследуют одни и те же цели и сотрудничают для их достижения. Согласие партнеров с общими целями и методами воспитания и сотрудничество в их достижении позволяют объединить усилия и обеспечить преемственность и взаимодополняемость в семейном и в несемейном образовании.

В основу совместной деятельности семьи и дошкольного учреждения заложены следующие принципы:

- единый подход к процессу воспитания ребёнка;
- открытость дошкольного учреждения для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- уважение и доброжелательность друг к другу;
- дифференцированный подход к каждой семье;
- равно ответственность родителей и педагогов.

Совместная деятельность родителей, педагогов и детей положительно влияет на воспитанников. Дети активных родителей становятся увереннее в себе, задают больше вопросов о семье, о детском саду, проявляют инициативу в тех вопросах, где видят интерес и активность своих родителей. Ребенок чувствует себя ближе, роднее по отношению к воспитателю, так как видит тесное общение педагога с его родителями, эмоциональный подъем, желание быть в саду в центре всех игр и занятий.

И как результат, новое положительное отношение родителей к ДОУ, положительная оценка его деятельности.

Участие родителей в жизни ДОУ	Формы участия
В проведении мониторинговых исследований	-Анкетирование
В создании условий	- Участие в субботниках по благоустройству территории; -помощь в создании РППС;
В управлении ДОУ	- участие в работе родительского комитета
В просветительской деятельности, направленной на повышение	-наглядная информация: стенды, папки-передвижки, семейные и групповые фотоальбомы, фоторепортажи в приемных групп, стенды в холе и по лестницам

<p>педагогической культуры, расширение информационного поля родителей</p>	<p>«Детский сад- день за днем», «Наши добрые дела», « Семья- сила сердца», « Мы со спортом дружим», « История нашего города» и др.</p> <ul style="list-style-type: none"> -памятки; -информирование на сайте ДОУ; -консультации -семинары-практикумы, -распространение опыта семейного воспитания; -родительские собрания;
<p>В психолого-педагогической работе ДОУ, направленной на установление сотрудничества и партнерских отношений с целью вовлечения родителей в единое образовательное пространства</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Дни открытых дверей. -Совместные праздники, развлечения. -Агитпоезд -Участие в творческих выставках, смотрах-конкурсах

3. Организационный раздел

3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка

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.

7 *Профессиональное развитие педагогов*, направленное на развитие профессиональных компетентностей, в том числе коммуникативной компетентности и мастерства мотивирования ребенка, а также владения правилами безопасного пользования интернетом, предполагающее создание сетевого взаимодействия педагогов и управленцев, работающих по Программе, с целью оптимизации двигательной активности в детском саду.

– Создание условий для сохранения и укрепления здоровья, полноценного физического развития детей

(наличие соответствующей мебели и спортивного оборудования, достаточного освещения, соблюдение воздушного режима, кварцевание помещений в период повышенной заболеваемости детей и эпидемий, обеспечение полноценного питания, проведение закаливающих процедур и т.д.).

- Осуществление медицинского контроля и профилактики заболеваемости (организация и проведение диспансеризации, профилактического осмотра, текущего медицинского контроля и профилактики заболеваемости, оздоровительных мероприятий и процедур).
- Включение оздоровительных технологий в педагогический процесс (обеспечение оптимального двигательного режима, использование различных видов гимнастики для развития моторных функций, формирование представлений о здоровом образе жизни).
- Организация работы по физическому воспитанию, формированию двигательных навыков у детей (организация занятий по физической культуре, ритмике, использование в свободной деятельности и в режимных моментах игр, физических упражнений, организация спортивных досугов и праздников с привлечением родителей).

3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Предметно-пространственная развивающая образовательная среда – часть образовательной среды, представленная специально организованным пространством (помещениями Организации, прилегающими и другими территориями, предназначенными для реализации Программы), материалами, оборудованием и средствами обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья.

В соответствии со Стандартом, ППРОС физкультурного зала должна обеспечивать и гарантировать:

- охрану и укрепление физического и психического здоровья и эмоционального благополучия детей, формировать и поддерживать положительную самооценку, уверенность в собственных возможностях и способностях, в том числе при взаимодействии детей друг с другом и в коллективной работе;

- максимальную реализацию образовательного потенциала пространства зала, и прилегающих территорий, приспособленных для реализации образовательной программы, а также материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста, в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа и охраны и укрепления их здоровья;

- открытость дошкольного образования и вовлечение родителей (законных представителей) непосредственно в образовательную деятельность, осуществление их поддержки в деле образования и воспитания детей, охране и укреплении их здоровья, а также поддержки образовательных инициатив внутри семьи;

- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на уважение достоинства и личности, интересы и возможности

каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития и соответствующие возрастные и индивидуальные особенности.

Для выполнения этой задачи ППРОС должна быть:

содержательно-насыщенной и динамичной – включает средства обучения (в том числе технические и информационные), инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которое позволяют обеспечить игровую, познавательную, двигательную активность, в том числе развитие общей и тонкой моторики детей с ТНР, участие в подвижных играх и соревнованиях; – *полифункциональной* – обеспечивает возможность разнообразного использования составляющих ППРОС (например, матов, мягких модулей, в том числе природных материалов) в разных видах детской активности;

доступной – обеспечивает свободный доступ воспитанников (в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности. Все игровые материалы подбираются с учетом особенностей ребенка с ТНР, с учетом уровня развития его познавательных психических процессов, стимулируют познавательную и речевую деятельность ребенка с ТНР.

безопасной – все элементы ППРОС соответствуют требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами и правилами пожарной безопасности, а также правилами безопасного пользования .

эстетичной – все элементы ППРОС достаточно привлекательны.

Предметно-пространственная развивающая образовательная среда в зале *обеспечивает условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических сотрудников.*

Для обеспечения образовательной деятельности в *социально-коммуникативной области* в спортивном зале, созданы условия для общения и совместной деятельности детей, как со взрослыми, так и со сверстниками в разных групповых сочетаниях. Дети имеют возможность собираться для игр и занятий всей группой вместе, а также объединяться в малые группы в соответствии со своими интересами. Для этого достаточно пространства для свободного передвижения детей, а также выделены помещения или зоны для разных видов двигательной активности детей – бега, прыжков, лазания, метания и др. на улице.

Развивающая предметно-пространственная среда зала обеспечивает реализацию основной образовательной программы, разработанную с учетом Программы Организации.

В связи с этим в зале имеются:

Спортивное оборудование:

Тренажеры детские и подростковые такие, как: велотренажеры, беговая дорожка и т.п.

Дополнительное оборудование: маты напольные, гимнастические скамейки, игровые обручи, мячи надувные и резиновые разного размера, различные дорожки и т.п.

ФИЗКУЛЬТУРНЫЙ ЗАЛ



ОБОРУДОВАНИЕ



ОСНАЩЕНИЕ



3.3. Кадровые условия реализации Программы

Описание кадрового состава

<i>№</i>	<i>Ф.И. О педагога</i>	<i>должность</i>	<i>Аттестация</i>	<i>Курсовая подготовка</i>
	Галкина Наталья Владимировна	Инструктор по физической культуре		С25.01.2021 по 06.02.2021г. г.курсы повышения квалификации при ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н.Ульянова» в объеме 72 часа

3.4. Материально-техническое обеспечение Программы

Материально-технические условия в физкультурном зале позволяют достичь следующие цели и выполнить задачи:

- осуществлять все виды деятельности ребенка, как индивидуальной самостоятельной, так и в рамках с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, их особых образовательных потребностей;
- организовывать участие родителей воспитанников (законных представителей) в создании условий для реализации Программы , а также мотивирующей образовательной среды;
- обновлять содержание в соответствии с динамикой развития системы образования, запросами воспитанников и их родителей (законных представителей) с учетом особенностей социокультурной среды развития воспитанников и специфики информационной социализации детей;
- эффективно осуществлять образовательную деятельность.

Название	Функциональное использование	Площадь	Примечания
Физкультурный зал	Для проведения физкультурный занятий, развлечений и праздников		Стандартное и нетрадиционное спортивное оборудование, библиотека методической литературы по всем разделам.

Паспорт физкультурного зала

Наименование оборудования и спортивного инвентаря

Оборудование

Скамейки гимнастические

Дуги для подлезания

Доска ребристая

Дорожка массажная

Дорожка коррегирующая

Конус с отверстиями

Модули

Маты гимнастические

Мячи

Мячи набивные малые 1кг

Мячи резиновые средние

Мяч резиновый (диаметр 20см)

Мяч надувной

Инвентарь

Ракетки для бадминтона детские

Канат

Волейбольная сетка

Баскетбольная сетка для кольца

Корзины пластмассовые для выносного материала

Контейнеры для мячей и др. спорт. Инвентаря

Ворота футбольные

Тренажёры

Дорожка беговая

Велотренажеры

Массажёр для ног пластмассовый

Спортивные игры

Бадминтон

Городки

Маски для сюжетно-ролевых игр

Пособия раздаточные

Флажки разноцветные

Набор кеглей

Кубики малые пластмассовые

Скакалки

Обручи малые пластмассовые

Обручи средние пластмассовые

Обручи большие пластмассовые

Гимнастические палки

Мешочки с песком 200гр

Мешочки с песком 500гр

Гантели пластмассовые

Информационно-методические условия реализации программы .

<p><i>Технологии и пособия</i></p> <p><i>по проблеме:</i></p> <p><i>«Физическое развитие»</i></p>	<p><i>Т.Г.Анисимова «Физическое воспитание детей 2-7 лет: развернутое перспективное планирование по программе под редакцией М.А.Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой» -- Волгоград: Учитель, 2010г. М.М.Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения», ФГОС Мозаика- Синтез 2014г.</i></p> <p><i>Е.Н.Борисова «Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками» -М.:Глобус; Волгоград, Понорама, 2009 Н.Ф.Дик «Увлекательные физкультурные занятия для дошкольников» - «Русское слово» М..2007г.</i></p> <p><i>Н.Н.Ефименко «Двигательно-игровая деятельность. Сценарии игр-занятий 6—7 лет», Москва ДРОФА 2014г.</i></p> <p><i>Н.Н. Ефименко «Физическое развитие ребёнка в дошкольном детстве: методические рекомендации.», Москва ДРОФА 2014г.</i></p> <p><i>М.Ю.Картушина «Оздоровительные занятия с детьми 6-7лет»-Творческий центр «Сфера» М, 2008г</i></p> <p><i>Ю.А.Кирилова «Комплекс упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3—7 лет.», Санкт—Петербург ДЕТСТВО—ПРЕСС 2008г.</i></p> <p><i>Ю.А.Кирилова «Комплекс упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3—7 лет.», Санкт—Петербург ДЕТСТВО—ПРЕСС 2008г</i></p> <p><i>Ю.А.Кириллова, М.Е.Лебедева, Н.Ю.Жидкова «интегрированные физкультурно-речевые занятия для дошкольников с ОНР 4-7 лет»-С-П «Детство Пресс 2005г.</i></p> <p><i>Е.М.Мастюкова «Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с задержкой психического развития»-«Аркти» М.2002г.</i></p> <p><i>О.В.Музыка« Физкультурно-оздоровительная работа: комплексное планирование по программе под редакцией М.А.Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С.Комаровой» - издательство «Учитель» Волгоград 2010г И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика . Комплексы упражнений», ФГОС.Мозаика- Синтез Москва 2016г.</i></p> <p><i>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Подготовительная группа», ФГОС.Мозаика- Синтез Москва 2016г.</i></p> <p><i>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Старшая группа», ФГОС.Мозаика- Синтез Москва 2016г.</i></p> <p><i>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Средняя группа», ФГОС.Мозаика- Синтез Москва 2016г.</i></p> <p><i>Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду. Младшая группа», ФГОС.Мозаика- Синтез Москва 2016г.</i></p>
---	--

Е.И.Подольская «Формы оздоровления детей 4-7 лет», Волгоград «Учитель» 2009г.

Е.И.Подольская «Комплексы лечебной гимнастики для детей 5-7 лет», Волгоград «Учитель» 2009г.

Э.Я.Степаненкова «Сборник подвижных игр», ФГОС.Мозайка-Синтез Москва 2016г.

А.Л. Сиротюк, А.С.Сиротюк «Современная методика развития детей от рождения до 9 лет» - творческий Центр «Сфера» М.2009г. Е.А.Тимофеева,Е.А.Сагайдачная,

Н.Л.Кондратьева «Подвижные игры: хрестоматия и рекомендации». –Методич.пособие. Издат. Дом «Воспитание дошкольника» М.2010г.

К.К.Утробина «Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет» -Издат. «ГНОМ и Д»-М.2008г.

Т.В.Хабарова «Развитие двигательных способностей старших дошкольников» -С-П «Детство-ПРЕСС» 201

3.5. Финансовые условия реализации Программы.

Финансовое обеспечение реализации рабочей Программы опирается на исполнение расходных обязательств, обеспечивающих конституционное право граждан на бесплатное и общедоступное дошкольное образование.

3.6. Планирование образовательной деятельности

Программа не предусматривает жесткого регламентирования образовательного процесса и календарного планирования образовательной деятельности, оставляя педагогам ОУ 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 ОУ.

Планирование деятельности педагогов опирается на результаты педагогической оценки индивидуального развития детей и должно быть направлено в первую очередь на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка, в том числе, на формирование развивающей предметно-пространственной среды.

Планирование деятельности ОУ должно быть направлено на совершенствование ее деятельности и учитывать результаты как внутренней, так и внешней оценки качества реализации программы Организации.

Примеры гибких учебных планов ОУ представлены в комплексной образовательной программе дошкольного образования - ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Основная образовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 368с.

3.7. Режим дня и распорядок

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей. В ДОУ используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

Организованная образовательная деятельность детей	
Базовая	Периодичность
<i>Физическая культура</i>	3 раза в неделю

Образовательная деятельность в ходе режимных моментах детей	
Утренняя гимнастика	ежедневно
Оздоровительно-профилактическая работа	ежедневно

Правила внутреннего распорядка на 2022-2023 учебный год

Режимные моменты на холодный период	Вторая младшая группа № 6	Старшая группа № 7	Подготовительная к школе группа № 4	Средняя группа № 3
Дома Подъем, утренний туалет	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00	6.30-7.00
Прием, осмотр, игры, дежурство, ежедневная утренняя гимнастика	7.00-8.10	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.20
Подготовка к первому завтраку, завтрак	8.10-8.40	8.25-8.50	8.30-8.50	8.20-8.45
Самостоятельная деятельность, игры подготовка к организационной образовательной деятельности	8.40-8.50	8.50-9.00	8.50-9.00	8.45-8.55
Организационная образовательная деятельность	8.50-9.40	9.00-10.05	9.00-10.50	8.55-10.00
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	9.25-9.35	9.40-9.50	10.50-11.00	9.35-9.45
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд)	9.40-11.40	10.05-12.25	11.00-12.35	10.00-12.20
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.40-11.50	12.25-12.40	12.35-12.45	12.20-12.35
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.20	12.40-13.00	12.45-13.00	12.35-13.00
Подготовка к дневному сну, сон	12.20-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.20	15.00-15.25	15.00-15.30	15.00-15.20

Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.25	15.25-15.30	15.30-15.35	15.20-15.25
Игры, занятия со специалистами, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.25-16.05	15.35-16.30	15.30-16.35	15.30-16.25
Подготовка к ужину, ужин	16.05-16.30	16.30-16.40	16.40-16.55	16.25-16.35
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.50	16.40-18.00	16.45-18.10	16.35-17.55
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	17.50-19.00	18.00-19.00	18.10-19.00	17.55-19.00
Дома Прогулка, легкий ужин	19.00-20.00	19.00-19.30	19.00-20.00	19.00-20.00
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30
Ночной сон	20.30-6.30	20.30-6.30	20.30-6.30	20.30-6.30

Регламентация педагогической деятельности

Инструктора по физической культуре

на 2022 – 2023 учебный год

Дни недели	Время	Вид деятельности
Понедельник	14.30-16.00 16.00-17.00 17.00-18.06	Работа с методической литературой Корректировка плана с музыкальным руководителем по выбору музыкального репертуара к комплексам утренней гимнастики и ОРУ Подготовка инвентаря к образовательной организационной деятельности на вторник.
Вторник	7.55-8.30 8.30-9.00 9.00-10.05 10.10-10.35 10.35-11.21	Утренняя гимнастика Подготовка к образовательной организационной деятельности Образовательная организационная деятельность групп № 4, № 7 Организация предметно-развивающей среды на улице Обработка спортивного инвентаря
Среда	14.30-15.00 15.00-15.15 15.15-16.00 16.00-17.00 17.00-17.40 17.40-18.06	Оформление документации Подготовка к образовательной организационной деятельности Образовательная организационная деятельность групп № 6, № 3 Консультативная деятельность с воспитателями Разработка сценариев к спортивным мероприятиям Обработка спортивного инвентаря

Четверг	7.55-8.30 8.30-9.00 9.00-10.10 10.10-10.50 10.50-11.21	Утренняя гимнастика Подготовка к образовательной организационной деятельности Образовательная организационная деятельность групп № 4, № 7 Консультативная деятельность со специалистами Обработка спортивного инвентаря
Пятница	14.30-15.00 15.00-15.15 15.15-16.00 16.00-17.00 17.00-17.40 17.4-18.06	Просмотр методической литературы Подготовка к образовательной организационной деятельности Образовательная организационная деятельность групп № 6, № 3 Консультативная деятельность с родителями Организация предметно-развивающей среды в физкультурном зале Обработка спортивного инвентаря

3.8. Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания Программы и обеспечивающих ее реализацию нормативно-правовых, финансовых, научно-методических, кадровых, информационных и материально-технических ресурсов.

В комплексной образовательной программе дошкольного образования - ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Основная образовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 368с.

3.9. Перечень нормативных и нормативно-методических документов

1. Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года.— ООН 1990.

2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014, с изм. от 02.05.2015) «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Официальный интернет-портал правовой информации: — Режим доступа: pravo.gov.ru..

3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».

4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р о Концепции дополнительного образования детей.

5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р о Стратегии развития воспитания до 2025 г.[Электронный ресурс].— Режим доступа:<http://government.ru/docs/18312/>.

6.Распоряжение Министерство просвещения Российской федерации от 9.09.2019 № Р-93 Об утверждении примерного положения о психолого-педагогическом консилиуме образовательной организации.

7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 19 декабря 2013 г. № 68 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3147-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к дошкольным группам, размещенным в жилых помещениях жилищного фонда».

8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» // Российская газета. – 2013. – 19.07 (№ 157).

9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 3 июня 2003 г. № 118 (ред. от 03.09.2010) «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03» (вместе с «СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03. 2.2.2. Гигиена труда, технологические процессы, сырье, материалы, оборудование, рабочий инструмент. 2.4. Гигиена детей и подростков. Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы», утв. Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 30 мая 2003 г.) (Зарегистрировано в Минюсте России 10 июня 2003 г., регистрационный № 4673)

10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384).

11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 22 декабря 2009 г., регистрационный № 15785).

12. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 1 февраля 2011 г., регистрационный № 19644).

13. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 (ред. от 29.12.2014) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (зарегистрирован Минюстом России 7 июня 2012 г., регистрационный № 24480).

14. Приказ Минздравсоцразвития России от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (Зарегистрирован в Минюсте России 6 октября 2010 г. № 18638)

15. Письмо Минобрнауки России «Комментарии к ФГОС ДО» от 28 февраля 2014 г. № 08-249 // Вестник образования. – 2014. – Апрель. – № 7.

16. Письмо Минобрнауки России от 31 июля 2014 г. № 08-1002 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации полномочий субъектов Российской Федерации по финансовому обеспечению реализации прав граждан на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования).

17.

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г. Москва "Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года"

18. СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций", утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29 мая 2013 г., регистрационный № 28564).

19. Указ президента № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» от 24 декабря 2014 г.

20. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

21. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N Финансовое обеспечение реализации образовательной программы дошкольного образования опирается на исполнение расходных обязательств, обеспечивающих государственные гарантии прав на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования. 1155)

10. Перечень литературных источников

Физическое развитие	Физическая культура в детском саду	<p>ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Основная образовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 368с.</p> <p>Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду. Младшая группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2016. – 80с.</p> <p>Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду. Средняя группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2016. – 112с.</p> <p>Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду. Старшая группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2014. – 128с.</p> <p>Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2016. – 112с.</p>
---------------------	------------------------------------	--

Приложение № 1. Расписание ООД МБДОУ № 210 на учебный 2022-2023год .

Приложение № 2. Расписание ООД по физическому развитию в холодный период на 2022-2023 учебный год

Приложение № 3. Годовой план инструктора по физической культуре.

Приложение № 4. График работы инструктора по физической культуре.

Приложение № 5. Регламентация рабочего времени инструктора по физической культуре.