

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №257»  
МАДОУ «Детский сад №257»

ПРИНЯТА  
на заседании Педагогического совета  
МАДОУ «Детский сад № 257»  
Протокол № 3 от 25.08.2023

УТВЕРЖДЕНА  
приказом заведующего  
МАДОУ «Детский сад № 257»  
\_\_\_\_\_ С. С. Овечкина  
№ 102-осн от 25.08.2023

**Рабочая программа  
инструктора по физической культуре**  
муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения  
«Детский сад № 257»  
на 2023/2024 учебный год

Разработчик  
Пинягина М.А.

Барнаул, 2023

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>№</b>	<b>Название раздела</b>	<b>страница</b>
<b>1</b>	<b>Целевой раздел</b>	<b>3</b>
1.1	Пояснительная записка	<b>3</b>
	Цели и задачи Программы	<b>3</b>
	Принципы и подходы к формированию Программы	<b>4</b>
1.2	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики.	<b>4</b>
1.3	Планируемые результаты освоения Программы	<b>13</b>
1.4	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	<b>18</b>
<b>2.</b>	<b>Содержательный раздел</b>	<b>19</b>
2.1	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка	<b>19</b>
2.2.	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся специфики их образовательных потребностей и интересов	<b>36</b>
2.3.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	<b>43</b>
2.4.	Способы и направления поддержки детской инициативы	<b>46</b>
2.5.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	<b>49</b>
2.6.	Направления и задачи, содержание коррекционно-развивающей работы	<b>54</b>
2.7.	Рабочая программа воспитания	<b>55</b>
<b>3.</b>	<b>Организационный раздел</b>	<b>60</b>
3.1.	Психолого-педагогические условия реализации программы	<b>60</b>
3.2.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	<b>62</b>
3.3.	Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	<b>62</b>
3.4.	Кадровые условия реализации Программы	<b>65</b>
3.5	Примерный режим и распорядок дня в дошкольных группах	<b>65</b>
<b>4.</b>	<b>Дополнительный раздел</b>	<b>71</b>
<b>5</b>	<b>Лист внесения дополнений и изменений</b>	<b>73</b>
	ПРИЛОЖЕНИЕ	<b>74</b>

## **1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### **1.1. Пояснительная записка**

Рабочая программа образовательной деятельности инструктора по физической культуре (далее – Программа) разработана на основе образовательной программы дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №257» (далее – ДОО) и предусмотрена для организации образовательной деятельности с детьми в возрасте от 6-7 лет.

Программа является нормативно-управленческим документом, определяет содержание и организацию образовательной деятельности.

Программа структурирована в соответствии с требованиями Федеральной образовательной программы дошкольного образования (ФОП ДО) и содержит три основных раздела: целевой, содержательный, организационный. Включает обязательную часть и часть, формируемую участниками образовательных отношений. Программа инструктора по физической культуре обеспечивает развитие детей от 1,5 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по физическому развитию.

Срок реализации программы – 1 год. Воспитание и обучение воспитанников осуществляется на государственном языке РФ – русском.

#### **Цели и задачи реализации Программы (обязательная часть).**

**Целью** Программы: является разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

К традиционным российским духовно-нравственным ценностям относятся, прежде всего, жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России.

Цель Программы достигается через решение следующих **задач**:

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

### **Принципы и подходы к формированию Программы.**

Программа построена на принципах и подходах ДО, установленных ФГОС ДО:

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые);
- признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество ДОО с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёт этнокультурной ситуации развития детей.

#### **Часть, формируемая участниками образовательных отношений:**

В части, формируемой участниками образовательных отношений для детей - инвалидов предусмотрена деятельность педагогов по психолого-педагогическому сопровождению воспитанников.

Цель

– создание условий для всестороннего развития ребенка – инвалида в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников

Задачи

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

### **1.2. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики**

В соответствии с Уставом ДОО возрастная периодизация контингента обучающихся определяет наличие групп: вторая группа раннего возраста, младшая, средняя, старшая, подготовительная к школе. Все группы в ДОО общеразвивающей направленности.

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности с обучающимися дошкольной организации и обеспечивает развитие личности детей

дошкольного возраста с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

### **Особенности развития детей 2-3 лет (2-я группа раннего возраста)**

На третьем году жизни ребёнок становится самостоятельнее. Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно-деловое общение ребёнка и взрослого; совершенствуется восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление. Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Развиваются действия соотносящие и орудийные. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребёнка. В ходе совместной с взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять простые совместные просьбы взрослых в пределах видимой наглядной ситуации. Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребёнку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых. Интенсивно развивается активная речь детей. К 3 годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить простые предложения, в разговоре с взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1000-1500 слов. К концу 3-го года жизни речь становится средством общения ребёнка со сверстниками. В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование. Игра. Игра носит процессуальный характер, главное в ней действия. Они совершаются с игровыми предметами, приближёнными к реальности. В середине 3-го года жизни появляются действия с предметами-заместителями. Изобразительная деятельность. Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребёнок уже способен сформулировать намерение изобразить как-либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» - окружности и отходящих от неё линий. Зрительное и слуховое ориентирование. К 3-му году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из двух-трёх предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь. Слуховое восприятие. Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К 3-м годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями. Мышление. Основной формой мышления становится наглядно-действенное. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребёнка проблемные ситуации решаются путем реального действия с предметами. К концу третьего года жизни у детей появляются зачатки наглядно-образного мышления. Ребёнок в ходе предметно-игровой деятельности ставит перед собой цель, намечает план действия и т.п. Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляется чувство гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом трёх лет, ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого, у него формируется образ «Я». Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, нарушением общения с взрослым, упрямством и др. кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

### **Особенности развития детей 3-4 лет (младший возраст).**

Каждый возрастной период имеет определенную специфику развития. Есть такие особенности и у детей четвертого года жизни. Показателями физического развития детей являются рост, вес, окружность грудной клетки, состояние костной и мышечной систем, внутренних органов, а также уровень развития моторики, то есть их физической подготовленности.

Рост ребенка на четвертом году жизни несколько замедляется относительно предыдущего периода – первых трех лет. Так, если к 2 годам рост детей увеличивался в среднем на 10–12 см, к 3 годам – на 10 см, то к 4 годам – всего на 6–7 см. В 3 года средний рост мальчиков равен 92,7 см, девочек – 91,6 см, соответственно в 4 года – 99,3 см и 98,7 см – ростовые показатели почти одинаковы. Рост детей четвертого года жизни находится во взаимосвязи с развитием основных видов движений – прыжков, бега, метания, равновесия. Дети высокого роста бегают быстрее сверстников, а невысокие ребята делают относительно мелкие шаги, но дополняют их высоким темпом передвижения. Способность к быстрому бегу определяется также индивидуальными различиями, координационными возможностями, которые в данной возрастной группе еще не велики.

В возрасте от трех до шести лет годовые увеличения в весе также примерно одинаковы для детей обоего пола. Прибавка в весе составляет в среднем 1,5–2 кг. В 3 года вес мальчиков составляет 14,6 кг, а девочек – 14,1 кг. К 4 годам это соотношение изменяется, соответственно составляя 16,1 кг и 15,8 кг. Окружность грудной клетки увеличивается, но разница между мальчиками и девочками по этому показателю незначительна. В 3 года эта величина составляет 52,6 см (мальчики) и 52 см (девочки), в 4 года – 53,9 см и 53,2 см.

Общей закономерностью развития опорно-двигательного аппарата в ранние периоды детства является его гибкость и эластичность. По мере роста ребенка происходит срастание отдельных костей черепа и его окончательное формирование. К 3–4 годам завершается срастание затылочной кости. К четырем годам приобретает свою форму и височная кость, завершается формирование межкостных швов. Объем черепа продолжает увеличиваться, достигая к трем годам 80 % объема черепа взрослого человека.

Гибкость и подвижность позвоночника обеспечиваются наличием значительного процента хрящевой ткани. Физиологические изгибы позвоночника в 3–4 года неустойчивы, кости и суставы легко подвергаются деформации под влиянием неблагоприятных воздействий. Например, если малыш часто лепит из слишком жесткого пластилина, суставы пальцев могут деформироваться. Отрицательно влияет на развитие опорно-двигательного аппарата излишний вес ребенка. Неправильные позы (сведение плеч, опускание одного плеча, сильный наклон головы вперед и вниз) могут стать привычными и привести к нарушению осанки, что, в свою очередь, отрицательно сказывается на функции кровообращения и дыхания. Физические упражнения нужно подбирать так, чтобы нагрузка распределялась равномерно на все части тела. При проведении упражнений общеразвивающего характера использовать различные исходные положения – сидя, лежа, на спине, животе и т. д. При выполнении упражнений стоя, это в основном стойка ноги на ширине стопы или плеч. Стойка "ноги вместе" неустойчива и нецелесообразна, поэтому используется редко.

Утомляет ребенка и отрицательно сказывается на состоянии и развитии опорно-двигательного аппарата длительное пребывание в статической позе. Если педагог перед выполнением упражнения долго выравнивает детей, многословно объясняет задание, порой до 1–1,5 минут, это снижает двигательную активность, отрицательно сказывается на осанке детей, их внимании, выполнении упражнений. Продолжительность объяснений не должна превышать 20–25 секунд (многое зависит от сложности задания, в этом случае надо перевести детей в положение сидя).

При обучении основным видам движений – равновесию и прыжкам, как правило, используют поточный способ организации детей. В упражнениях с мячами (катание, перебрасывание, бросание и ловля мяча) обычно используют фронтальный способ организации, что повышает двигательную активность детей и увеличивает моторную плотность занятия в целом. Необходимо соблюдать определенную дозировку физических

упражнений. Так, количество упражнений общеразвивающего характера составляет 4–5 и повторяется 4–5 раз. Темп проведения упражнений и необходимые паузы зависят от физической подготовленности детей каждой конкретной группы.

Рост и развитие костей в большей мере связаны с работой мышц. Мышечный тонус (упругость) у младших дошкольников еще недостаточный. В развитии мышц выделяют несколько узловых возрастов. Один из них – 3–4 года. В этот период диаметр мышц увеличивается в 2–2,5 раза, происходит дифференциация мышечных волокон. Строение мышц, характерное для детей четвертого года жизни, сохраняется без существенных изменений до шестилетнего возраста.

В упражнениях при поднимании рук вверх, в стороны, при наклонах, поворотах и приседаниях малыши осваивают навыки владения телом. Однако для правильного воздействия на ту или иную группу мышц необходимы определенные исходные положения. В этом возрасте дети способны понять поставленную перед ними задачу – встать, ноги на ширину стопы или на ширину плеч и т. д.

Особенности строения дыхательных путей у детей дошкольного возраста (узкие просветы трахеи, бронхов и т. д., нежная слизистая оболочка) создают предрасположенность к нежелательным явлениям.

Рост легких с возрастом происходит за счет увеличения количества альвеол и их объема, что важно для процессов газообмена. Жизненная емкость легких в среднем равна 800–1100 мл. В раннем возрасте главной дыхательной мышцей является диафрагма, поэтому у малышей преобладает брюшной тип дыхания.

Ребенок 3–4 лет не может сознательно регулировать дыхание и согласовывать его с движением. Важно приучать детей дышать носом естественно и без задержки. При выполнении упражнений следует обращать внимание на момент выдоха, а не вдоха. Если во время бега или прыжков дети начинают дышать через рот – это сигнал к тому, чтобы снизить дозировку выполняемых заданий. Упражнения в беге длятся 15–20 секунд (с повторением). Для малышей полезны упражнения, требующие усиленного выдоха: игры с пушинками, легкими бумажными изделиями.

Сердечно-сосудистая система ребенка, по сравнению с органами дыхания, лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребенка работает хорошо лишь при условии посильных нагрузок.

О реакции организма на физическую нагрузку судят по внешним признакам утомления: отвлекаемость, общая слабость, одышка, побледнение или покраснение лица и нарушение координации движений. Развитие высшей нервной деятельности, особенно в раннем возрасте, во многом зависит от морфологического развития коры больших полушарий. В дальнейшем продолжается совершенствование центральной нервной системы, как морфологическое, так и функциональное.

Внимание детей 3–4 лет еще неустойчиво, легко нарушается при изменении окружающей обстановки, под влиянием возникающего ориентировочного рефлекса. Если в момент объяснения упражнения в зал входит взрослый, дети сразу отвлекаются. Педагог должен быстро и умело переключать их внимание на учебное задание. При проведении упражнений следует учитывать, что двигательные умения, формируемые у детей, непрочны и требуют многократных повторений, даже если упражнения несложны по своей структуре. Воспитатель сначала выполняет упражнение 2–3 раза вместе с детьми и поясняет его. Затем следит за тем, как малыши самостоятельно справляются с заданием, дает им указания, помогает. Это приучает детей к самостоятельности и формирует осознанность действий. В момент выполнения упражнений ребенок не всегда может понять указания воспитателя и тогда ему следует оказать непосредственную помощь, например, повернуть его корпус, придать руке нужное положение и т. д.

Вновь приобретенные умения и навыки могут быть реализованы не только на физкультурных занятиях, но и в жизненно важной самостоятельной двигательной деятельности детей.

### **Особенности развития детей 4-5 лет**

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

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

При нормальной двигательной активности рост усиливается, а при гиподинамии ребенок может иметь избыточный вес, но недостаточный для своего возраста рост.

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

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

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

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

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

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

Во время оздоровительной гимнастики и физкультурных занятий важна правильная дозировка физических упражнений, укрепляющих мышцы спины, шеи, рук, ног - не более 5-6 повторений. Мышцы развиваются в определенной последовательности: сначала крупные мышечные группы, потом мелкие. Поэтому следует дозировать нагрузку, в частности для мелких мышечных групп, например, при выполнении трудовых поручений: так; во время уборки сухих листьев вес груза на носилках не должен превышать 2,5 кг. Вместе с тем следует по возможности развивать у детей мускулатуру предплечья и кисти: на физкультурных занятиях использовать упражнения с мячами, кубиками, флажками; в быту учить ребят пользоваться вилкой, застегивать мелкие пуговицы (но их не должно быть много); в играх предлагать мелкие кубики, кегли, простейший конструктор.

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

В то же время строение легочной ткани еще не завершено. Носовые и легочные ходы у детей сравнительно узки, что затрудняет поступление воздуха в легкие. Поэтому ни увеличивающаяся к 4-5 годам подвижность грудной клетки, ни более частые, чем у взрослого, дыхательные движения в дискомфортных условиях не могут обеспечить полной потребности ребенка в кислороде. У детей, находящихся в течение дня в



помещении, появляется раздражительность, плаксивость, снижается аппетит, становится тревожным сон. Все это - результат кислородного голодания, поэтому важно, чтобы сон, игры и занятия проводились в теплое время года на воздухе.

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

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

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

Высшая нервная деятельность. Центральная нервная система является основным регулятором механизмов физиологических и психических процессов. Нервные процессы - возбуждение и торможение - у ребенка, как и у взрослого, характеризуются тремя основными свойствами: силой, уравновешенностью и подвижностью. К 4-5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов. Особенно характерно для детей данного возраста совершенствование межанализаторных связей и механизмов взаимодействия сигнальных систем. К пяти годам усиливается эффективность педагогического воздействия, направленного на концентрацию нервных процессов. Поэтому на занятиях и в быту следует предлагать упражнения, совершенствующие реакции ребенка на какой-либо сигнал: вовремя остановиться, изменить направление или темп движения и т. д.

#### **Особенности развития детей 5-7 лет.**

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

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития неодинаковы. Сращение частей решетчатой кости черепа, и окостенение слухового прохода заканчиваются к шести годам. Сращение же между собой частей затылочной, основной и обеих половин лобной костей черепа к этому возрасту еще не завершено. Между костями черепа сохраняются хрящевые зоны, поэтому рост головного мозга продолжается (окружность головы ребенка к шести годам равна примерно 50 см). Эти размеры необходимо учитывать при изготовлении атрибутов для праздничных утренников и подвижных игр. Окостенение опорных костей носовой перегородки начинается с 3—4 лет, но к шести годам еще не окончено. Эти особенности воспитатель должен учитывать при проведении подвижных игр, игровых упражнений и физкультурных занятий, так как даже самые легкие ушибы в области носа и уха могут привести к травмам.

Наибольшая вероятность травм возникает при выполнении упражнений, связанных с уменьшением площади опоры — ходьба по скамейке, рейке, при прыгивании, когда дети легко теряют равновесие; в упражнениях с мячом — у ребенка достаточно силы, чтобы добросить его до партнера, но несовершенная координация может исказить направление полета, и тогда мяч попадает не в руки, а в лицо; поэтому детям необходимо давать точные указания, напоминать, что мяч нужно бросать в руки партнеру.

Позвоночный столб ребенка 5—7 лет чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. При излишней массе тела, а также при неблагоприятных условиях (например, при частом поднятии тяжестей) осанка ребенка нарушается: может появиться вздутый или отвислый живот, плоскостопие, у мальчиков образоваться грыжа. Поэтому во время выполнения детьми трудовых поручений воспитатель должен следить за посильностью физических нагрузок. Например, чтобы вынести пособия и мелкий инвентарь на участок, или перенести пособия в зал, необходимо привлечь одновременно нескольких детей.

Эластичность и гибкость детской кости могут стать причиной травм не только конечностей, но и позвоночника (при падении с качелей, горки и т. д.). Следует также учитывать, что при падении ребенка с горки, столкновении с санками, ударах лыжами легко могут возникать повреждения брюшной полости (печени, почек, селезенки).

Диспропорционально формируются у дошкольников и некоторые суставы. Например, в период до 5 лет сумка локтевого сустава у ребенка растет быстро, а кольцеобразная связка, удерживающая в правильном положении головку лучевой кости, оказывается слишком свободной. Вследствие этого нередко возникает подвывих (если потянуть малыша за руку). Педагог должен обязательно предупреждать об этом родителей.

У детей 5—7 лет наблюдается и незавершенность строения стопы. В связи с этим необходимо предупреждать появление и закрепление у детей плоскостопия, причиной которого могут стать обувь большего, чем нужно, размера, излишняя масса тела, перенесенные заболевания. Воспитателю следует прислушиваться к жалобам детей на усталость и боль в ногах при ходьбе и когда они стоят.

В развитии мышц выделяют несколько этапов. Один из них — это возраст 6 лет. К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают задания в ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Оно зависит от степени взаимодействия проприоцептивных, вестибулярных и других рефлексов, а также от массы тела и площади опоры. С возрастом показатели сохранения устойчивого равновесия у ребенка улучшаются. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками. В целом в старшей группе детям по-прежнему легче удаются упражнения, где имеется большая площадь опоры. Но возможны и недлительные упражнения, требующие опоры на одну ногу, например в подвижных играх: «Сделай фигуру», «Не оставайся на полу», «Совушка» и др. Благодаря опыту и целенаправленным занятиям физической культурой (занятия, игровые упражнения, подвижные игры) упражнения по технике движений дети шестилетнего возраста выполняют более правильно и осознанно. Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, а это означает, что появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию воспитателя, т. е. менять темп.

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

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

Развитие центральной нервной системы характеризуется ускоренным формированием морфофизиологических признаков. Так, поверхность мозга шестилетнего ребенка

составляет уже более 90% размера коры головного мозга взрослого человека. Бурно развиваются лобные доли мозга; дети старшего дошкольного возраста осознают последовательность событий, понимают сложные обобщения.

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

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

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

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

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

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

Жизненная емкость легких у пяти - шестилетних детей в среднем равна 1100—1200 см<sup>3</sup>, но она зависит и от многих факторов: длины тела, типа дыхания и др. Число дыханий в минуту в среднем —25. Максимальная вентиляция легких к 6 годам составляет примерно 42 дм<sup>3</sup> воздуха в минуту. При выполнении гимнастических упражнений она увеличивается в 2—7 раз, а при беге — ее больше.

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

Прыжки через короткую скакалку ребята могут выполнять в течение достаточно длительного времени (13—15 мин). Потребность в двигательной активности у многих ребят настолько велика, что врачи и физиологи период от 5 до 7 лет называют «возрастом двигательной расточительности». Задачи педагога заключаются в контроле за двигательной деятельностью своих воспитанников, с учетом проявляемой ими индивидуальности, предупреждении случаев гиподинамии и активизации тех, кто предпочитает «сидячие» игры.

### **Характеристика особенностей развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата**

ДОО посещают 1 ребенок-инвалид с нарушением опорно-двигательного аппарата. Термин «нарушение опорно-двигательного аппарата» (далее-НОДА) носит собирательный характер и включает в себя двигательные расстройства, имеющие генез органического или периферического типа. При легкой степени двигательных нарушений дети ходят самостоятельно, уверенно как в помещении, так и за его пределами. Они полностью себя обслуживают, у них достаточно развита манипулятивная деятельность. Однако у детей могут наблюдаться неправильные патологические позы и положения, нарушения походки, их движения недостаточно ловкие, замедленные. Снижена мышечная

сила, имеются недостатки функциональных возможностей кистей и пальцев рук (мелкой моторики). Дети не имеют выраженных нарушений интеллектуального развития.

Дети данной категории нуждаются в психологической поддержке на фоне систематического ортопедического лечения и соблюдения щадящего индивидуального двигательного режима. Дети с астеническими проявлениями отличаются повышенной чувствительностью к различным раздражителям, эмоциональной возбудимостью, истощаемостью, часто заторможенностью в поведении, которая проявляется в виде пугливости, страха перед всем новым, неуверенности в своих силах. У этих детей часто возникают ситуационные конфликтные переживания в связи с неудовлетворением их стремления к лидерству. Этому в значительной степени способствует воспитание по типу гиперопеки, которая ведет к подавлению естественной активности ребенка. Все дети с НОДА нуждаются в совокупности медико-психолого-педагогических мероприятий, учитывающих особенности развития этих детей на разных возрастных этапах и направленных на их адаптацию в образовательное пространство. Особые образовательные потребности у детей с НОДА задаются спецификой двигательных нарушений, а также спецификой нарушения психического развития, и определяют особую логику учебного процесса, находят своё отражение в структуре и содержании образования.

На всех этапах образования должно быть обеспечено взаимодействие всех специалистов, осуществляющих психолого-педагогическое сопровождение, участвующих в проектировании индивидуального образовательного маршрута.

#### **Характеристика особенностей развития детей с соматическими заболеваниями (нарушение работы ЖКТ)**

ДОО посещает 1 ребенок с нарушением работы ЖКТ. Дети с соматическими заболеваниями, не имеющие видимых дефектов, имеющие сохраненный интеллект и с первого взгляда ничем не отличающиеся от остальных. У таких детей слабо развита познавательная сфера, отмечается недоразвитие личности, интеллектуальная пассивность, ограниченный объем принятой информации, низкая способность к обобщениям, быстрая потеря интереса к занятиям.

#### **Другие значимые для разработки и реализации Программы характеристики**

При реализации Программы проводится оценка индивидуального развития детей. Сбор информации, оценку развития ребенка, и проектирование образовательного процесса на основании полученных выводов проводятся при участии родителей (при их согласии) посредством наблюдения за ребенком в естественных ситуациях. Таким образом, сама деятельность детей в заданных образовательных условиях дает педагогу и родителям возможность непосредственно, через обычное наблюдение получать представление об их развитии в отношении к психолого-педагогической нормативной картине. При этом, наблюдаемые и фиксируемые тем, или иным образом функциональные приобретения ребенка не должны рассматриваться как самоцель, а лишь как средство развития его самоопределяющейся в человеческой культуре и социуме личности.

##### ***Обязательная часть программы.***

Результаты мониторинга используются для решения следующих задач:

- индивидуализация образования (поддержка ребенка, построение его образовательной траектории, профессиональная коррекция особенностей его развития);
- оптимизация работы с группой.

Фиксирование достижений ребенка осуществляется в конце учебного года.

В соответствии с Законом РФ №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и ФГОС ДО квалифицированная коррекция недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей детей-инвалидов, детей по ППк осуществляется в

форме реализации психолого-педагогического сопровождения на основании ИПРА. Для коррекционной работы с детьми - инвалидами, осваивающими основную программу, совместно с другими детьми, в общеразвивающих группах, создаются условия в соответствии с планом реализации индивидуально ориентированных мероприятий, обеспечивающих удовлетворение образовательных потребностей.

### **Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

*Значимые для разработки и реализации обязательной части Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста, значимы в равной степени и для части Программы, формируемой участниками образовательных отношений.*

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей-инвалидов, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

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

При реализации Программы (часть формируемая участниками образовательных отношений) фиксирование достижений ребенка осуществляется в конце учебного года.

### **1.3. Планируемые результаты освоения Программы**

#### **Обязательная часть.**

**Планируемые результаты освоения Программы в каждой возрастной группе, конкретизирующие требования ФГОС к целевым ориентирам по ФОП.**

#### **Обязательная часть.**

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного возраста и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому планируемые результаты освоения Программы представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка дошкольного возраста на разных возрастных этапах и к завершению ДО.

В соответствии с периодизацией психического развития ребёнка согласно культурно-исторической психологии, дошкольное детство подразделяется на: ранний (от двух до трех лет) и дошкольный возраст (от трех до семи лет).

Обозначенные в Программе возрастные ориентиры имеют условный характер, что предполагает широкий возрастной диапазон для достижения ребёнком планируемых результатов. Это связано с неустойчивостью, гетерохронностью и индивидуальным темпом психического развития детей в дошкольном детстве, особенно при прохождении критических периодов. По этой причине ребёнок может продемонстрировать обозначенные в планируемых результатах возрастные характеристики развития раньше или позже заданных возрастных ориентиров.

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения Программы. Обозначенные различия не должны быть констатированы как трудности ребёнка в освоении Программы и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

Результаты освоения образовательной Программы представлены в виде целевых ориентиров (социально-нормативных возрастных характеристик возможных достижений ребенка раннего и дошкольного возраста), которые достигаются на этапе завершения уровня дошкольного образования.

К целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

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

### **Вторая группа раннего возраста (2-3 года)**

- Умеет самостоятельно одеваться и раздеваться в определенной последовательности.
- Проявляет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).
- При небольшой помощи взрослого пользуется индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком).
- Умеет самостоятельно есть.
- Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь на других детей.
- Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед и т. д.
- Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч. Умеет ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезть через бревно, лежащее на полу

### **Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

#### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры.

Самостоятельно или после напоминания взрослого соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.

Приучен к опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).

#### **Физическая культура**

Антропометрические показатели(рост, вес) в норме.

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

Умеет действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения.

Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление.

Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями.

Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.

Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.

Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см.

Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Пользуется физкультурным оборудованием в свободное время.

### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

Соблюдает элементарные правила гигиены (по мере необходимости моет руки с мылом, пользуется расческой, носовым платком, прикрывает рот при кашле).

Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания. Соблюдает элементарные правила приема пищи (правильно пользуется столовыми приборами, салфеткой, полоскает рот после еды).

Знаком с понятиями "здоровье" и "болезнь".

Обращается за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Имеет элементарные представления о некоторых составляющих здорового образа жизни: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены.

Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

### **Физическая культура**

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме.

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой.

Отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.

Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.

умеет строится в колонну по одному, парами в круг, в шеренгу.

Может самостоятельно скользить по ледяным дорожкам (длина 5 м).

Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняет поворот переступанием, поднимается на горку.

Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.

Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

Сформированы навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых).

Сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком).

Владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом.

Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.

Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

### **Физическая культура**

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме.

Владеет соответствующими возрасту основными движениями.

Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.

Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Выполняет ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темпа.

Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.

Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.

Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.

Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2км; ухаживает за лыжами.

Умеет кататься на самокате.

Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

Умеет плавать (произвольно).

### **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

#### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Соблюдает основные правила личной гигиены (быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, поласкает рот после еды, моет ноги перед сном, правильно пользуется носовым платком и расческой, следит за своим внешним видом, быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви).

Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха, и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье).

#### **Физическая культура**

Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.

Правильно выполняет все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).

Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в высоту с места на расстояние не менее 100 см, с разбега-180см; в высоту с разбега - не менее 50 см; прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.

Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель.

Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на "первый-второй", соблюдать интервалы во время передвижения.

Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.

Следит за правильной осанкой.

Ходит на лыжах переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.

Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис). Плавает произвольно на расстояние 15 м.

#### **Часть, формируемая участниками образовательных отношений:**

#### **Целевые ориентиры освоения Программы детьми дошкольного возраста с НОДА**

Целевые ориентиры дошкольного образования - представляют собой социально – нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на этапе завершения уровня ДО; определяются независимо от форм реализации Программы, а также от её характера, особенностей развития детей; не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), не являются



основой объективной оценки подготовки детей.

*К четырем годам ребенок:*

- способен к устойчивому эмоциональному контакту со взрослым и сверстниками;
- понимает названия предметов, действий, признаков, встречающихся в повседневной речи;
- понимает и выполняет словесные инструкции, выраженные различными по степени сложности синтаксическими конструкциями;
- соблюдает в игре элементарные правила;
- осуществляет перенос, сформированных ранее игровых действий в различные игры;
- проявляет интерес к действиям других детей, может им подражать;
- замечает несоответствие поведения других детей требованиям взрослого;
- выражает интерес и проявляет внимание к различным эмоциональным состояниям человека;
- выбирает из трех предметов разной величины «самый большой» («самый маленький»);
- планирует основные этапы предстоящей работы с помощью взрослого;
- выражает стремление осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.);
- обладает навыками элементарной ориентировки в пространстве;
- реагирует на сигнал и действует в соответствии с ним;
- стремится принимать активное участие в подвижных играх;
- использует предметы домашнего обихода, личной гигиены, выполняет орудийные действия с предметами бытового назначения с незначительной помощью взрослого;
- с помощью взрослого стремится поддерживать опрятность во внешнем виде, выполняет основные культурно-гигиенические действия, ориентируясь на образец и словесные просьбы взрослого.

*К шести годам ребенок:*

- проявляет мотивацию к занятиям, попытки планировать (с помощью взрослого) деятельность для достижения какой-либо (конкретной) цели;
- стремится к самостоятельности, проявляет относительную независимость от взрослого;
- проявляет доброжелательное отношение к детям, взрослым, оказывает помощь в процессе деятельности, благодарит за помощь;
- занимается доступным продуктивным видом деятельности, не отвлекаясь, в течение некоторого времени (15–20 минут);
- осуществляет «пошаговое» планирование с последующим словесным отчетом о последовательности действий сначала с помощью взрослого, к концу периода обучения, самостоятельно;
- может самостоятельно получать новую информацию (задает вопросы, экспериментирует);
- выполняет двигательные цепочки из трех-пяти элементов;
- выполняет общеразвивающие упражнения с учетом особенностей двигательного развития;
- элементарно описывает по вопросам взрослого свое самочувствие, может привлечь его внимание в случае плохого самочувствия, боли и т. п.

Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы детьми с НОДА.

*К семи-восемью годам ребенок:*

- обладает сформированной мотивацией к школьному обучению;
- участвует в коллективном создании замысла в игре и на занятиях;
- передает как можно более точное сообщение другому, проявляя внимание к собеседнику;
- регулирует свое поведение в соответствии с усвоенными нормами и правилами,

проявляет кооперативные умения в процессе игры, соблюдая отношения партнерства, взаимопомощи, взаимной поддержки;

– отстаивает усвоенные нормы и правила перед ровесниками и взрослыми, стремится к самостоятельности, проявляет относительную независимость от взрослого;

– выполняет доступные движения и упражнения по словесной инструкции взрослых; 36 – знает и подчиняется правилам игр, игр с элементами спорта;

– владеет элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

#### **1.4. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов**

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Педагогическая диагностика проводится в виде мониторинга, что предполагает непрерывный процесс наблюдения, а также учёта критериев и показателей, а фиксация данных проводится на начало и конец учебного года.

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка.

Педагогическая диагностика не предполагает специально созданных для её проведения мероприятий, которые могут привести к нарушению режима и переутомлению детей. Также педагогическая диагностика не предполагает жестких временных рамок, т.к. это противоречит сути мониторинга, возрастным особенностям обучающихся, а также содержания ФГОС ДО.

Используется система педагогической диагностики разработанной Н.В. Верещагиной, содержание которой представлено в пособии:

- Н.В.Верещагина: «Диагностика педагогического процесса в первой младшей группе (с 2 до 3 лет) дошкольной образовательной организации. Разработано в соответствии с ФГОС.
- Н.В.Верещагина: «Диагностика педагогического процесса во второй младшей группе (с 3 до 4 лет) дошкольной образовательной организации. Разработано в соответствии с ФГОС.
- Н.В.Верещагина: «Диагностика педагогического процесса в средней группе (с 4 до 5 лет) дошкольной образовательной организации. Разработано в соответствии с ФГОС.
- Н.В.Верещагина: «Диагностика педагогического процесса в старшей группе (с 5 до 6 лет) дошкольной образовательной организации. Разработано в соответствии с ФГОС.
- Н.В.Верещагина: «Диагностика педагогического процесса в подготовительной к школе группе (с 6 до 7 лет) дошкольной образовательной организации.

Пособие раскрывает процедуру оценки индивидуального развития детей в рамках реализации Программы.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

оптимизации работы с группой детей.

Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует РППС, мотивирующую активную творческую деятельность воспитанников, составляет индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной Программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс.

При необходимости используется психологическая диагностика развития детей (выявление и изучение индивидуально-психологических особенностей детей, причин возникновения трудностей в освоении образовательной программы), которую проводит квалифицированный специалист (педагог-психолог). Участие ребёнка в психологической диагностике допускается только с согласия его родителей (законных представителей). Результаты психологической диагностики могут использоваться для решения задач психологического сопровождения и оказания адресной психологической помощи.

*Часть, формируемая участниками образовательных отношений:*

*Подходы к проведению диагностики в части Программы, формируемой участниками образовательных отношений, полностью совпадают с подходами к диагностике обязательной части Программы.*

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. Описание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»**

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

#### **Основные цели и задачи:**

- Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
- Физическая культура.
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

#### **2-3 года**

#### **Основные задачи образовательной деятельности**

обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазание, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;

развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве; поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;

формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям; укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

### ***Содержание образовательной деятельности***

Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно,

реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребёнка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля: скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50-100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100-125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребёнка с расстояния 1-1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м;

ползание и лазание: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3-4 м (взяв её, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30-40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом;

ходьба: ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); в рассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки;

бег: бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40-30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу обратно; непрерывный в течение 20-30-40 секунд; медленный бег на расстояние 40-80 м; прыжки: прыжки на двух ногах на месте (10-15 раз); с продвижением вперед, через 1-2 параллельные линии (расстояние 10-20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20-30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребёнка на 10-15 см;

упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10-15 см); ходьба по извилистой дорожке (2-3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с

положением рук в стороны; кружение на месте.

В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребёнку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине; упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием носки и другое;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание «пружинка», приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения.

Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке.

2) Подвижные игры: педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).

3) Формирование основ здорового образа жизни: педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закалывающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.

### **3-4 года**

#### ***Основные задачи образовательной деятельности***

обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения),

спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре; развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал; формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности; закреплять культурно-гигиенические навыки

и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

### *Содержание образовательной деятельности*

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстоянии 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, закатываясь мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола; ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, рассыпанную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;

бег: бег группами и по одному за направляющим, рассыпанную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120-150 м; прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см); упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске;

перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседания с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад; музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроени или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

2) Подвижные игры: педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

3) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.

Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево. 4) Формирование основ здорового образа жизни: педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной

деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

5) Активный отдых.

Физкультурные досуги: досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

#### 4-5 лет

##### *Основные задачи образовательной деятельности*

обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;

формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве; воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;

продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;

укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

##### *Содержание образовательной деятельности*

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибающими кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его



после удара об пол; бросание и ловля мяча впаре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая впредмет; отбивание мяча правой и левой рукой оземлю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросаниемяча двумя руками из-за головы сидя; бросаниевдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м; ползание, лазанье: ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», составкой по сигналу, в противоположнуюсторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), заспиной);

бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2x5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки надругую; бег врассыпную с ловлей и увертыванием;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик(высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске ирасхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса:основные положенияи движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжатие и разжатие кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы; упражнения для развития и укрепления мышцспиныи гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя;поочередное поднимание ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

упражнения для развития и укрепления мышечного и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, прыжки под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, враспынную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием в движении.

2) Подвижные игры: педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих (придумывание и комбинирование движений в игре), способностей детей.

3) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуёлочкой».

4) Формирование основ здорового образа жизни: педагог уточняет представления детей о

здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного

поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

#### 5) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

### 5-6 лет

#### *Основные задачи образовательной деятельности*

обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;

развивать психофизические качества, координацию,

мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре,

взаимодействовать в команде; воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных спортивных играх, формах активного отдыха;

продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;

укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;

воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

#### *Содержание образовательной деятельности*

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет

проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги соответствующей тематикой.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяч по гимнастической скамейке, направляя его рукой {правой и левой}; прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание в даль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину; ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой;

лазанье по гимнастической стенке чередуя шаг;

ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и элементарные

увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой; прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); в прыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно,

последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; переключивание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжатие и разжатие кистей;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и переключивание их места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений.

Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы. Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуются упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением

темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строевые упражнения:

педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в

шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

2) Подвижные игры: педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

3) Спортивные игры: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур.

Элементы баскетбола: 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 педагогом.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

4) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступаящим шагом», «полуёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.

5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и

расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

б) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

**6-7 лет**

### ***Основные задачи образовательной деятельности***

обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки; развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество; поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде; воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;

формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта; сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении

туристских прогулок и экскурсий; воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

### ***Содержание образовательной деятельности***

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.

Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель;

забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).

ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку доверху и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной

лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту; ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;

бег: бег в колонне по одному, в рассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в



кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза сперерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности; прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега соревнования; прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание подвращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.

упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».

Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качество выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с

разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения:

педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2- 3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

2) Подвижные игры: педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

3) Спортивные игры: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4-5 фигур, выбивание городков сполукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях,

останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу. Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.

Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

4) Спортивные упражнения: педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднятие на горку «лесенкой», «ёлочкой».

Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях

отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

б) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает:

подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры- эстафеты, музыкально- ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.

Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до

1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать ляжки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.

### **Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений**

*Подходы к составлению части Программы, формируемой участниками образовательных отношений, полностью совпадают с подходами к формированию обязательной части Программы.*

## **2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы**

Формы, способы, методы и средства реализации Федеральной программы педагог определяет самостоятельно в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов. Существенное значение имеют сформировавшиеся у педагога практики воспитания и обучения детей, оценка результативности форм, методов, средств образовательной деятельности применительно к конкретной возрастной группе детей.

Согласно ФГОС ДО педагог может использовать различные формы реализации Федеральной программы в соответствии с видом детской деятельности и возрастными особенностями детей.

<b>Название метода</b>	<b>Определение метода</b>	<b>Средства</b>
<b>Методы по источнику знаний</b>		
Словесные	Словесные методы подразделяются на следующие виды: рассказ, объяснение, беседа.	Словесные методы позволяют в кратчайший срок передать информацию детям.

<p>Наглядные</p>	<p>Под наглядными методами образования понимаются такие методы, при которых ребенок получает информацию, с помощью наглядных пособий и технических средств. Наглядные методы используются во взаимосвязи со словесными и практическими методами обучения.</p> <p>Наглядные методы образования условно можно подразделить на две большие группы: метод иллюстраций и метод демонстраций.</p>	<p><i>Метод иллюстраций</i> предполагает показ детям иллюстративных пособий: плакатов, картин, зарисовок на доске и пр. Метод демонстраций связан с показом мультфильмов, диафильмов и др.</p> <p>Такое подразделение средств наглядности на иллюстративные и демонстрационные является условным. Оно не исключает возможности отнесения отдельных средств наглядности как к группе иллюстративных, так и демонстрационных.</p> <p>В современных условиях особое внимание уделяется применению такого средства наглядности, как компьютер индивидуального пользования. Компьютеры дают возможность воспитателю моделировать определенные процессы и ситуации, выбирать из ряда возможных решений оптимальные по определенным критериям, т.е. значительно расширяют возможности наглядных методов</p> <p>В образовательном процессе при реализации Программы.</p>
<p>Практические</p>	<p>Практические методы обучения основаны на практической деятельности детей и формируют практические умения и навыки.</p>	<p>Выполнение практически заданий проводится после знакомства детей с тем или иным содержанием и носят обобщающий характер.</p> <p>Упражнения могут проводиться не только в организованной образовательной деятельности, но и в самостоятельной деятельности.</p>

<i>Методы по характеру образовательной деятельности детей</i>		
Информационно-рецептивный	Предъявляется информация, организуются действия ребёнка объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино-диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагога или детей, чтение).	Один из наиболее экономных способов передачи информации. Однако при использовании этого метода обучения не формируются умения и навыки пользоваться полученными знаниями.
Репродуктивный	Предполагает создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца педагога, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель).	Деятельность воспитателя заключается в разработке и сообщении образца. а деятельность детей – в выполнении действий по образцу.
Проблемное изложение	Представляет собой постановку проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений.	Дети следят за логикой решения проблемы, получая эталон научного мышления и познания, образец культуры развертывания познавательных действий.
Эвристический (частично-поисковый)	Проблемная задача делится на части - проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях).	Каждый шаг предполагает творческую деятельность, но целостное решение проблемы пока отсутствует.
Исследовательский	Включает составление и предъявление проблемных ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование). Для решения задач воспитания и обучения широко применяется метод проектов. Он способствует развитию у детей исследовательской активности, познавательных интересов, коммуникативных и творческих способностей, навыков сотрудничества и другое. Выполняя совместные проекты, дети получают представления о своих возможностях, умениях, потребностях.	В процессе образовательной деятельности дети овладевают методами познания, так формируется их опыт поисково-исследовательской деятельности.
Активные методы	Активные методы предоставляют дошкольникам возможность обучаться на собственном опыте, приобретать разнообразный	Активные методы обучения предполагают использование в образовательном процессе определенной

	субъективный опыт.	последовательности выполнения заданий: начиная с анализа и оценки конкретных ситуаций, дидактическим играм. Активные методы должны применяться по мере их усложнения. В группу активных методов образования входят дидактические игры – специально разработанные игры, моделирующие реальность и приспособленные для целей обучения.
--	--------------------	---

Осуществляя выбор методов воспитания и обучения, педагог учитывает возрастные и личностные особенности детей, педагогический потенциал каждого метода, условия его применения, реализуемые цели и задачи, прогнозирует возможные результаты. Для решения задач воспитания и обучения целесообразно использовать комплекс методов.

При реализации Федеральной программы педагог может использовать различные средства, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов:

Реальные	Виртуальные
Демонстрационные игрушки, карточки. Раздаточные материалы. Природный материал и др.	Презентации, ЭОР, модели объектов, видео, аудио, анимация и др.

Формы	Методы	Средства
2 группа раннего возраста(2-3) младшая группа (3-4 года)		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Специально организованная деятельность по физическому развитию</li> <li>- Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями)</li> <li>- Досуги</li> <li>- Спортивные игры</li> <li>- Подвижные игры</li> <li>- Утренняя гимнастика</li> <li>- Гимнастика после дневного сна</li> <li>- Физкультминутки</li> <li>- Пальчиковая гимнастика</li> <li>- Гимнастика для глаз</li> <li>- Дыхательные упражнения</li> <li>- Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников</li> <li>- Закаливание</li> <li>- Прогулки</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Наглядный метод: показ упражнений (взрослым); использование пособий, зрительных ориентиров</li> <li>- Имитация.</li> <li>- Словесный метод</li> <li>- Метод объяснения, пояснения, указания</li> <li>- Беседа</li> <li>- Практический метод</li> <li>- Повторение упражнений</li> <li>- Выполнение упражнений в игровой форме</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)</li> <li>- Пособия, атрибуты для подвижных игр</li> <li>- Спортивный инвентарь</li> <li>- Музыкальное сопровождение</li> <li>- Картотеки по различным направлениям оздоровительной работы, художественная литература</li> </ul>
Средняя группа (4-5 лет)		
- Специально-	- Наглядный метод: показ	- Информационно-

<p>организованная деятельность по физическому развитию</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями)</li> <li>- Досуги</li> <li>- Спортивные игры</li> <li>- Подвижные игры</li> <li>- Утренняя гимнастика</li> <li>- Гимнастика после дневного сна</li> <li>- Физкультминутки</li> <li>- Пальчиковая гимнастика</li> <li>- Гимнастика для глаз</li> <li>- Дыхательные упражнения</li> <li>- Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников</li> <li>- Закаливание</li> <li>- Прогулки</li> </ul>	<p>упражнений (взрослым и ребенком); использование пособий, зрительных ориентиров.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Имитация.</li> <li>- Словесный метод</li> <li>- Метод объяснения, пояснения, указания</li> <li>- Беседа</li> <li>- Практический метод</li> <li>- Повторение упражнений</li> <li>- Выполнение упражнений в игровой и соревновательной форме</li> </ul>	<p>коммуникационные технологии (ИКТ)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Пособия, атрибуты для подвижных игр</li> <li>- Спортивный инвентарь</li> <li>- Музыкальное сопровождение</li> <li>- Картотеки по различным направлениям оздоровительной работы, художественная литература</li> </ul>
<p>Старшая группа (5-6 лет)</p>		
<p>- Специально-организованная деятельность по физическому развитию</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями)</li> <li>- Досуги</li> <li>- Спортивные игры</li> <li>- Подвижные игры</li> <li>- Утренняя гимнастика</li> <li>- Гимнастика после дневного сна</li> <li>- Физкультминутки</li> <li>- Пальчиковая гимнастика</li> <li>- Гимнастика для глаз</li> <li>- Дыхательные упражнения</li> <li>- Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников</li> <li>- Закаливание</li> <li>- Прогулки</li> </ul>	<p>- Наглядный метод: показ упражнений (взрослым и ребенком); использование моделей, пособий, зрительных ориентиров</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Имитация.</li> <li>- Словесный метод</li> <li>- Метод объяснения, пояснения, указания</li> <li>- Беседа</li> <li>- Практический метод</li> <li>- Повторение упражнений</li> <li>- Выполнение упражнений в игровой и соревновательной форме</li> </ul>	<p>- Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Пособия, атрибуты для подвижных игр</li> <li>- Спортивный инвентарь</li> <li>- Музыкальное сопровождение</li> <li>- Картотеки по различным направлениям оздоровительной работы, художественная литература</li> </ul>
<p>Подготовительная к школе группа (6-7 лет)</p>		
<p>- Специально-организованная деятельность по физическому развитию</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Спортивные и</li> </ul>	<p>- Наглядный метод: показ упражнений (взрослым и ребенком); использование моделей, пособий, зрительных ориентиров</p>	<p>- Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Пособия, атрибуты для подвижных игр</li> </ul>



<p>физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Досуги</li> <li>- Спортивные игры</li> <li>- Подвижные игры</li> <li>- Утренняя гимнастика</li> <li>- Гимнастика после дневного сна</li> <li>- Физкультминутки</li> <li>- Пальчиковая гимнастика</li> <li>- Гимнастика для глаз</li> <li>- Дыхательные упражнения</li> <li>- Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников</li> <li>- Закаливание</li> <li>- Прогулки</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Имитация.</li> <li>- Словесный метод</li> <li>- Метод объяснения, пояснения, указания</li> <li>- Беседа</li> <li>- Практический метод</li> <li>- Повторение упражнений</li> <li>- Выполнение упражнений в игровой и соревновательной форме</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Спортивный инвентарь</li> <li>- Музыкальное сопровождение</li> <li>- Картотеки по различным направлениям оздоровительной работы, художественная литература</li> </ul>
---	--	--

### Средства реализации Программы

Возраст воспитанников	Средства реализации Программы
<p>Вторая группа раннего возраста (2-3 лет)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• демонстрационные</li> <li>• визуальные</li> <li>• естественные и искусственные</li> <li>• реальные средства, направленные на развитие деятельности воспитанников:</li> <li>- двигательной (оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий с мячом и другое);</li> <li>- игровой (игрушки, игры и другое);</li> <li>- коммуникативной (дидактический материал);</li> <li>- музыкально - художественной (картотека музыкальных произведений)</li> </ul>
<p>Младшая группа (3-4 года)</p>	<p>демонстрационные и раздаточные</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• визуальные</li> <li>• естественные и искусственные</li> <li>• реальные средства, направленные на развитие деятельности воспитанников:</li> <li>- двигательной (оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий с мячом и другое);</li> <li>- игровой (игрушки, игры и другое);</li> <li>- коммуникативной (дидактический материал);</li> <li>- музыкально - художественной (картотека музыкальных произведений)</li> </ul>
<p>Средняя группа (4-5 лет)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• демонстрационные и раздаточные</li> <li>• визуальные</li> <li>• естественные</li> <li>• реальные</li> <li>• средства, направленные на развитие деятельности</li> </ul>

	<p>воспитанников:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- двигательной (оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий с мячом и другое);</li> <li>- игровой (игрушки, игры и другое);</li> <li>- музыкально-художественной (картотека музыкальных произведений).</li> </ul>
Старшая группа (5-6 лет)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• демонстрационные и раздаточные</li> <li>• визуальные</li> <li>• естественные и искусственные</li> <li>• реальные и виртуальные</li> <li>• средства, направленные на развитие деятельности воспитанников:</li> <li>- двигательной (оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий с мячом и другое);</li> <li>- игровой (игрушки, игры и другое);</li> <li>- музыкально-художественной (картотека музыкальных произведений)</li> </ul>
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	

### **Способы организации воспитанников при выполнении физкультурных упражнений, отработке основных движений**

Способы	Содержание
<b>Младшая группа (3-4 года)</b>	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом)
Индивидуальный	Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.
<b>Средняя группа (4-5 лет)</b>	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу

	корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом)
Индивидуальный	Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.
<b>Старшая группа (5-6 лет)</b>	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом)
Индивидуальный	Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.
<b>Подготовительная к школе группа (6-7 лет)</b>	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).
Индивидуальный	Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

### Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Вариативные формы, способы, методы и средства реализации в части Программы, формируемой участниками образовательных отношений, полностью совпадают с обязательной частью Программы.

#### **2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик**

##### **Обязательная часть**

Согласно п. 24.1 ФОП ДО образовательная деятельность в ДОО включает:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы ДО.

Согласно п. 24.2 ФОП ДО образовательная деятельность организуется как совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, педагог выбирает один или несколько **вариантов совместной деятельности**:

1) совместная деятельность педагога с ребёнком, где, взаимодействуя с ребёнком, он выполняет функции педагога: обучает ребёнка чему-то новому;

2) совместная деятельность ребёнка с педагогом, при которой ребёнок и педагог - равноправные партнеры;

3) совместная деятельность группы детей под руководством педагога, который на правах участника деятельности на всех этапах её выполнения (от планирования до завершения) направляет совместную деятельность группы детей;

4) совместная деятельность детей со сверстниками без участия педагога, но по его заданию. Педагог в этой ситуации не является участником деятельности, но выступает в роли её организатора, ставящего задачу группе детей, тем самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей;

5) самостоятельная, спонтанно возникающая, совместная деятельность детей без всякого участия педагога. Это могут быть самостоятельные игры детей (сюжетно-ролевые, режиссерские, театрализованные, игры с правилами, музыкальные и другое), самостоятельная изобразительная деятельность по выбору детей, самостоятельная познавательно-исследовательская деятельность (опыты, эксперименты и другое).

<b>Утренний отрезок времени</b>	<b>Занятие</b>
-Игровые ситуации -Индивидуальные игры -Игры небольшими подгруппами -Беседы с детьми по их интересам -Развивающее общение педагога с детьми -Практические, проблемные ситуации -Упражнения -Наблюдения за объектами и явлениями природы, трудом взрослых - Трудовые поручения и дежурства -Индивидуальная работа с детьми в соответствии с задачами разных образовательных областей -Продуктивная деятельность детей по интересам детей	-Проблемно-обучающие ситуации -Образовательные ситуации -Тематические события -Проектная деятельность -Творческие и исследовательские проекты и т. д.

-Оздоровительные и закаливающие процедуры - Здоровьесберегающие мероприятия -Двигательная деятельность	
<b>Прогулка</b>	<b>Вторая половина дня</b>
-Наблюдение за объектами и явлениями природы -Сюжетно-ролевые и конструктивные игры -Элементарная трудовая деятельность детей на участке ДОО -Свободное общение педагога с детьми -Индивидуальная работа -Проведение спортивных праздников -Подвижные игры и спортивные упражнения -Экспериментирование с объектами неживой природы	-Элементарная трудовая деятельность детей, -Проведение зрелищных мероприятий, развлечений, праздников, -Игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами -Опыты и эксперименты -Практико-ориентированные проекты, коллекционирование -Чтение художественной литературы -Прослушивание аудиозаписей лучших образцов чтения -Рассматривание иллюстраций, просмотр мультфильмов -Слушание и исполнение музыкальных произведений, музыкально-ритмические движения, музыкальные игры и импровизации -Организация и (или) посещение выставок детского творчества, изобразительного искусства, мастерских -Индивидуальная работа по всем видам деятельности и образовательным областям -Работа с родителями (законными представителями)

**Взаимодействие инструктора по физической культуре с участниками образовательных отношений**

№	Участники образовательных отношений	Формы взаимодействия
1	Родители (законные представители)	Консультирование, привлечение к участию в подготовке праздников, мини-музея спорта. Проведение совместных досугов и групповых праздников. Привлечение в оказании помощи для участия в конкурсах, выставках. Мастер-класс. Родительские собрания.
2	Музыкальный руководитель	Проведение совместных праздников и развлечений. Подбор музыкального сопровождения для занятий по физической культуре.
3	Воспитатели	Организация уголков двигательной активности в группах. Консультирование. Подготовка совместных мероприятий.
4	Педагог-психолог	Совместное психолого-

		педагогическое сопровождение детей-инвалидов, детей с ОВЗ.
--	--	--

Планирование образовательной деятельности с воспитанниками является одним из основных процессов управления реализацией Программы. Календарно-перспективные планы представлены в **Приложении**.

**Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

*Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик в части Программы, формируемой участниками образовательных отношений, полностью совпадают с обязательной частью Программы.*

**2.4.Способы и направления поддержки детской инициативы в соответствии с ФОП.**

**Обязательная часть**

Для поддержки детской инициативы педагог поощряет свободную самостоятельную деятельность детей, основанную на детских интересах и предпочтениях. Появление возможности у ребёнка исследовать, играть, лепить, рисовать, сочинять, петь, танцевать, конструировать, ориентируясь на собственные интересы, позволяет обеспечить такие важные составляющие эмоционального благополучия ребёнка ДОО как уверенность в себе, чувство защищенности, комфорта, положительного самоощущения.

Наиболее благоприятными отрезками времени для организации свободной самостоятельной деятельности детей является утро, когда ребёнок приходит в ДОО и вторая половина дня.

Любая деятельность ребёнка в ДОО может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например:

- самостоятельная исследовательская деятельность и экспериментирование;
- свободные сюжетно-ролевые, театрализованные, режиссерские игры; игры импровизации и музыкальные игры;
- речевые и словесные игры, игры с буквами, слогами, звуками;
- логические игры, развивающие игры математического содержания;
- самостоятельная деятельность в книжном уголке;
- самостоятельная изобразительная деятельность, конструирование;
- самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений.

Поддержка детской инициативы	
Направления	Способы
<p>Уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребёнка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы;</p> <p>организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребёнка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности;</p> <p>расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития</p>	<p>Не следует сразу помогать ребёнку, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи ребёнку, педагог сначала стремится к её минимизации: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребёнка прошлый опыт.</p> <p>У ребёнка всегда должна быть возможность самостоятельного решения поставленных задач. При этом педагог</p>

детей область задач, которые ребёнок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребёнка творчества, сообразительности, поиска новых подходов;

поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребёнка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;

создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребёнка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата;

поощрять и поддерживать желание детей получить результат деятельности,

обращать внимание на важность

7. стремления к качественному результату, подсказывать ребёнку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;

8. внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к её дозированию. Если ребёнок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности, то целесообразно и достаточно использовать приемы наводящих вопросов, активизировать собственную активность и смекалку ребёнка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;

9. поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребёнка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы,

помогает детям искать разные варианты решения одной задачи, поощряет активность детей в поиске, принимает любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживает инициативу и творческие решения, а также обязательно акцентирует внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобряет и хвалит за результат, вызывает у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.

Особое внимание педагог уделяет общению с ребёнком в период проявления кризиса семи лет: характерные для ребёнка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребёнком. Важно уделять внимание ребёнку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Дети седьмого года жизни очень чувствительны к мнению взрослых. Необходимо поддерживать у них ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.

Педагог может акцентировать внимание на освоении ребёнком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять её от педагога), обдумать способы её достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится педагогом в разных видах деятельности. Педагог использует средства, помогающие детям планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты.

Создание творческих ситуаций в игровой, музыкальной, изобразительной

<p>одобрения, восхищения.</p>	<p>деятельности и театрализации, в ручном труде также способствует развитию самостоятельности у детей. Сочетание увлекательной творческой деятельности и необходимости решения задачи и проблемы привлекает ребёнка, активизирует его желание самостоятельно определить замысел, способы и формы его воплощения.</p> <p>Педагог уделяет особое внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребёнка. В пространстве группы появляются предметы, побуждающие детей к проявлению интеллектуальной активности. Это могут быть новые игры и материалы, детали незнакомых устройств, сломанные игрушки, нуждающиеся в починке, зашифрованные записи, посылки, письма-схемы, новые таинственные книги и прочее. Разгадывая загадки, заключенные в таких предметах, дети учатся рассуждать, анализировать, отстаивать свою точку зрения, строить предположения,</p> <p>испытывают радость открытия и познания.</p>
<p>Характерные особенности развития инициативы у детей</p>	
<p>3-4 года</p>	
<p>У ребёнка активно проявляется потребность в общении со взрослым, ребёнок стремится через разговор с педагогом познать окружающий мир, узнать об интересующих его действиях, сведениях. Поэтому ребёнок задает различного рода вопросы. Важно поддержать данное стремление ребёнка, поощрять познавательную активность детей младшего дошкольного возраста, использовать педагогические приемы, направленные на развитие стремлений ребёнка наблюдать, сравнивать предметы, обследовать их свойства и качества. Педагогу важно проявлять внимание к детским вопросам, поощрять и поддерживать их познавательную активность, создавать ситуации, побуждающие ребёнка самостоятельно искать решения возникающих проблем, осуществлять деятельностные пробы. При проектировании режима дня педагог уделяет особое внимание организации вариативных активностей детей, чтобы ребёнок получил возможность участвовать в разнообразных делах: в играх, в экспериментах, в рисовании,</p> <p>в общении, в творчестве (имитации, танцевальные импровизации и тому подобное), в</p>	



двигательной деятельности.

4-5 лет

у детей наблюдается высокая активность. Данная потребность ребёнка является ключевым условием для развития самостоятельности во всех сферах его жизни и деятельности. Педагогу важно обращать особое внимание на освоение детьми системы разнообразных исследовательских действий, приемов простейшего анализа, сравнения, умения наблюдать для поддержки самостоятельности в познавательной деятельности. Педагог намеренно насыщает жизнь детей проблемными практическими и познавательными ситуациями, в которых детям необходимо самостоятельно применить освоенные приемы. Всегда необходимо доброжелательно и заинтересованно относиться к детским вопросам и проблемам, быть готовым стать партнером в обсуждении, поддерживать и направлять детскую познавательную активность, уделять особое внимание доверительному общению с ребёнком. В течение дня педагог создает различные ситуации, побуждающие детей проявить инициативу, активность, желание совместно искать верное решение проблемы. Такая планомерная деятельность способствует развитию у ребёнка умения решать возникающие перед ними задачи, что способствует развитию самостоятельности и уверенности в себе. Педагог стремится создавать такие ситуации, в которых дети приобретают опыт дружеского общения, совместной деятельности, умений командной работы. Это могут быть ситуации волонтерской направленности: взаимной поддержки, проявления внимания к старшим, заботы о животных, бережного отношения к вещам и игрушкам. Важно, чтобы у ребёнка всегда была возможность выбора свободной деятельности, поэтому атрибуты и оборудование для детских видов деятельности должны быть достаточно разнообразными и постоянно меняющимися (смена примерно раз в два месяца).

5-7 лет

Дети имеют яркую потребность в самоутверждении и признании со стороны взрослых. Поэтому педагогу важно обратить внимание на те педагогические условия, которые развивают детскую самостоятельность, инициативу и творчество. Для этого педагог создает ситуации, активизирующие желание детей применять свои знания и умения, имеющийся опыт для самостоятельного решения задач. Он регулярно поощряет стремление к самостоятельности, старается определять для детей все более сложные задачи, активизируя их усилия, развивая произвольные умения и волю, постоянно поддерживает желание преодолевать трудности и поощряет ребёнка за стремление к таким действиям, нацеливает на поиск новых, творческих решений возникших затруднений.

**Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

*Способы и направления поддержки детской инициативы в части, формируемой участниками образовательных отношений, полностью совпадают с обязательной частью Программы.*

**2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся**

Главными целями взаимодействия педагогического коллектива ДОО с семьями обучающихся дошкольного возраста являются:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей раннего и дошкольного возрастов;

- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

Достижение этих целей должно осуществляться через решение основных задач:

1. информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ДО, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО;

2. просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей; 3) способствование развитию ответственного и осознанного родительства, как базовой основы благополучия семьи;

3. построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач;

4. вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

Построение взаимодействия с родителями (законными представителями) должно придерживаться следующих **принципов**:

- приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребёнка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка;

- открытость: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребёнка в группе; каждому из родителей (законных представителей) должен быть предоставлен свободный доступ в ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях развития ребёнка в ДОО и семье;

- взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей): при взаимодействии педагогу необходимо придерживаться этики и культурных правил общения, проявлять позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); важно этично и разумно использовать полученную информацию как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;

- индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребёнка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач;

возрастосообразность: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребёнка с родителями (законными представителями), прежде всего, с матерью (преимущественно для детей младенческого и раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей.

Деятельность педагогического коллектива ДОО по построению взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся осуществляется по нескольким **направлениям**:

- диагностико-аналитическое направление включает получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, её запросах в отношении охраны здоровья и развития ребёнка; об уровне психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей);

а также планирование работы с семьей с учётом результатов проведенного анализа; согласование воспитательных задач;

- просветительское направление предполагает просвещение родителей (законных представителей) по вопросам особенностей психофизиологического и психического развития детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста; ознакомление с актуальной информацией о государственной политике в области ДО, включая информирование о мерах господдержки семьям с детьми дошкольного возраста; информирование об особенностях реализуемой в ДОО образовательной программы; условиях пребывания ребёнка в группе ДОО; содержании и методах образовательной работы с детьми;

- консультационное направление объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребёнком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей, в том числе с ООП в условиях семьи; особенностей поведения и взаимодействия ребёнка со сверстниками и педагогом; возникающих проблемных ситуациях; способам воспитания и построения продуктивного взаимодействия с детьми младенческого, раннего и дошкольного возрастов; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и другому.

Направления	Формы взаимодействия с родителями
диагностико-аналитическое	реализуется через опросы, социологические срезы, индивидуальные блокноты, «почтовый ящик», педагогические беседы с родителями (законными представителями); дни (недели) открытых дверей, открытые просмотры занятий и других видов деятельности детей и так далее;
просветительское	реализуются через групповые родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары-практикумы, тренинги и ролевые игры, консультации, педагогические гостиные, родительские клубы и другое; информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); журналы и газеты, издаваемые ДОО для родителей (законных представителей), педагогические библиотеки для родителей (законных представителей); сайты ДОО и социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотографии, выставки детских работ, совместных работ родителей (законных представителей) и детей. Включают также и досуговую форму - совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными традициями и другое.

Педагоги самостоятельно выбирают педагогически обоснованные методы, приемы и способы взаимодействия с семьями обучающихся, в зависимости от стоящих перед ними задач. Сочетание традиционных и инновационных технологий сотрудничества позволит педагогам ДОО устанавливать доверительные и партнерские отношения с родителями (законными представителями), эффективно осуществлять просветительскую деятельность и достигать основные цели взаимодействия ДОО с родителями (законными представителями) детей дошкольного возраста.

#### **Формы взаимодействия с семьями обучающихся.**

<b>Непосредственные формы</b>	<b>Опосредованные формы</b>
Мероприятия, направленные на повышение родительской компетентности	
Консультации групповые коллективные индивидуальные	Взаимодействие посредством функции «вопрос-ответ» на сайте
Официальные мероприятия, связанные с управлением образовательных отношений	
Родительские собрания, заседания совета ДООУ, Дни открытых дверей.	Размещение информации на официальном сайте образовательной организации
Мероприятия, направленные на повышение и поддержку активности и инициативы родителей	
Тематические встречи, клубы, просмотр открытых занятий	Издание местной периодики (листочка, страничка), оформление стендов, папок- передвижек, альбомов с актуальной для родителей информацией
Мероприятия, направленные на анализ удовлетворённости родителей качеством дошкольного образования	
Опросы	Анкетирование, ящик вопросов обобщением и ответами в открытом доступе
Мероприятия, направленные на поддержку непосредственного детско-родительского взаимодействия	
Непосредственное участие в праздниках, досугах, акциях и т.д.	Участие в проектных работах в части оформления выставок, инсталляций, семейных альбомов и др., и пр.

Взаимодействие с родителями воспитанников в дошкольных группах рассматривается как социальное партнерство, что позволяет добиваться эффективных результатов в воспитании и обучении детей, подготовке к обучению в школе.

#### **Способы взаимодействия с семьями воспитанников**

В воспитательно - образовательном процессе ДОО, направленном на установление сотрудничества и партнерских отношений, с целью вовлечения родителей в единое образовательное пространство.

1. Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским персоналом ДОО и родителями. Ознакомление родителей с результатами.
2. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование, посещение детей на дому и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка.
3. Формирование банка данных об особенностях развития и медико-педагогических условиях жизни ребёнка в семье с целью разработки индивидуальных программ физкультурно-оздоровительной работы с детьми, направленной на укрепление их здоровья.
4. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДОО и

семье:

- зоны физической активности;
- закаливающие процедуры;
- оздоровительные мероприятия и т.п.

5. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.

6. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОО.

7. Тренинг для родителей по использованию приёмов и методов оздоровления (дыхательная и артикуляционная гимнастика, физические упражнения и т.д.) с целью профилактики заболевания детей.

8. Согласование с родителями индивидуальных программ оздоровления, профилактических мероприятий, организованных в ДОО.

9. Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма.

10. Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п.

11. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.

12. Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОО.

13. Определение и использование здоровьесберегающих технологий.

Правовое просвещение родителей на основе изучения социокультурного состояния родителей с целью повышения эффективности взаимодействия семьи и ДОО, способствующего укреплению семьи, становлению гражданственности воспитанников, повышению имиджа ДОО и уважению педагогов.

Организуя взаимодействие с семьей по вопросам оздоровления детей, используются следующие формы:

- папки - передвижки, консультации специалистов;
- анкетирование - этот метод позволяет получить информацию от родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, получить информацию о ребенке, о его жизни в семье, анализировать качество форм взаимодействия с родителями;
- нетрадиционные формы (мастер-классы). Использование нетрадиционных форм позволяет в оживленной, интересной беседе с родителями обмениваться опытом оздоровления детей, общаться и получать исчерпывающие ответы специалистов, высказывать свое мнение;
- конкурсы, выставки совместных работ детей и родителей;
- в течение года проводятся спортивные мероприятия. Основная их цель – помочь каждому ребенку ощутить себя членом команды, разделить с товарищем ответственность за ее победу, показать свои лучшие качества. А участие в соревнованиях детей и родителей благотворно влияет на взаимоотношения в семье, вызывает чувство гордости за общие и индивидуальные победы, позволяет лучше узнать друг друга и побуждает родителя поощрять спортивные интересы ребенка.

Педагог изучает специальную литературу по проблемам общения, проводят тренинги для родителей, используют видео- и фотоматериалы. Педагоги рассказывают о достижениях ребенка и получают информацию от родителей. Партнерский характер взаимодействия делает сотрудничество более успешным, при условии, что детский сад знаком с воспитательными возможностями семьи ребенка, а семья имеет представление о дошкольном учреждении, которому доверяет воспитание ребенка. Совместное сотрудничество развивает позитивное общественное мнение об учреждении, повышает спрос на образовательные услуги, обеспечивает доступность качественных образовательных услуг.

### **Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

*Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников в части Программы, формируемой участниками образовательных отношений, полностью совпадают с обязательной частью Программы.*

#### **2.6. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы (далее – КРР)**

КРР в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у следующих категорий детей:

- 1) нормотипичные дети с нормативным кризисом развития;
- 2) обучающиеся по ООП:
  - дети с инвалидностью, получившие статус в порядке, установленном законодательством Российской Федерации;
  - часто болеющие дети характеризуются повышенной заболеваемостью острыми респираторными инфекциями, которые не связаны с врожденными и наследственными состояниями, приводящими к большому количеству пропусков ребёнком в посещении ДОО;
  - обучающиеся, испытывающие трудности в освоении образовательных программ, развитии, социальной адаптации;
  - одаренные обучающиеся;
- 3) дети и (или) семьи, находящиеся в трудной жизненной ситуации, признанные таковыми в нормативно установленном порядке;
- 4) дети и (или) семьи, находящиеся в социально опасном положении (безнадзорные, беспризорные, склонные к бродяжничеству), признанные таковыми в нормативно установленном порядке;
- 5) обучающиеся «группы риска»: проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных проявлений (импульсивность, агрессивность, неустойчивая или крайне низкая (завышенная) самооценка, завышенный уровень притязаний).

КРР объединяет комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития.

Задачи КРР на уровне ДО полностью соответствуют п.27.4 ФОП ДО.

КРР организуется:

- по обоснованному запросу педагогов и родителей (законных представителей);
- на основании результатов психологической диагностики;
- на основании рекомендаций ППк.

КРР ДОО осуществляется в ходе всего образовательного процесса, во всех видах и формах деятельности, как в совместной деятельности детей в условиях дошкольной группы, так и в форме коррекционно-развивающих групповых (индивидуальных) занятий. Строится дифференцированно, в зависимости от имеющихся у обучающихся дисфункций и особенностей развития, и предусматривает индивидуализацию психолого-педагогического сопровождения. КРР реализуется в форме групповых и (или) индивидуальных коррекционно-развивающих занятий. Содержание КРР для каждого обучающегося определяется с учётом его ООП на основе рекомендаций ППк ДОО.

Содержание КРР (в соответствии с п.28 ФОП ДО):

<b>Диагностическая работа</b>	<b>Коррекционно-развивающая работа</b>	<b>Консультативная работа</b>
1.Своевременное выявление детей, нуждающихся в психолого-педагогическом сопровождении;	1.Выбор оптимальных коррекционно-развивающих программ (методик) психолого-	1.Разработка рекомендаций по основным направлениям работы с детьми с трудностями в обучении и

<p>2. Комплексный сбор сведений об обучающемся;</p> <p>3. Изучение уровня общего развития обучающихся, возможностей вербальной и невербальной коммуникации со сверстниками и взрослыми;</p> <p>4. Изучение уровня адаптации и адаптивных возможностей ребенка;</p> <p>5. Мониторинг развития детей и предупреждение возникновения психолого-педагогических проблем в их развитии;</p> <p>6. Всестороннее психолого-педагогическое изучение личности ребёнка;</p> <p>7. Системный контроль специалистов за уровнем и динамикой развития ребёнка, за созданием необходимых условий, соответствующих его особым образовательным потребностям.</p>	<p>педагогического сопровождения в соответствии с его ООП;</p> <p>2. Организация, разработка и проведение специалистами индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий;</p> <p>3. Создание насыщенной РППС для разных видов деятельности;</p> <p>4. Формирование инклюзивной образовательной среды.</p>	<p>социализации;</p> <p>2. Консультирование специалистами педагогов по выбору индивидуально ориентированных методов и приемов работы с обучающимся;</p> <p>3. Консультативная помощь семье в вопросах выбора оптимальной стратегии воспитания и приемов КРР с ребёнком.</p> <p><b>Информационно-просветительская работа</b></p> <p>1. Различные формы просветительской деятельности;</p> <p>2. Проведение тематических выступлений, онлайн-консультаций для педагогов и родителей (законных представителей).</p>
--	--	--

Психолого-педагогическое сопровождение ребенка в ДОО осуществляют педагог-психолог, музыкальный руководитель, инструктор по физво и воспитатели.

Индивидуальный план сопровождения воспитанника по ППк

Дата	Направление работы	Содержание работы по сопровождению ребенка	Организация взаимодействия с семьёй

Психолого-педагогическое сопровождение осуществляется по индивидуальному плану, разработанному на основании данной таблицы.

### 2.7. Рабочая программа воспитания.

Программа воспитания (далее – Программа воспитания) является компонентом основной образовательной программы дошкольного образования МАДОУ «Детский сад №257». С учетом особенностей социокультурной среды, в которой воспитывается ребенок, в рабочей программе воспитания отражено взаимодействие участников образовательных отношений со всеми субъектами образовательных отношений. Только при подобном подходе возможно воспитать гражданина и патриота, раскрыть способности и таланты детей, подготовить их к жизни в высокотехнологичном, конкурентном обществе. Ценность здоровья лежит в основе физического и оздоровительного направления воспитания. Реализация Программы воспитания предполагает социальное партнерство с другими организациями. **Общая цель воспитания** в ДОО - личностное развитие каждого ребёнка с учётом его индивидуальности и создание условий для позитивной социализации детей на основе традиционных ценностей российского общества.

Общие задачи воспитания в ДОО:

- содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом;
- способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребёнка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию;
- осуществлять поддержку позитивной социализации ребёнка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.

**Цель** физического и оздоровительного воспитания - формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.

**Ценности** жизнь и здоровье лежит в основе физического и оздоровительного направления воспитания.

Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становления осознанного отношения к

**Задачи** воспитания в образовательной области «Физическое развитие» соотносятся с физическим и оздоровительным направлениями воспитания. Решение задач воспитания направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническими нормам и правилами;

жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.

воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.

### **Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

В Программе воспитания определен региональный компонент, который способствует включению воспитанников в процесс ознакомления с региональными особенностями Алтайского края, города Барнаула.

**Цель:** Развитие духовно-нравственной культуры ребенка, формирование ценностных ориентаций средствами традиционной народной культуры Алтайского края.

Одним из эффективных средств решения задач патриотического воспитания подрастающего поколения является физическое воспитание, занятия физической культурой и спортом.

В рамках реализации данной задачи стало возрождение физкультурно – спортивного комплекса ГТО, который был вновь введён по указу Президента РФ с 1 сентября 2014г.

Такой подход к организации физического воспитания, позволит максимально мотивировать и вовлекать детей и родителей в систематические занятия физической культурой с учетом их индивидуальных, психологических и физических особенностей. Предлагаемые формы организации детской деятельности позволят дошкольникам не только выполнить нормы комплекса «Готов к труду и обороне», но и будут способствовать их личностному развитию и повышению уровня патриотического самосознания.

**Цель:** Способствовать повышению уровня патриотического самосознания путем приобщения дошкольников к массовому спортивному движению «Готов к труду и обороне!».

### **Календарный план воспитательной работы**

План разделен на модули, которые отражают направления воспитательной работы детского сада.



<b>Мероприятия</b>	<b>Возраст воспитанников</b>	<b>Ориентировочное время проведения</b>	<b>Ответственные</b>
<b>Патриотическое направление воспитания</b>			
Совместное событие: 23 февраля. «Богатырские состязания»	6-7лет	февраль	музыкальный руководитель, инструктор по физо, воспитатели групп
<b>Социальное направление воспитания</b>			
Проект «Последний год в саду и в школу я пойду!»	6-7лет	сентябрь-май	старший воспитатель, музыкальный руководитель, инструктор по физо, педагог – психолог, воспитатели групп
День открытых дверей «Стали дети на год взрослее».	<b>2-7</b>		старший воспитатель, музыкальный руководитель, инструктор по физо, педагог – психолог, воспитатели групп
Акция «Починим книжку – малышку»	5-7лет	март	
Акция «Посади дерево»	6-7 лет	май	

**Физическое и оздоровительное направление воспитания**

<b>Сроки проведения</b>	<b>Тематика спортивных праздников и развлечений</b>	<b>Возрастные группы</b>
Сентябрь	Спортивный досуг «У солнышка в гостях»	Младшие группы
	Спортивный досуг «Ярмарка осени»	Средние группы
	Спортивный досуг «Здравствуй, Осень!»	Старшие группы
	Туристический поход по территории детского сада	Старшие группы
	Спортивный праздник «Осенние старты»	Подготовительные к школе группы
Октябрь	Спортивный досуг «Колобок» (по р.н. сказке)	Младшие группы
	Спортивный досуг «Мой веселый звонкий мяч»	Средние группы

	«Праздник мяча»	
	Спортивный досуг «Спорт – это сила и здоровье!»	Старшие группы
	Спортивный досуг «Спорт – это сила и здоровье!»	Подготовительные к школе группы
Ноябрь	Спортивный праздник «Лесные приключения»	Младшие группы
	Спортивный праздник «С физкультурой мы дружны, нам болезни не страшны!»	Средние группы
	Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья!»	Старшие группы
	Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья!»	Подготовительные к школе группы
	«С мячом играем, здоровье укрепляем»	Подготовительные к школе группы
Декабрь	Спортивный досуг «Встреча со снеговиком»	Младшие группы
	Спортивный досуг «К нам зима пришла»	Средние группы
	Спортивный досуг «Зимние забавы»	Старшие группы
	Спортивный досуг «Зимние забавы»	Подготовительные к школе группы
Январь	Спортивный досуг «Зимние забавы»	Младшие группы
	Спортивный досуг «Зимние забавы»	Средние группы
	Развлечение «В поисках сокровищ» (квест)	Старшие группы
	Развлечение «Путешествие к острову здоровья»	Подготовительные к школе группы
Февраль	Спортивный досуг «Наш весёлый звонкий мяч» («Непослушные мячи»)	Младшие группы
	Спортивный досуг «Сильные, ловкие, смелые!»	Средние группы
	Спортивный праздник «Зимние олимпийские игры»	Старшие группы
	Спортивный праздник «Богатырские состязания» (совместно с 1 классом СОШ № 63)	Подготовительные к школе группы
Март	Неделя здоровья «Путешествие	Младшие группы

	в страну здоровья»	
	Неделя здоровья «Путешествие в страну здоровья» («Путешествие в Спортландию»)	Средние группы
	Неделя здоровья «мы любим спорт» Спортивный досуг «В здоровом теле – здоровый дух!»	Старшие группы
	Неделя здоровья «мы любим спорт» Спортивный досуг «В здоровом теле – здоровый дух!»	Подготовительные к школе группы
Апрель	Спортивный досуг «Космические приключения»	Младшие группы
	Спортивный досуг «На космической ракете прямо в космос полетим»	Средние группы
	Спортивный досуг «Если очень захотеть, можно в космос полететь» «Космические приключения»	Старшие группы
	Спортивный досуг «Космические приключения»	Подготовительные к школе группы
	Участие в муниципальных соревнованиях - празднике «Юные ГТОшки» (в рамках ФСО ГТО, проводимые комитетом ГТО г.Барнаула)	Подготовительные к школе группы
Май	Спортивный досуг «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»	Младшие группы
	Спортивный праздник «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»	Средние группы
	Спортивный праздник «Праздник здоровья» «Веселые старты»	Старшие группы
	Спортивный праздник «Праздник здоровья» «Весенние старты»	Подготовительные к школе группы
Летний период	Спортивный досуг «Солнце, лето!»	Младшие группы
	Спортивный досуг «Солнце, воздух и вода – наши	Средние группы, Старшие группы,

	лучшие друзья!»	Подготовительные к школе группы
--	-----------------	---------------------------------

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Психолого-педагогические условия реализации Программы

Успешная реализация Программы обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

1. признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие обучающегося таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого обучающегося;
2. решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые занятия). При этом занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом;
3. обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса в ДОО, в том числе дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования - формирование умения учиться);
4. учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития);
5. создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды, способствующей развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее;
6. построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
7. индивидуализация образования (в том числе поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);
8. оказание ранней коррекционной помощи детям с ООП, в том числе с ОВЗ на основе специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, социальному развитию этих детей, в том числе посредством организации инклюзивного образования;
9. совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;
10. психологическая, педагогическая и методическая помощь, и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;

11. вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;
12. формирование и развитие профессиональной компетентности педагогов, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;
13. непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации Программы в ДОО, обеспечение вариативности его содержания, направлений и форм, согласно запросам родительского и профессионального сообществ;
14. взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально- значимой деятельности;
15. использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования процесса её социализации;
16. предоставление информации о Программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;
17. обеспечение возможностей для обсуждения Программы, поиска, использования материалов, обеспечивающих её реализацию, в том числе в информационной среде.

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

В группах ДОО, спортивном зале, спортивной площадке организована безопасная развивающая предметно - пространственная среда в соответствии с возрастом детей и требованиями ФГОС дошкольного образования.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ДОО, зала и стадиона, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможность общения и совместной деятельности детей и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает реализацию образовательной программы; учитывает национально культурные и климатические условия, в которых осуществляется образовательная деятельность; возрастные особенности детей.

Развивающая среда построена на следующих **принципах:**

**Насыщенность** среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы. Образовательное пространство оснащено соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, необходимым инвентарем.

**Трансформируемость** пространства дает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

**Полифункциональность** материалов позволяет разнообразно использовать различные составляющие предметной среды: маты, мягкие модули, природные материалы и т.д.

**Вариативность** среды позволяет создать различные пространства (для занятий, подвижных игр, праздников, развлечений и пр.), а также разнообразный материал и оборудование обеспечивают свободный выбор детей. Игровой и спортивный инвентарь периодически сменяется, что стимулирует игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

**Доступность** среды создает условия для свободного доступа детей к играм, материалам, пособиям, спортивному оборудованию обеспечивающим все основные виды детской активности; исправность и сохранность материалов и оборудования.

**Безопасность** предметно-пространственной среды обеспечивает соответствие всех ее элементов требованиям по надежности и безопасности их использования.

Непременным условием построения развивающей среды в ДОО является опора на личностно-ориентированную модель взаимодействия между детьми и взрослыми.

Взрослый в общении с детьми придерживается положения: «Не рядом, не над, а вместе!» Его **цель** - содействовать становлению ребёнка как личности. Это предполагает решение следующих **задач**:

-Обеспечить чувство психологической защищённости - доверие ребёнка к миру, радости существования (*психологическое здоровье*).

-Формирование начал личности (*базис личностной культуры*).

-Развитие индивидуальности ребёнка - не «запрограммированность», а содействие развитию личности.

-Способы общения - понимание, признание, принятие личности ребёнка, основные на формирующейся у взрослых способности стать на позицию ребёнка, учесть его точку зрения, не игнорировать его чувства и эмоции.

Тактика общения - сотрудничество. Позиция взрослого - исходить из интересов ребёнка и перспектив его дальнейшего развития как полноценного члена общества.

### 3.3. Материально-техническое обеспечение Программы

Вид помещения	Оснащение
Спортивный зал	Спортивное оборудование, средства музыкального сопровождения (музыкальный центр, пианино).
Спортивная площадка	Стадион, спортивный уличный лабиринт, трибуны, пьедестал, турник.

#### Перечень оборудования

№	Наименование	Имеется в наличии
1.	Батут	2 шт.
2.	Бруски пластик (для крепления гимн. палок, перешагивания)	4 шт.
3.	Бубен	1 шт.
4.	Гимнастическая палка пластик Длина 71 см	29 шт.
5.	Гимнастическая палка пластик Длина 2 м	5 шт.
6.	Гимнастическая палка пластик Длина 50 см см	11 шт.
7.	Доска (ширина 25-30 см, длина 2 м)	0
8.	Доска ребристая	1 шт.
9.	Дорожка массажная	5 шт.
10.	Дуги для подлезания (воротца) Высота 50 см	2 шт. – 50 см, 2 шт. – 45 см, 2 шт. – 40 см.
11.	Канат	1 шт.

12.	Кегли	Средние – 22 шт. Большие – 12 шт. Итого: 34 шт.
13.	Клюшки пластик	12 шт.
14.	Кольца (кольцесброс)	Диаметр 20 см – 9 шт., диаметр 14 см – 13 шт.
15.	Косичка (мягкая гимнастическая палка) 50 см	26 шт.
16.	Конусы - ограничители	24 шт.
17.	Кубики	22 шт.
18.	Ленточки	61 шт.
19.	Лестница с зацепами	1 шт.
20.	Лыжи	29 шт.
21.	Мат гимнастический	3 шт.
22.	Мешочки набивные (наполнитель – шарики)	24 шт.
23.	Мешочки набивные с песком	27 шт.
24.	Мешки для прыжков (эстафеты)	2 шт.
25.	Музыкальный центр	1
26.	Мяч (20см)	25 шт
27.	Мяч малый (мягкий, набивной)	49 шт.
28.	Мяч баскетбольный	1 шт.
29.	Мячи набивные тяжелые вес 1 кг (медболы)	10 шт.
30.	Мяч большой футбол с ручками	2 шт.
31.	Обручи средние диаметр 51 см	30 см
32.	Обручи плоские	10 шт.
33.	Обручи большие	3 шт.
34.	Платочки	Малые – 16 шт. Средние – 23 шт. Итого: 39 шт.
35.	Погремушки пластик фабричные	36 шт
36.	Погремушки (из подручного материала)	25 шт
37.	Пьедестал	1
38.	Скакалки	15 шт. (на подгруппу)
39.	Скамейки	3 шт.
40.	Тоннель малого диаметра	2 шт.
41.	Тоннель большого диаметра	2 шт.
42.	Флажки	67 шт.
43.	Шайба	2 шт.

#### **Обеспеченность методическими материалами и средствами**

<b>№</b>	<b>Перечень программ и технологий.</b>
1	Образовательная программа дошкольного образования «От рождения до

	школы» / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 4-е изд., перераб. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020
<b>Методические пособия</b>	
<b>Образовательная область «Физическое развитие»</b>	
<b>Вторая группа раннего возраста (2-3 года). Обязательная часть</b>	
1	Федорова С. Ю. «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет».- М., МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2017
2	Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет/Авт. - сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018.
<b>Младшая группа (3-4 года). Обязательная часть</b>	
1	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.
2	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: Комплексы упражнений для занятий с детьми 3-7лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.
3	Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет/Авт. - сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018.
<b>Средняя группа (4-5 лет). Обязательная часть</b>	
1	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.
2	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: Комплексы упражнений для занятий с детьми 3-7лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.
3	Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет/Авт. - сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018.
<b>Старшая группа (5-6 лет). Обязательная часть</b>	
1	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018.
2	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: Комплексы упражнений для занятий с детьми 3-7лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.
3	Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет/Авт. - сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018.
<b>Подготовительная к школе группа (6-7 лет). Обязательная часть</b>	
1	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.
2	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: Комплексы упражнений для занятий с детьми 3-7лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.
3	Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет/Авт. - сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018.
<b>Наглядно-дидактические пособия</b>	
<b>Образовательная область «Физическое развитие»</b>	
1	Вохринцева С. «Физическое развитие детей. Летние виды спорта». Дидактический демонстрационный материал. Издательство «Страна фантазий», 2012.
2	Вохринцева С. «Физическое развитие детей. Зимние виды спорта». Дидактический демонстрационный материал. Издательство «Страна фантазий», 2012.

**Информационные интернет ресурсы:**

**Список используемых сайтов в воспитательно-образовательном процессе:**

Поисковые системы:

[www.mail.ru](http://www.mail.ru)



[www.yandex.ru](http://www.yandex.ru)

#### **Федеральные органы управления образованием:**

Министерство просвещения Российской Федерации

<https://edu.gov.ru/>

Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки (Рособрнадзор)

<http://www.obrnadzor/>

Федеральный центр образовательного законодательства

<http://www.lexed.ru/>

\*Информационные интернет ресурсы используемые на безвозмездной основе.

#### **Региональные органы управления образованием:**

Министерство образования, науки и молодежной политики Алтайского края

<http://www.educaltai.ru/>

#### **Муниципальные органы управления образованием:**

<https://barnaul-obr.ru/>

#### **Федеральные информационно-образовательные порталы**

Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>

#### **Издательства учебной литературы**

Мир энциклопедий «Аванта+» <http://www.avanta.ru/>

Издательство «Первое сентября» <http://www.1september.ru/>

Издательство «АРКТИ» <http://www.arkty.ru/>

Издательство «Мозаика-Синтез» <http://www.msbook.ru/>

Издательство «Просвещение» <http://www.prosv.ru/>

Издательство «Школьная пресса» <http://www.schoolpress.ru>

Издательство «Феникс» (Ростов-на-Дону) <http://www.phoenixrostov.ru/>

Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС» <https://detstvo-press.ru/>

#### **СМИ образовательной направленности**

Журнал «Педсовет» <http://pedsovet.org/leaders/>

Журнал «Вестник образования России» <http://www.vestniknews.ru/>

Журнал «Справочник старшего воспитателя» [www.vospitatel.resob.ru](http://www.vospitatel.resob.ru)

Журнал «Няня РФ» [www.Няня.рф](http://www.Няня.рф)

Современный интернет-журнал «Планета Детства» [www.PLANETADETSTVA.NET](http://www.PLANETADETSTVA.NET)

#### **Электронные библиотеки, словари, энциклопедии**

Русские словари. Служба русского языка <http://www.slovari.ru>

Словари и энциклопедии on-line на Академик.ру <http://dic.academic.ru/> Словари русского языка на портале «Грамота.ру» <http://www.gramota.ru/slovari/>

Толковые словари русского языка <http://www.sci.aha.ru/>

Портал ВСЕОБУЧ — все об образовании <http://www.edu-all.ru/>

### **3.4. Кадровые условия реализации Программы**

Образовательную работу с детьми осуществляет инструктор физической культуре. Высшая квалификационная категория, высшее педагогическое образование. Стаж работы 26 лет, педагогический стаж 22 года.

### **3.5. Организация режима пребывания детей в ДОО**

Содержание Программы реализуется при пятидневной рабочей неделе с выходными днями: суббота, воскресенье и праздничные дни и рассчитано на 12-ти часовое пребывание детей в дошкольном учреждении.

Режим пребывания воспитанников в ДОО организован в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Режим дня предполагает:

- четкую организацию на возрастные, физические и психологические возможности детей;
- опору на индивидуальные особенности детей, что проявляется в определении времени сна и прогулки, соблюдением интервалов между приемами пищи;
- наличие целесообразного соотношения организованной взрослыми и самостоятельной детской деятельности, двигательной и интеллектуальной активности детей, соблюдение объема учебной нагрузки.

Основные принципы построения режима дня:

- режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность;
- соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника, с учетом теплого и холодного периода года.

В ДОО используется гибкий режим дня, т.е. в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей и т.д. При проведении режимных процессов педагоги придерживаются следующих правил:

- своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей;
- тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели;
- привлечение детей к посильному участию в режимных процессах, поощрение самостоятельности и активности;
- формирование культурно-гигиенических навыков;
- эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов;
- учёт потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку.

Режим дня для детей предусматривает их разнообразную деятельность в течение всего дня в соответствии с интересами, с учетом времени года, возраста детей, а также состояния их здоровья. Такой режим обеспечивает жизнеспособность и функциональную деятельность различных органов, создает условия для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития, даёт возможность педагогам раскрыть индивидуальные особенности и творческий потенциал каждого ребенка. Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию.

#### **Требования к организации режимных мероприятий**

<b>Показатель</b>	<b>Требования к режимным мероприятиям</b>
Длительность прогулки в день	Обязательная минимальная: 3 часа
Продолжительность дневного сна	Для детей 1–3 лет минимум 3 часа; 4–7 лет – минимум 2,5 часа
Суммарный объем двигательной активности	Не меньше 1 часа в день для всех детей
Длительность утренней зарядки	Не менее 10 минут

Продолжительность занятия	2-3 года – 10 минут 3-4 года - 15 минут 4 -5 лет – 20 минут 5-6 лет – 25 минут 6-7 лет – 30 минут
Продолжительность перерывов	10 минут
Продолжительность дневной образовательной нагрузки	2-3 года – 20 минут 3-4 года - 30 минут 4 -5 лет – 40 минут 5-6 лет – 50 минут или 75 минут при организации одного занятия после дневного сна. 6-7 лет – 90 минут
Время окончания занятий	Для дошкольной программы – до 17:00, дополнительной – 19:30
Время приема пищи	Установлено конкретное время в зависимости от длительности работы групп (отражено в режиме дня для каждой возрастной группы)

**Режим дня  
(Холодный период)**

Режимные моменты	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00–8.20	7.00–8.20	7.00–8.25	7.00–8.30	7.00–8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20–8.50	8.20–8.50	8.25–8.55	8.30–8.55	8.30–8.55
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.50-09.00	8.50–9.00	8.55–9.00	8.55–9.00	8.55–9.00
<b>Организованная детская деятельность</b> , занятия со специалистами (общая длительность, включая перерывы) Самостоятельная деятельность	09.00-09.30 (по подгруппам)	9.00–9.45	9.00–10.00	9.00–10.25	9.00–10.50
Двигательная активность	09.30-9.55	9.45 -10.00	10.00 - 10.10	-	

Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность, двигательная активность	9.55–11.45	10.00–11.50	10.10–12.00	10.25–12.20	10.50–12.20
Возвращение с прогулки, чтение	11.45 -11.55	11.50 -12.00	12.00 -12.10	12.20 -12.25	12.20 -12.30
Подготовка к обеду, обед	11.55–12.25	12.00–12.30	12.10–12.40	12.25–12.55	12.30–13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.25–15.25	12.30–15.30	12.40–15.10	12.55–15.25	13.00–15.30
Постепенный подъем	15.25 -15.30	15.30-15.35	15.10 -15.15	15.25 -15.30	15.30 -15.35
Полдник	15.30–15.55	15.35–16.00	15.15–15.40	15.30–15.55	15.35–16.00
Игры, самостоятельная и организованная детская деятельность	15.55–16.20	16.00–16.40	15.40–16.40	15.55–17.05	16.00–16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, двигательная активность	16.20–17.30	16.40–17.50	16.40–17.50	17.05–18.10	16.30–18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	17.30–18.00	17.50–18.15	17.50–18.15	18.10–18.20	18.00–18.20
Подготовка к ужину, ужин	18.00–18.30	18.15–18.45	18.15–18.45	18.20–18.50	18.20–18.50
Самостоятельная деятельность, уход домой	18.30–19.00	18.45–19.00	18.45–19.00	18.50–19.00	18.50–19.00

**Режим дня (теплый (летний) период)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Вторая группа раннего возраста</b>	<b>младшая группа</b>	<b>Средняя группа</b>	<b>Старшая группа</b>	<b>Подготовительная к школе группа</b>
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность на улице, утренняя гимнастика	7.00–8.20	7.00–8.20	7.00–8.25	7.00–8.30	7.00–8.30
Возвращение с прогулки, подготовка к завтраку, завтрак	8.20–8.50	8.20–8.50	8.25–8.55	8.30–8.55	8.30–8.55

Игры, самостоятельная деятельность детей	08.50-9.30	8.50-9.30	8.55-10.00	8.55-10.00	8.55-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	9.30-11.45	9.30-11.50	10.00-12.00	10.00-12.20	10.00-12.20
Возвращение прогулки	11.45 - 11.55	11.50 - 12.00	12.00 - 12.10	12.20 - 12.25	12.20 -12.30
Подготовка к обеду, обед	11.55–12.25	12.00–12.30	12.10–12.40	12.25–12.55	12.30–13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.25–15.25	12.30–15.30	12.40–15.10	12.55–15.25	13.00–15.30
Постепенный подъем, оздоровительные мероприятия, подготовка к полднику	15.25 - 15.30	15.30- 15.35	15.10 - 15.15	15.25 - 15.30	15.30 -15.35
Полдник	15.30–15.55	15.35–16.00	15.15–15.40	15.30–15.55	15.35–16.00
Подготовка к прогулке, прогулка	15.55–17.30	16.00-17.50	15.40-17.10	15.55-18.00	16.00-18.00
Возвращение прогулки. Самостоятельная деятельность	17.30–18.00	17.50-18.15	17.50-18.15	18.00-18.20	18.00-18.20
Подготовка к ужину. Ужин	18.00–18.30	18.15–18.45	18.15–18.45	18.20–18.50	18.20–18.50
Самостоятельная деятельность на улице, уход домой	18.30–19.00	18.45-19.00	18.45-19.00	18.50-19.00	18.50-19.00

**Режим дня для детей, посещающих ДОО в режиме кратковременного пребывания (холодный период)**

Режимные моменты	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Приход детей в детский сад, самостоятельная деятельность, подготовка к ООД	8.50-09.00	8.55–9.00	8.55–9.00	8.55–9.00	8.55–9.00

Игры, самостоятельная деятельность детей <b>Организованная детская деятельность,</b> занятия со специалистами (общая длительность, включая перерывы) Самостоятельная деятельность	8.50-09.30	8.50-9.45	8.55-10.00	8.55-10.25	8.55-10.50
Двигательная активность	09.30-9.55	9.45 -10.00	10.00 -10.10	-	-
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность,	9.55-11.45	10.00-11.50	10.10-12.00	10.25-12.20	10.50-12.20
Возвращение с прогулки, чтение	11.45 -11.55	11.50 -12.00	12.00 -12.10	12.20 -12.25	12.20 -12.30
Подготовка к обеду. Обед.	11.55-12.25	12.00-12.30	12.10-12.40	12.25-12.55	12.30-13.00
Самостоятельные игры. Уход детей домой	12.25 -12.50	12.30-12.55	12.40-12.55	-	-

**Режим дня для детей, посещающих ДОО в режиме кратковременного пребывания (теплый (летний) период)**

<b>Режимные моменты</b>	<b>Вторая группа раннего возраста</b>	<b>младшая группа</b>	<b>Средняя группа</b>	<b>Старшая группа</b>	<b>Подготовительная группа</b>
Приход детей в детский сад, возвращение с прогулки, подготовка к завтраку, завтрак	8.50-09.00	8.55-9.00	8.55-9.00	8.55-9.00	8.55-9.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	09.00-9.30	9.00-9.30	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	9.30-11.45	9.30-11.50	10.00-12.00	10.00-12.20	10.00-12.20
Возвращение с прогулки	11.45 -11.55	11.50 -12.00	12.00 -12.10	12.20 -12.25	12.20 -12.30
Подготовка к обеду. Обед.	11.55-12.25	12.00-12.30	12.10-12.40	12.25-12.55	12.30-13.00
Самостоятельные игры. Уход детей домой	12.25 -12.50	12.30-12.55	12.40-12.55	-	-

#### **4. Дополнительный раздел Программы. Краткая презентация Программы.**

Рабочая программа образовательной деятельности инструктора по физической культуре разработана на основе общеобразовательной программы дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №257» и предусмотрена для организации образовательной деятельности с детьми в возрасте от 2 до 7 лет.

Создание индивидуальной педагогической модели образования осуществляется в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования.

Работа по физическому развитию осуществляется по следующим направлениям: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, физическая культура.

Программа инструктора по физической культуре разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию физического развития в ДОО, возрастных особенностей воспитанников, с учетом требований ФГОС ДО.

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

##### **Обязательная часть.**

Федеральная образовательная программа дошкольного образования, 2023 год.

##### **Цели и задачи реализации Программы (Обязательная часть)**

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение **цели** - создание системы полноценного физического развития и здоровья детей дошкольного возраста.

##### **Задачи:**

1. формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни;
2. охрана и укрепление здоровья воспитанников;
3. повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления;
4. формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
5. создание условий для реализации потребности в двигательной активности, проявление воспитанниками инициативы, самостоятельности и творчества;
6. развитие способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений;
7. обеспечение физического и психического благополучия.

##### **Часть, формируемая участниками образовательных отношений:**

Программа обеспечивает развитие детей от 2 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по физической культуре.

##### **Цели и задачи реализации Программы (часть, формируемая участниками образовательных отношений)**

В части, формируемой участниками образовательных отношений для детей - инвалидов предусмотрена деятельность педагогов по психолого-педагогическому сопровождению воспитанников.

##### **Цель**

– создание условий для всестороннего развития ребенка – инвалида в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников

##### **Задачи**

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального

статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);

- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром.

Срок реализации программы – 1 год. Воспитание и обучение воспитанников осуществляется на государственном языке РФ – русском.





**Перспективное планирование по физической культуре  
2 группа раннего возраста**

Источник: С. Ю. Федорова «Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Вторая группа раннего возраста» - М., МОЗАКА-СИНТЕЗ, 2017.

**Группа № 1**

№	Дата	Тема	Методическое пособие
<b>Сентябрь</b>			
1.	1.09.2023	Занятие 1	стр.21-22.
2.	6.09.2023	Занятие 2	стр.22.
3.	8.09.2023	Занятие 3	стр.23.
4.	13.09.2023	Занятие 4	стр.23-24.
5.	15.09.2023	Занятие 5	стр.24.
6.	20.09.2023	Занятие 6	стр.24-25.
7.	22.09.2023	Занятие 7	стр.25.
8.	27.09.2023	Занятие 7 (закрепление)	стр.25.
9.	29.09.2023	Занятие 8 (контрольное)	стр.25-26
<b>Октябрь</b>			
10.	4.10.2023	Занятие 9	стр.28
11.	6.10.2023	Занятие 10	стр.28
12.	11.10.2023	Занятие 11	стр.29
13.	13.10.2023	Занятие 12	стр.29-30
14.	18.10.2023	Занятие 13	стр.30
15.	20.10.2023	Занятие 14	стр.31
16.	25.10.2023	Занятие 15	стр.31
17.	27.10.2023	Занятие 16	стр.32
<b>Ноябрь</b>			
18.	1.11.2023	Занятие 17	стр.34-35.
19.	3.11.2023	Занятие 18	стр.35.
20.	8.11.2023	Занятие 19	стр.35-36.
21.	10.11.2023	Занятие 20	стр.36.
22.	15.11.2023	Занятие 21	стр.37.
23.	17.11.2023	Занятие 22	стр.37-38.
24.	22.11.2023	Занятие 23	стр.38.
25.	24.11.2023	Занятие 24	стр.38-39.
26.	29.11.2023	Занятие 24 (закрепление)	стр.38-39.
<b>Декабрь</b>			
27.	1.12.2023	<i>Зимний период</i> Занятие 25	стр.41.
28.	6.12.2023	Занятие 26	стр.41-42.
29.	8.12.2023	Занятие 27	стр.42.
30.	13.12.2023	Занятие 28	стр.42-43.
31.	15.12.2023	Занятие 29	стр.44.
32.	20.12.2023	Занятие 30	стр.44.
33.	22.12.2023	Занятие 31	стр.44-45.

34.	27.12.2023	Занятие 31 (закрепление)	стр.44-45.
35.	29.12.2023	Занятие 32 (контрольное)	стр.45.
<b>Январь</b>			
36.	10.01.2024	Занятие 33	стр.47.
37.	12.01.2024	Занятие 34	стр.47-48.
38.	17.01.2024	Занятие 35	стр.48.
39.	19.01.2024	Занятие 36	стр.49.
40.	24.01.2024	Занятие 37	стр.49-50.
41.	26.01.2024	Занятие 38	стр.50.
42.	31.01.2024	Занятие 39	стр.50-51
<b>Февраль</b>			
43.	2.02.2024	Занятие 41	стр.53-54.
44.	7.02.2024	Занятие 42	стр.54.
45.	9.02.2024	Занятие 43	стр.54-55.
46.	14.02.2024	Занятие 44	стр.55-56
47.	16.02.2024	Занятие 45	стр.56.
48.	21.02.2024	Занятие 46	стр.56-57.
49.	28.02.2024	Занятие 47	стр.57.
<b>Март</b>			
50.	1.03.2024	Занятие 49	стр.60
51.	6.03.2024	Занятие 50	стр.61.
52.	13.03.2024	Занятие 51	стр.61.
53.	15.03.2024	Занятие 52	стр.62
54.	20.03.2024	Занятие 53	стр.62-63.
55.	22.03.2024	Занятие 54	стр.63
56.	27.03.2024	Занятие 55	стр.63-64.
57.	29.03.2024	Занятие 56 (контрольное)	стр.64.
<b>Апрель</b>			
58.	3.04.2024	Занятие 57	стр.66-67.
59.	5.04.2024	Занятие 58	стр.67.
60.	10.04.2024	Занятие 59	стр.67-68.
61.	12.04.2024	Занятие 60	стр.68-69.
62.	17.04.2024	Занятие 61	стр.69.
63.	19.04.2024	Занятие 62	стр.69-70.
64.	24.04.2024	Занятие 63	стр.70-71.
65.	26.04.2024	Занятие 64 (контрольное)	стр.71.
<b>Май</b>			
66.	3.05.2024	Занятие 65	стр.73.
67.	8.05.2024	Занятие 66	стр.73-74.
68.	15.05.2024	Занятие 67	стр.74.
69.	17.05.2024	Занятие 68	стр.75.
70.	22.05.2024	Занятие 69	стр.75-76.
71.	24.05.2024	Занятие 70	стр.76.
72.	29.05.2024	Занятие 71	Стр.77
73.	31.05.2024	Занятие 72	стр.77-78.

Всего 73 занятия в учебном году.

Группа № 2

№	Дата	Тема	Методическое пособие
<b>Сентябрь</b>			
1.	1.09.2023	Занятие 1	стр.21-22.
2.	4.09.2023	Занятие 2	стр.22.
3.	8.09.2023	Занятие 3	стр.23.
4.	11.09.2023	Занятие 4	стр.23-24.
5.	15.09.2023	Занятие 5	стр.24.
6.	18.09.2023	Занятие 6	стр.24-25.
7.	22.09.2023	Занятие 7	стр.25.
8.	25.09.2023	Занятие 7 (закрепление)	стр.25.
9.	29.09.2023	Занятие 8 (контрольное)	стр.25-26
<b>Октябрь</b>			
10.	2.10.2023	Занятие 9	стр.28
11.	6.10.2023	Занятие 10	стр.28
12.	9.10.2023	Занятие 11	стр.29
13.	13.10.2023	Занятие 12	стр.29-30
14.	16.10.2023	Занятие 13	стр.30
15.	20.10.2023	Занятие 14	стр.31
16.	23.10.2023	Занятие 15	стр.31
17.	27.10.2023	Занятие 15 (закрепление)	стр.31
18.	30.10.2023	Занятие 16	стр.32
<b>Ноябрь</b>			
19.	3.11.2023	Занятие 17	стр.34-35.
20.	10.11.2023	Занятие 18	стр.35.
21.	13.11.2023	Занятие 19	стр.35-36.
22.	17.11.2023	Занятие 20	стр.36.
23.	20.11.2023	Занятие 21	стр.37.
24.	24.11.2023	Занятие 22	стр.37-38.
25.	27.11.2023	Занятие 23	стр.38.
<b>Декабрь</b>			
26.	1.12.2023	<i>Зимний период</i> Занятие 25	стр.41.
27.	4.12.2023	Занятие 26	стр.41-42.
28.	8.12.2023	Занятие 27	стр.42.
29.	11.12.2023	Занятие 28	стр.42-43.
30.	15.12.2023	Занятие 29	стр.44.
31.	18.12.2023	Занятие 30	стр.44.
32.	22.12.2023	Занятие 31	стр.44-45.
33.	25.12.2023	Занятие 31 (закрепление)	стр.44-45.
34.	29.12.2023	Занятие 32 (контрольное)	стр.45.
<b>Январь</b>			
35.	12.01.2024	Занятие 33	стр.47.
36.	15.01.2024	Занятие 34	стр.47-48.
37.	19.01.2024	Занятие 35	стр.48.
38.	22.01.2024	Занятие 36	стр.49.
39.	26.01.2024	Занятие 37	стр.49-50.
40.	29.01.2024	Занятие 38	стр.50.

<b>Февраль</b>			
41.	2.02.2024	Занятие 41	стр.53-54.
42.	5.02.2024	Занятие 42	стр.54.
43.	9.02.2024	Занятие 43	стр.54-55.
44.	12.02.2024	Занятие 44	стр.55-56
45.	16.02.2024	Занятие 45	стр.56.
46.	19.02.2024	Занятие 46	стр.56-57.
47.	26.02.2024	Занятие 47	стр.57.
<b>Март</b>			
48.	1.03.2024	Занятие 49	стр.60
49.	4.03.2024	Занятие 50	стр.61.
50.	11.03.2024	Занятие 51	стр.61.
51.	15.03.2024	Занятие 52	стр.62
52.	18.03.2024	Занятие 53	стр.62-63.
53.	22.03.2024	Занятие 54	стр.63
54.	25.03.2024	Занятие 55	стр.63-64.
55.	29.03.2024	Занятие 56 (контрольное)	стр.64.
<b>Апрель</b>			
56.	1.04.2024	Занятие 57	стр.66-67.
57.	5.04.2024	Занятие 58	стр.67.
58.	8.04.2024	Занятие 59	стр.67-68.
59.	12.04.2024	Занятие 60	стр.68-69.
60.	15.04.2024	Занятие 61	стр.69.
61.	19.04.2024	Занятие 62	стр.69-70.
62.	22.04.2024	Занятие 63	стр.70-71.
63.	26.04.2024	Занятие 64 (контрольное)	стр.71.
<b>Май</b>			
64.	3.05.2024	Занятие 65	стр.73.
65.	6.05.2024	Занятие 66	стр.73-74.
66.	13.05.2024	Занятие 67	стр.74.
67.	17.05.2024	Занятие 68	стр.75.
68.	20.05.2024	Занятие 69	стр.75-76.
69.	24.05.2024	Занятие 70	стр.76.
70.	27.05.2024	Занятие 71	Стр.77
71.	31.05.2024	Занятие 72	стр.77-78.

Всего 71 занятие в учебном году.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Перспективное планирование занятий по физической культуре Младшая группа

Перспективное планирование по методическому пособию Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду (младшая группа)», М., МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.

*Группа №8*

№	Дата	Тема	Методическое пособие
<b>Сентябрь</b>			

72.	1.09.2023	Занятие 1	стр.23-24
73.	4.09.2023	Занятие 1 (закрепление)	стр.23-24
74.	8.09.2023	Занятие 2	стр.24-25
75.	11.09.2023	Занятие 2 (закрепление)	стр.24-25
76.	15.09.2023	Занятие 3	стр.25-26
77.	18.09.2023	Занятие 3 (закрепление)	стр.25-26
78.	22.09.2023	Занятие 4	стр.26-27
79.	25.09.2023	Занятие 4 (закрепление)	стр.26-27
80.	29.09.2023	Занятие 4 (закрепление)	стр.26-27
<b>Октябрь</b>			
81.	2.10.2023	Занятие 5	стр.28-29
82.	6.10.2023	Занятие 5 (закрепление)	стр.28-29
83.	9.10.2023	Занятие 6	стр.29
84.	13.10.2023	Занятие 6 (закрепление)	стр.30
85.	16.10.2023	Занятие 7	стр.30-31
86.	20.10.2023	Занятие 7 (закрепление)	стр.30-31
87.	23.10.2023	Занятие 8	стр.31-32
88.	27.10.2023	Занятие 8 (закрепление)	стр.31-32
89.	30.10.2023	Занятие 8 (закрепление)	стр.31-32
<b>Ноябрь</b>			
90.	3.11.2023	Занятие 9	стр.33
91.	10.11.2023	Занятие 9 (закрепление)	стр.33-34
92.	13.11.2023	Занятие 10	стр.34-35
93.	17.11.2023	Занятие 10 (закрепление)	стр.34-35
94.	20.11.2023	Занятие 11	стр.35-37
95.	24.11.2023	Занятие 11 (закрепление)	стр.35-37
96.	27.11.2023	Занятие 12	стр.37-38
<b>Декабрь</b>			
97.	1.12.2023	<i>Зимний период</i> Занятие 13	стр.38-40
98.	4.12.2023	Занятие 13 (закрепление)	стр.38-40
99.	8.12.2023	Занятие 14	стр.40-41
100.	11.12.2023	Занятие 14 (закрепление)	стр.40-41
101.	15.12.2023	Занятие 15	стр.41-42
102.	18.12.2023	Занятие 15 (закрепление)	стр.41-42
103.	22.12.2023	Занятие 16	стр.42-43
104.	25.12.2023	Занятие 16 (закрепление)	стр.42-43.
105.	29.12.2023	Занятие 16 (закрепление)	стр.42-43.
<b>Январь</b>			
106.	12.01.2024	Занятие 17	стр.43-45
107.	15.01.2024	Занятие 17 (закрепление)	стр.43-45
108.	19.01.2024	Занятие 18	стр.45-46
109.	22.01.2024	Занятие 18 (закрепление)	стр.45-46.
110.	26.01.2024	Занятие 19	стр.46-47
111.	29.01.2024	Занятие 20	стр.47-49
<b>Февраль</b>			
112.	2.02.2024	Занятие 21	стр.50
113.	5.02.2024	Занятие 21(закрепление)	стр.50
114.	9.02.2024	Занятие 22	стр.51

115	12.02.2024	Занятие 22 (закрепление)	стр.51
116	16.02.2024	Занятие 23	стр.52
117	19.02.2024	Занятие 23 (закрепление)	стр.52
118	26.02.2024	Занятие 24	стр.53-54
<b>Март</b>			
119	1.03.2024	<i>Весенний период</i> Занятие 25	стр.54-55
120	4.03.2024	Занятие 25 (закрепление)	стр.54-55
121	11.03.2024	Занятие 26	стр.56-57
122	15.03.2024	Занятие 26 (закрепление)	стр.56-57
123	18.03.2024	Занятие 27	стр.57-58
124	22.03.2024	Занятие 27 (закрепление)	стр.57-58
125	25.03.2024	Занятие 28	стр.58-59
126	29.03.2024	Занятие 28 (закрепление)	стр.58-59
<b>Апрель</b>			
127	1.04.2024	Занятие 29	стр.60-61
128	5.04.2024	Занятие 29 (закрепление)	стр.60-61
129	8.04.2024	Занятие 30	стр.61-62
130	12.04.2024	Занятие 30 (закрепление)	стр.61-62
131	15.04.2024	Занятие 31	стр.62-63
132	19.04.2024	Занятие 31 (закрепление)	стр.62-63
133	22.04.2024	Занятие 32	стр.63-64
134	26.04.2024	Занятие 32 (закрепление)	стр.63-64
<b>Май</b>			
135	3.05.2024	Занятие 33	стр.65-66
136	6.05.2024	Занятие 33 (закрепление)	стр.65-66
137	13.05.2024	Занятие 34	стр.66-67
138	17.05.2024	Занятие 34 (закрепление)	стр.66-67
139	20.05.2024	Занятие 35	стр.67-68
140	24.05.2024	Занятие 35 (закрепление)	стр.67-68
141	27.05.2024	Занятие 36	стр.68
142	31.05.2024	Занятие 36 (закрепление)	стр.68

Всего 71 занятие в учебном году.

### **Группа №7**

№	Дата	Тема	Методическое пособие
<b>Сентябрь</b>			
1.	6.09.2023	Занятие 1	стр.23-24
2.	7.09.2023	Занятие 1 (закрепление)	стр.23-24
3.	13.09.2023	Занятие 2	стр.24-25
4.	14.09.2023	Занятие 2 (закрепление)	стр.24-25
5.	20.09.2023	Занятие 3	стр.25-26
6.	21.09.2023	Занятие 3 (закрепление)	стр.25-26
7.	27.09.2023	Занятие 4	стр.26-27
8.	28.09.2023	Занятие 4 (закрепление)	стр.26-27
<b>Октябрь</b>			
9.	4.10.2023	Занятие 5	стр.28-29
10.	5.10.2023	Занятие 5 (закрепление)	стр.28-29

11.	11.10.2023	Занятие 6	стр.29
12.	12.10.2023	Занятие 6 (закрепление)	стр.30
13.	18.10.2023	Занятие 7	стр.30-31
14.	19.10.2023	Занятие 7 (закрепление)	стр.30-31
15.	25.10.2023	Занятие 8	стр.31-32
16.	26.10.2023	Занятие 8 (закрепление)	стр.31-32
<b>Ноябрь</b>			
17.	11.11.2023	Занятие 9	стр.33
18.	2.11.2023	Занятие 9 (закрепление)	стр.33-34
19.	8.11.2023	Занятие 10	стр.34-35
20.	9.11.2023	Занятие 10 (закрепление)	стр.34-35
21.	15.11.2023	Занятие 11	стр.35-37
22.	16.11.2023	Занятие 11 (закрепление)	стр.35-37
23.	22.11.2023	Занятие 12	стр.37-38
24.	23.11.2023	Занятие 12 (закрепление)	стр.37-38
25.	29.11.2023	Занятие 12 (закрепление)	стр.37-38
26.	30.11.2023	Занятие 12 (с изменениями)	стр.37-38
<b>Декабрь</b>			
27.	6.12.2023	<i>Зимний период</i> Занятие 13	стр.38-40
28.	7.12.2023	Занятие 13 (закрепление)	стр.38-40
29.	13.12.2023	Занятие 14	стр.40-41
30.	14.12.2023	Занятие 14 (закрепление)	стр.40-41
31.	20.12.2023	Занятие 15	стр.41-42
32.	21.12.2023	Занятие 15 (закрепление)	стр.41-42
33.	27.12.2023	Занятие 16	стр.42-43
34.	28.12.2023	Занятие 16 (закрепление)	стр.42-43.
<b>Январь</b>			
35.	10.01.2024	Занятие 17	стр.43-45
36.	11.01.2024	Занятие 17 (закрепление)	стр.43-45
37.	17.01.2024	Занятие 18	стр.45-46
38.	18.01.2024	Занятие 18 (закрепление)	стр.45-46.
39.	24.01.2024	Занятие 19	стр.46-47
40.	25.01.2024	Занятие 19 (закрепление)	стр.46-47
41.	31.01.2024	Занятие 20	стр.47-49
<b>Февраль</b>			
42.	1.02.2024	Занятие 21	стр.50
43.	7.02.2024	Занятие 21(закрепление)	стр.50
44.	8.02.2024	Занятие 22	стр.51
45.	14.02.2024	Занятие 22 (закрепление)	стр.51
46.	15.02.2024	Занятие 23	стр.52
47.	21.02.2024	Занятие 23 (закрепление)	стр.52
48.	22.02.2024	Занятие 24	стр.53-54
49.	28.02.2024	Занятие 24 (закрепление)	стр.53-54
50.	29.02.2024	Занятие 24 (закрепление)	стр.53-54
<b>Март</b>			
51.	6.03.2024	<i>Весенний период</i> Занятие 25	стр.54-55
52.	7.03.2024	Занятие 25 (закрепление)	стр.54-55



53.	13.03.2024	Занятие 26	стр.56-57
54.	14.03.2024	Занятие 26 (закрепление)	стр.56-57
55.	20.03.2024	Занятие 27	стр.57-58
56.	21.03.2024	Занятие 27 (закрепление)	стр.57-58
57.	27.03.2024	Занятие 28	стр.58-59
58.	28.03.2024	Занятие 28 (закрепление)	стр.58-59
<b>Апрель</b>			
59.	3.04.2024	Занятие 29	стр.60-61
60.	4.04.2024	Занятие 29 (закрепление)	стр.60-61
61.	10.04.2024	Занятие 30	стр.61-62
62.	11.04.2024	Занятие 30 (закрепление)	стр.61-62
63.	17.04.2024	Занятие 31	стр.62-63
64.	18.04.2024	Занятие 31 (закрепление)	стр.62-63
65.	24.04.2024	Занятие 32	стр.63-64
66.	25.04.2024	Занятие 32 (закрепление)	стр.63-64
<b>Май</b>			
67.	2.05.2024	Занятие 33	стр.65-66
68.	8.05.2024	Занятие 33 (закрепление)	стр.65-66
69.	15.05.2024	Занятие 34	стр.66-67
70.	16.05.2024	Занятие 34 (закрепление)	стр.66-67
71.	22.05.2024	Занятие 35	стр.67-68
72.	23.05.2024	Занятие 35 (закрепление)	стр.67-68
73.	29.05.2024	Занятие 36	стр.68
74.	30.05.2024	Занятие 36 (закрепление)	стр.68

Всего 74 занятия в учебном году.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Перспективное планирование занятий по физической культуре Средний дошкольный возраст

Источник: Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду (средняя группа)», М., МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.

Группа № 9

№	Дата	Тема	Методическое пособие
<b>Сентябрь</b>			
1.	5.09.2023	Занятие 1	стр.19-20
2.	6.09.2023	Занятие 2	стр.20
3.	12.09.2023	Занятие 4	стр.21-22
4.	13.09.2023	Занятие 5	стр.23
5.	19.09.2023	Занятие 7	стр.24-25
6.	20.09.2023	Занятие 8	стр.26
7.	26.09.2023	Занятие 10	стр.26-28
8.	27.09.2023	Занятие 11	стр.28-29
<b>Октябрь</b>			
9.	3.10.2023	Занятие 13	стр.30-32
10.	4.10.2023	Занятие 14	стр.32
11.	10.10.2023	Занятие 16	стр.33
12.	11.10.2023	Занятие 17	стр.34
13.	17.10.2023	Занятие 19	стр.35
14.	18.10.2023	Занятие 20	стр.35-36
15.	24.10.2023	Занятие 22	стр.36-37

16.	25.10.2023	Занятие 23	стр.37-38
17.	31.10.2023	Занятие 23 (закрепление)	стр.37-38
<b>Ноябрь</b>			
18.	1.11.2023	Занятие 25	стр.39-40
19.	7.11.2023	Занятие 26	стр.40
20.	8.11.2023	Занятие 28	стр.41-42
21.	14.11.2023	Занятие 29	стр.42
22.	15.11.2023	Занятие 31	стр.43-44
23.	21.11.2023	Занятие 32	стр.44
24.	22.11.2023	Занятие 34	стр.45-46
25.	28.11.2023	Занятие 35	стр.23
26.	29.11.2023	Занятие 35 (закрепление)	стр.23
<b>Декабрь</b>			
27.	5.12.2023	<i>Зимний период</i> Занятие 1	стр.48-49
28.	6.12.2023	Занятие 2	стр.49
29.	12.12.2023	Занятие 4	стр.50
30.	13.12.2023	Занятие 5	стр.51
31.	19.12.2023	Занятие 7	стр.52-53
32.	20.12.2023	Занятие 8	стр.53
33.	26.12.2023	Занятие 10	стр.54-56
34.	27.12.2023	Занятие 11	стр.56
<b>Январь</b>			
35.	9.01.2024	Занятие 13	стр.57-58
36.	10.01.2024	Занятие 14	стр.58-59
37.	16.01.2024	Занятие 16	стр.59-60
38.	17.01.2024	Занятие 17	стр.60-61
39.	23.01.2024	Занятие 19	стр.61-62
40.	24.01.2024	Занятие 20	стр. 62
41.	30.01.2024	Занятие 22	стр. 63
42.	31.01.2024	Занятие 23	стр. 64
<b>Февраль</b>			
43.	6.02.2024	Занятие 25	стр.65-66
44.	7.02.2024	Занятие 26	стр.66
45.	13.02.2024	Занятие 28	стр.67-68
46.	14.02.2024	Занятие 29	стр.68
47.	20.02.2024	Занятие 31	стр.69-70
48.	21.02.2024	Занятие 32	стр.70
49.	27.02.2024	Занятие 34	стр.70-71
50.	28.02.2024	Занятие 35	стр.71-72
<b>Март</b>			
51.	5.03.2024	<i>Весенний период</i> Занятие 1	стр.72-73
52.	6.03.2024	Занятие 2	стр.73
53.	12.03.2024	Занятие 4	74-75
54.	13.03.2024	Занятие 5	стр.75-76
55.	19.03.2024	Занятие 7	стр.76-77
56.	20.03.2024	Занятие 8	стр.77
57.	26.03.2024	Занятие 10	стр.78

58.	27.03.2024	Занятие 11	стр.79
<b>Апрель</b>			
59.	2.04.2024	Занятие 13	стр.80-81
60.	3.04.2024	Занятие 14	стр.81-82
61.	9.04.2024	Занятие 16	стр.82-83
62.	10.04.2024	Занятие 17	стр.83-84
63.	16.04.2024	Занятие 19	стр.84-85
64.	17.04.2024	Занятие 20	стр.85
65.	23.04.2024	Занятие 22	стр.86
66.	24.04.2024	Занятие 23	стр.87
<b>Май</b>			
67.	7.05.2024	Занятие 25	стр.88
68.	8.05.20234	Занятие 26	стр.89
69.	14.05.2024	Занятие 28	стр.89-90
70.	15.05.2024	Занятие 29	стр.90
71.	21.05.2024	Занятие 31	стр.91-92
72.	22.05.2024	Занятие 32	стр.92
73.	28.05.2024	Занятие 34	стр.92-93
74.	29.05.2024	Занятие 35	Стр.93

Всего 74 занятия в учебном году.

#### Группа № 5

№	Дата	Тема	Методическое пособие
<b>Сентябрь</b>			
1.	5.09.2023	Занятие 1	стр.19-20
2.	7.09.2023	Занятие 2	стр.20
3.	12.09.2023	Занятие 4	стр.21-22
4.	14.09.2023	Занятие 5	стр.23
5.	19.09.2023	Занятие 7	стр.24-25
6.	21.09.2023	Занятие 8	стр.26
7.	26.09.2023	Занятие 10	стр.26-28
8.	28.09.2023	Занятие 11	стр.28-29
<b>Октябрь</b>			
9.	3.10.2023	Занятие 13	стр.30-32
10.	5.10.2023	Занятие 14	стр.32
11.	10.10.2023	Занятие 16	стр.33
12.	12.10.2023	Занятие 17	стр.34
13.	17.10.2023	Занятие 19	стр.35
14.	19.10.2023	Занятие 20	стр.35-36
15.	24.10.2023	Занятие 22	стр.36-37
16.	26.10.2023	Занятие 23	стр.37-38
17.	31.10.2023	Занятие 23 (закрепление)	стр.37-38
<b>Ноябрь</b>			
18.	2.11.2023	Занятие 25	стр.39-40
19.	7.11.2023	Занятие 26	стр.40
20.	9.11.2023	Занятие 28	стр.41-42
21.	14.11.2023	Занятие 29	стр.42
22.	16.11.2023	Занятие 31	стр.43-44
23.	21.11.2023	Занятие 32	стр.44
24.	23.11.2023	Занятие 34	стр.45-46

25.	28.11.2023	Занятие 35	стр.23
26.	30.11.2023	Занятие 35 (закрепление)	стр.23
<b>Декабрь</b>			
27.	5.12.2023	<i>Зимний период</i> Занятие 1	стр.48-49
28.	7.12.2023	Занятие 2	стр.49
29.	12.12.2023	Занятие 4	стр.50
30.	14.12.2023	Занятие 5	стр.51
31.	19.12.2023	Занятие 7	стр.52-53
32.	21.12.2023	Занятие 8	стр.53
33.	26.12.2023	Занятие 10	стр.54-56
34.	28.12.2023	Занятие 11	стр.56
<b>Январь</b>			
35.	9.01.2024	Занятие 13	стр.57-58
36.	11.01.2024	Занятие 14	стр.58-59
37.	16.01.2024	Занятие 16	стр.59-60
38.	18.01.2024	Занятие 17	стр.60-61
39.	23.01.2024	Занятие 19	стр.61-62
40.	25.01.2024	Занятие 20	стр. 62
41.	30.01.2024	Занятие 22	стр. 623-64
<b>Февраль</b>			
42.	1.02.2024	Занятие 25	стр.65-66
43.	6.02.2024	Занятие 26	стр.66
44.	8.02.2024	Занятие 28	стр.67-68
45.	13.02.2024	Занятие 29	стр.68
46.	15.02.2024	Занятие 31	стр.69-70
47.	20.02.2024	Занятие 32	стр.70
48.	22.02.2024	Занятие 34	стр.70-71
49.	27.02.2024	Занятие 35	стр.71-72
50.	29.02.2024	Занятие 35 (закрепление)	стр.71-72
<b>Март</b>			
51.	5.03.2024	<i>Весенний период</i> Занятие 1	стр.72-73
52.	7.03.2024	Занятие 2	стр.73
53.	12.03.2024	Занятие 4	74-75
54.	14.03.2024	Занятие 5	стр.75-76
55.	19.03.2024	Занятие 7	стр.76-77
56.	21.03.2024	Занятие 8	стр.77
57.	26.03.2024	Занятие 10	стр.78
58.	28.03.2024	Занятие 11	стр.79
<b>Апрель</b>			
59.	2.04.2024	Занятие 13	стр.80-81
60.	4.04.2024	Занятие 14	стр.81-82
61.	9.04.2024	Занятие 16	стр.82-83
62.	11.04.2024	Занятие 17	стр.83-84
63.	16.04.2024	Занятие 19	стр.84-85
64.	18.04.2024	Занятие 20	стр.85
65.	23.04.2024	Занятие 22	стр.86
66.	25.04.2024	Занятие 23	стр.87

<b>Май</b>			
67.	2.05.2023	Занятие 25	стр.88
68.	7.05.2023	Занятие 26	стр.89
69.	14.05.2023	Занятие 28	стр.89-90
70.	16.05.2023	Занятие 29	стр.90
71.	21.05.2023	Занятие 31	стр.91-92
72.	23.05.2023	Занятие 32	стр.92
73.	28.05.2023	Занятие 34	стр.92-93
74.	30.05.2023	Занятие 35	стр.93

Всего 74 занятия в учебном году.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Перспективное планирование занятий по физической культуре Старший дошкольный возраст

Источник: Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду (старшая группа)», М.,  
МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2018.

Группа № 10

<b>№</b>	<b>Дата</b>	<b>Тема</b>	<b>Методическое пособие</b>
<b>Сентябрь</b>			
143	1.09.23	Занятие 1	стр.15-16
144	7.09.23	Занятие 2	2018, стр.17
145	8.09.23	Занятие 4	стр.19-20
146	14.09.23	Занятие 5	стр.20
147	15.09.23	Занятие 7	стр.21-23
148	21.09.23	Занятие 8	стр.23-24
149	22.09.23	Занятие 10	стр.24-26
150	28.09.23	Занятие 11	стр.26
151	29.09.23	Занятие 11 (закрепление)	стр.26
<b>Октябрь</b>			
152	5.10.2023	Занятие 13	стр.28-29
153	6.10.2023	Занятие 14	стр.29
154	12.10.2023	Занятие 16	стр.30-32
155	13.10.2023	Занятие 17	стр.32
156	19.10.2023	Занятие 19	стр.33-34
157	20.10.2023	Занятие 20	стр.34-35
158	26.10.2023	Занятие 22	стр.35-37
159	27.10.2023	Занятие 23	стр.37
<b>Ноябрь</b>			
160	2.11.2023	Занятие 25	стр.39-41
161	3.11.2023	Занятие 26	стр.41
162	9.11.2023	Занятие 28	стр.42-43
163	10.11.2023	Занятие 29	стр.43
164	16.11.2023	Занятие 31	стр.44-45
165	17.11.2023	Занятие 32	стр.45
166	23.11.2023	Занятие 34	стр.46-47
167	24.11.2023	Занятие 35	стр.46-47
168	30.11.2023	Занятие 35	стр.46-47

		(закрепление)	
<b>Декабрь</b>			
169	21.12.2023	<i>Зимний период</i> Занятие 1	стр.48-49
170	7.12.2023	Занятие 2	стр.49-50
171	8.12.2023	Занятие 4	стр.51-52
172	14.12.2023	Занятие 5	стр.15-16
173	15.12.2023	Занятие 7	стр.53-54
174	21.12.2023	Занятие 8	стр.54
175	22.12.2023	Занятие 10	стр.55-57
176	28.12.2023	Занятие 11	стр.57
177	29.12.2023	Занятие (закрепление)	11 стр.57
<b>Январь</b>			
178	11.01.2024	Занятие 13	стр.59-60
179	12.01.2024	Занятие 14	стр.60
180	18.01.2024	Занятие 16	61-62
181	19.01.2024	Занятие 19	стр.63-64
182	25.01.2024	Занятие 20	стр.64
183	26.01.2024	Занятие 22	стр.65-66
<b>Февраль</b>			
184	1.02.2024	Занятие 25	стр.68-69
185	2.02.2024	Занятие 26	стр.69
186	8.02.2024	Занятие 28	стр.71-71
187	9.02.2024	Занятие 29	стр.71
188	15.02.2024	Занятие 31	стр.71-72
189	16.02.2024	Занятие 32	стр.72-73
190	22.02.2024	Занятие 34	стр.73-74
191	29.02.2024	Занятие 35	стр. 74
<b>Март</b>			
192	1.03.2024	<i>Весенний период</i> Занятие 1	стр.76-77
193	7.03.2024	Занятие 2	стр.77-78
194	14.03.2024	Занятие 4	79-80
195	15.03.2024	Занятие 5	стр.80
196	21.03.2024	Занятие 7	стр.81
197	22.03.2024	Занятие 8	стр.82
198	28.03.2024	Занятие 10	стр.83-84
199	29.03.2024	Занятие 11	стр.84
<b>Апрель</b>			
200	4.04.2024	Занятие 13	стр.86-87
201	5.04.2024	Занятие 14	стр.87
202	11.04.2024	Занятие 16	стр.88-89
203	12.04.2024	Занятие 17	стр.89
204	18.04.2024	Занятие 19	стр.89-91
205	19.04.2024	Занятие 20	стр.91
206	25.04.2024	Занятие 22	стр.91-93
207	26.04.2024	Занятие 23	стр.93

<b>Май</b>			
208	3.05.2022	Занятие 25	стр.94-95
209	16.05.2022	Занятие 26	стр.95-96
210	17.05.2022	Занятие 28	стр.96-97
211	23.05.2022	Занятие 29	стр.97
212	24.05.2022	Занятие 31	стр.98-99
213	30.05.2022	Занятие 32	стр.99
214	31.05.2022	Занятие 34	стр.100-101

Всего 72 занятия в учебном году.

Лыжная подготовка

### **Зимний период**

Проводится на улице в зависимости от погодных условий во время занятия на свежем воздухе

1.	Декабрь Занятие 9	стр.54-55
2.	Занятие 12	57-58
3.	Январь Занятие 15	стр.61
4.	Занятие 18	стр.63
5.	Занятие 21	стр.65
6.	Занятие 24	стр.66-67
7.	Февраль Занятие 27	стр.69-70
8.	Занятие 30	стр.71
9.	Занятие 33	стр.73

## **ПРИЛОЖЕНИЕ**

### **Перспективное планирование занятий по физической культуре**

#### **Подготовительные к школе группы**

Источник: Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду (подготовительная к школе группа)», М., МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017.

Группы № 6, №10

<b>№</b>	<b>Дата</b>	<b>Тема</b>	<b>Методическое пособие</b>
<b>Сентябрь</b>			
1.	4.09.23	Занятие 1	стр.9-10
2.	5.09.23	Занятие 2	стр.10
3.	11.09.23	Занятие 4	стр.11-13
4.	12.09.23	Занятие 5	стр.13
5.	18.09.23	Занятие 7	стр.15-16
6.	19.09.23	Занятие 8	стр.16
7.	25.09.23	Занятие 10	стр.16
8.	26.09.23	Занятие 11	стр.18
<b>Октябрь</b>			
9.	2.10.2023	Занятие 13	стр.20-21
10.	3.10.2023	Занятие 14	стр.21-22
11.	9.10.2023	Занятие 16	стр.22-23
12.	10.10.2023	Занятие 17	стр.23-24

13.	16.10.2023	Занятие 19	стр.24-25
14.	17.10.2023	Занятие 20	стр.26
15.	23.10.2023	Занятие 22	стр.27-28
16.	24.10.2023	Занятие 23	стр.28
17.	30.10.2023	Занятие 23 (с изменениями)	стр.28
18.	31.10.2023	Занятие 23 (закрепление)	стр.28
<b>Ноябрь</b>			
19.	7.11.2023	Занятие 25	стр.29-32
20.	13.11.2023	Занятие 26	стр.32
21.	14.11.2023	Занятие 28	стр.32-34
22.	20.11.2023	Занятие 29	стр.34
23.	21.11.2023	Занятие 31	стр.34-36
24.	27.11.2023	Занятие 32	стр.36
25.	28.11.2023	Занятие 34	стр.37-38
<b>Декабрь</b>			
26.	4.12.2023	<i>Зимний период</i> Занятие 1	стр.40-41
27.	5.12.2023	Занятие 2	стр.41
28.	11.12.2023	Занятие 4	42-43
29.	12.12.2023	Занятие 5	стр.43
30.	18.12.2023	Занятие 7	стр.43-44
31.	19.12.2023	Занятие 8	стр.44
32.	25.12.2023	Занятие 10	стр.47-48
33.	26.12.2023	Занятие 11	стр.48
<b>Январь</b>			
34.	9.01.2024	Занятие 13	стр.49-51
35.	15.01.2024	Занятие 14	стр.51
36.	16.01.2024	Занятие 16	стр.52-53
37.	22.01.2024	Занятие 17	стр.53-54
38.	23.01.2024	Занятие 19	стр.54-56
39.	29.01.2024	Занятие 22	стр.57-58
40.	30.01.2024	Занятие 23	стр.58-59
<b>Февраль</b>			
41.	5.02.2024	Занятие 25	стр.59-60
42.	6.02.2024	Занятие 26	стр.60
43.	12.02.2024	Занятие 28	стр.61-62
44.	13.02.2024	Занятие 29	стр.62
45.	19.02.2024	Занятие 31	стр.63-64
46.	20.02.2024	Занятие 32	стр.64
47.	26.02.2024	Занятие 34	стр.65-66
48.	27.02.2024	Занятие 35	стр.66
<b>Март</b>			
49.	4.03.2024	<i>Весенний период</i> Занятие 1	стр.72-73
50.	5.03.2024	Занятие 2	стр.73
51.	11.03.2024	Занятие 4	стр.74-75



52.	12.03.2024	Занятие 5	стр.75
53.	18.03.2024	Занятие 7	стр.76-78
54.	19.03.2024	Занятие 8	стр.78
55.	25.03.2024	Занятие 10	стр.79-80
56.	26.03.2024	Занятие 11	стр.80
<b>Апрель</b>			
57.	1.04.2024	Занятие 13	стр.81-82
58.	2.04.2024	Занятие 14	стр.82
59.	8.04.2024	Занятие 16	стр.83
60.	9.04.2024	Занятие 17	стр.84
61.	15.04.2024	Занятие 19	стр.84-86
62.	16.04.2024	Занятие 20	стр.86-87
63.	22.04.2024	Занятие 22	стр.87-88
64.	23.04.2024	Занятие 23	стр.88
<b>Май</b>			
65.	6.05.2024	Занятие 25	стр.88-89
66.	7.05.2024	Занятие 26	стр.89
67.	13.05.2024	Занятие 28	стр.90-91
68.	14.05.2024	Занятие 29	стр.91
69.	20.05.2024	Занятие 31	стр.92-93
70.	21.05.2024	Занятие 32	стр.93
71.	27.05.2024	Занятие 34	стр. 95
72.	28.05.2024	Занятие 35	стр.96

Всего 72занятия в учебном году.

Лыжная подготовка

**Зимний период**

Проводится на улице в зависимости от погодных условий

1	Занятие 1	стр.67
2	Занятие 2	стр.67-68
3	Занятие 3	стр.68
4	Занятие 4	стр.68
5	Занятие 5	стр.68
6	Занятие 6	стр.68-69
7	Занятие 7	стр.69
8	Занятие 8	стр.69
9	Занятие 9	стр.69
10	Занятие 10	стр.69-70