

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
Тисульский детский сад № 1 «Колосок»

Принята
на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от 31 августа 2017г.

Утверждаю:
заведующая МДОУ Тисульского
детского сада № 1 «Колосок»
Т.М. Анашкина
Приказ №157 от 31 августа 2017г.

**Рабочая программа
образовательной деятельности
«Физическая культура»
(во всех возрастных группах)
Срок реализации 1 год**

Автор-составитель: Арыкова К.А.
инструктор по физической культуре,
первая категория

СОДЕРЖАНИЕ

1. Целевой раздел	
1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Цели и задачи реализации основной образовательной программы дошкольного образования	4
1.1.2. Принципы и подходы к формированию основной образовательной программы дошкольного образования	5
1.1.3. Значимые характеристики для разработки и реализации основной образовательной программы дошкольного образования характеристики	8
1.2. Планируемые результаты освоения основной образовательной программы дошкольного образования	11
II. Содержательный раздел	
2.1. Содержание образовательной деятельности по направлению «Физическое развитие	22
2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации основной образовательной программы дошкольного образования с учетом возрастных особенностей воспитанников	38
2.3. Взаимодействие со специалистами	41
2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	42
2.5. Иные характеристики содержания основной образовательной программы дошкольного образования	45
Раздел III. Организационный	
3.1. Материально-техническое обеспечение основной образовательной программы дошкольного образования	47
3.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания	49
3.3. Распорядок и / или режим дня	51
3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	60
3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	62

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по физическому развитию детей разработана в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования МДОУ Тисульского детского сада №1 «Колосок» и в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее – ФГОС ДО), с учетом региональных особенностей Кемеровской области, образовательных потребностей и запросов воспитанников, а также их родителей (законных представителей). Программа отражает особенности содержания образовательной области «Физическое развитие».

Нормативно-правовой основой для разработки образовательной программы являются:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 14.11.2013г., № 30384));
- Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки РФ от 28.02.2014г. № 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования (зарегистрирован в Минюсте России 26.09.2013г. № 30038);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций (зарегистрировано в Минюсте России 29.05.2013г., № 28564).

Программа состоит из трех основных разделов – целевого, содержательного и организационного. Программа включает обязательную часть (инвариантную) и часть, формируемую участниками образовательных отношений (вариативную). Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований ФГОС ДО.

Рабочая программа разработана с учетом возможностей образовательного учреждения, педагогических условий. Предусмотрено удовлетворение социального заказа по физкультурно-оздоровительной направленности в формах, определённых Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ.

В Рабочей программе максимально учитываются возрастные и индивидуальные особенности воспитанников.

Рабочая программа состоит из двух частей:

Обязательная часть, которая включает организацию режима пребывания детей в ДОУ; модель образовательного процесса с использованием разнообразных форм и с учетом времени года и возрастных психофизиологических возможностей детей, взаимосвязи планируемых занятий с повседневной жизнью детей в детском саду; закаливающие мероприятия; физкультурно-оздоровительные мероприятия; содержание психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическое развитие»; планируемые результаты освоения детьми общеобразовательной программы

(целевые ориентиры); мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения Программы.

Часть, формируемая участниками образовательного процесса, которая определяет работу по приоритетному направлению деятельности учреждения, реализации методической темы инструктора по физическому развитию, дополнительное образование.

Физическая культура является частью общечеловеческой культуры. Она охватывает те стороны жизни и воспитания, которые имеют важнейшее значение для нормального психофизического развития ребенка, укрепления его здоровья и развития двигательной сферы.

Физическая культура рассматривается как основа формирования здорового образа жизни ребенка, в результате которого закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненно - важных систем и функций организма. У ребенка развиваются адаптационные возможности, повышается устойчивость к внешним воздействиям, формируются движения, осанка; приобретаются физические качества, вырабатываются гигиенические навыки, привычки и представления, формируются черты характера.

К физической культуре ребенок приобщается постоянно, она пронизывает все виды его деятельности и отдых.

Основным средством физической культуры являются физические упражнения, которые представляют собой специально подобранные движения и различные виды двигательной деятельности, организованные взрослым. Систематическое выполнение упражнений содействует всестороннему развитию всех органов и систем и в первую очередь двигательного аппарата, повышает возбудимость мышц, темп, силу; улучшает координацию движений, мышечный тонус и общую выносливость ребенка.

Интенсивная двигательная активность детей влечет за собой усиление сердечной деятельности, тренирует сердце, укрепляет нервную систему, улучшает соотношение процесса возбуждения и торможения в коре головного мозга. Через движение ребенок познает окружающий мир, у него развивается ориентировка в пространстве, проявляются волевые усилия и яркие эмоциональные переживания.

Важно, чтобы полученные детьми двигательные умения и навыки во время разных видов занятий по физической культуре широко использовались в повседневной жизни.

Создание условий для полноценной двигательной деятельности детей в детском саду и семье способствует формированию основных двигательных умений и навыков, повышению функциональных возможностей детского организма, развитию физических качеств и способностей, воспитанию интереса к разным занятиям по физической культуре.

Важно на протяжении всего дошкольного детства поддерживать и развивать природную потребность ребенка в разных играх и движениях, не подавляя при этом его инициативы. Двигательная деятельность оказывает благоприятное воздействие на организм ребенка, если она соответствует его возрастным и индивидуальным особенностям.

1.1.1. Цели и задачи Программы

Ведущие цели Программы – сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства; полноценное физическое, личностное, интеллектуальное развитие ребенка дошкольника, его физических способностей, «здорового духа» через организацию физической деятельности; формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни интереса к физической культуре.

Задачи физического развития по ФГОС:

1. Охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
2. Обеспечения равных возможностей полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
3. Формирования общей культуры личности воспитанников, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок к учебной деятельности;
4. Формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
5. Обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Для достижения целей Программы поставлены задачи:

- охранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие;
- обеспечивать равные возможности полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства, независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- создавать благоприятные условия развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развивать способности и творческий потенциал каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- формировать общую культуру личности воспитанников, в том числе ценностей здорового образа жизни, развивать их социальные, нравственные, эстетические, интеллектуальные, физические качества, инициативность, самостоятельность и ответственность, формировать предпосылки учебной деятельности;
- формировать социокультурную среду, соответствующую возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- объединить обучение и воспитание в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- обеспечить вариативность и разнообразие содержания Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- обеспечить психолого-педагогическую поддержку семье, повысить компетентность родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

При построении педагогического процесса основное образовательное содержание программы ООП ДО педагоги осуществляют в повседневной жизни, в совместной с детьми деятельности, путем интеграции естественных для дошкольника видов деятельности, главным из которых является игра. Игра становится содержанием и формой организации жизни детей. Игровые моменты, ситуации и приемы включаются во все виды детской деятельности и общения воспитателя с дошкольниками. Поэтому особым разделом Программы стал раздел – Игра как особое пространство развития ребенка.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Рабочей Программы

Принципы, сформулированные на основе требований ФГОС ДО:

➤ поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;

➤ личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников ДОУ) и детей;

➤ уважение личности ребенка;

➤ реализация программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

Принципы, сформулированные на основе особенностей примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы»:

➤ принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка (развивающий характер образования реализуется через деятельность ребенка в зоне ближайшего развития и является основой организации образовательного процесса в любом учреждении);

➤ принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и, как показывает опыт, может быть успешно реализована в массовой практике дошкольного образования);

➤ принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;

➤ принцип построения образовательного на адекватных возрасту формах работы с детьми при этом основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;

➤ принцип соответствия критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);

➤ принцип построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (индивидуализация дошкольного образования);

➤ принцип содействия и сотрудничества детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

➤ принцип комплексно-тематического построения образовательного процесса;

➤ принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

➤ принцип варьирования образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей;

➤ принцип культуросообразности;

➤ принцип преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

Принципы физического развития:

Учет ведущей (игровой) деятельности конкретного возраста – реализация Программы осуществляется через ведущую деятельность детей – игру, которая занимает

значительную часть их жизни и имеет огромное значение для их психического развития. Игра вызывает у детей сильные эмоции, чувство удовольствия, радости, что позволяет быстрее освоить сложные двигательные умения и навыки. Она обеспечивает необходимую заинтересованность детей, эмоционально окрашивает занятие.

Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

Принцип осознанности и активности – осознание техники движения, последовательности его выполнения, мышечного напряжения, собственного тела способствует формированию у ребенка телесной рефлексии. Ребенок учится самостоятельно и творчески решать двигательные задачи; осознанно выбирает рациональный способ двигательного действия; придумывает свои варианты выполнения упражнения. Каждое движение в физическом воспитании имеет свой «словесный портрет», который ребенок проговаривает, осмысливает и только потом выполняет.

Принцип систематичности – обеспечивает регулярность, планомерность, непрерывность процесса обучения детей физической культуре.

Принцип непрерывности – обеспечивается последовательностью и преемственностью между занятиями; развивает морфофункциональные свойства организма, которые развиваются и совершенствуются, подчиняясь «законам упражнения». Данный принцип выражает закономерности построения обучения и воспитания как целостного процесса.

Принцип последовательности – планирование и проведение занятий по физической культуре во всех возрастных группах осуществляется в четкой последовательности, преемственности и взаимосвязи. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет перейти к освоению последующего, более сложного материала. Вновь разучиваемое упражнение базируется на временных связях, закрепленных разучиванием предшествующего упражнения. Т.е., обучение осуществляется в строгой последовательности.

Принцип повторения – в результате многократных повторений упражнений образуются двигательные навыки. В содержание занятий включается изучение нового движения и повторение в различных вариантах (изменение способа выполнения, условий выполнения, использование творческих заданий) изученных ранее движений, что позволяет добиться развивающего эффекта.

Принцип наглядности - систематизированный наглядный дидактический материал способствует дополнению, уточнению, коррекции образа двигательного действия, чем существенно облегчает выполнение заданий, ускоряет формирование двигательных умений и навыков, вызывает интерес и творческую активность детей.

Принцип доступности и индивидуализации – распределение программного материала по физическому воспитанию осуществляется с учетом возрастных функциональных и индивидуальных двигательных способностей детей, выявленных в результате диагностики физической подготовленности и основывается на связи каждого предыдущего занятия с последующим. Задачи по обучению детей двигательным умениям и навыкам решаются в комплексе на основе лично-ориентированного подхода к каждому ребенку.

Принцип постепенного наращивания физической нагрузки (прогрессирования) – выражается в поступательном характере, что гарантирует развивающий эффект процесса физического воспитания. Каждое упражнение в процессе изучения выполняется в постепенно усложняющихся условиях.

Принцип разнообразия физических упражнений - во избежание образования стереотипа, не поддающегося перестройке при изменении ситуации, предусмотрена вариативность выполнения упражнений, которая не только вносит разнообразие в занятия,

но и повышает интерес детей. Разнообразие упражнений достигается не только за счет творческого потенциала педагога, но и за счет развития творческих способностей детей. Детям предлагаются творческие задания на создание и выполнение новых упражнений на решение проблемных ситуаций.

Принцип единства с семьей - особое внимание уделяется совместной работе семьи и ДО по приобщению детей к физической культуре. В систему занятий включены домашние задания на развитие координации и равновесия, силы и ловкости, создание новых необычных упражнений, рассчитанные на психологическую поддержку ребенка родителями.

Все принципы осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребенка к обучению в школе, формируют потребность к ЗОЖ, интерес к занятиям ФК и спортом.

Сформулированные выше принципы, безусловно, носят здоровьесберегающий характер, обеспечивая полноценное психическое развитие, сохранение эмоциональной сферы, формирование базисных характеристик личности.

Подходы к реализации Рабочей программы дошкольного образования:

➤ *системный подход* – относительно самостоятельные компоненты рассматриваются как совокупность взаимосвязанных компонентов: цели образования, субъекты педагогического процесса: педагог и воспитанник, содержание образования, методы, формы, средства педагогического процесса. Задача воспитателя: учет взаимосвязи компонентов;

➤ *личностно-ориентированный подход* – личность как цель, субъект, результат и главный критерий эффективности педагогического процесса. Задача воспитателя: создание условий для саморазвития задатков и творческого потенциала личности;

➤ *деятельностный подход* – деятельность – основа, средство и условие развития личности, это целесообразное преобразование модели окружающей действительности. Задачи воспитателя: выбор и организация деятельности ребенка с позиции субъекта познания труда и общения (активность самого);

➤ *индивидуальный подход* – учет индивидуальных особенностей каждого ребенка. Задачи воспитателя: индивидуальный подход необходим каждому ребенку, как «трудному», так и благополучному, т.к. помогает ему осознать свою индивидуальность, научиться управлять своим поведением, эмоциями, адекватно оценивать собственные сильные и слабые стороны;

➤ *аксиологический (ценностный) подход* – организация воспитания на основе определенных ценностей, которые, с одной стороны, становятся целью и результатом воспитания, а с другой – его средством;

➤ *компетентностный подход* – основным результатом образовательной деятельности становится формирование основ компетентностей как постоянно развивающейся способности воспитанников самостоятельно действовать при решении актуальных проблем, т.е. быть готовым: решать проблемы в сфере учебной деятельности; объяснять явления действительности, их сущность, причины, ориентироваться в проблемах современной жизни; решать проблемы, связанные с реализацией определённых социальных ролей;

➤ *культурологический подход* – методологическое основание процесса воспитания, предусматривающее опору в обучении и воспитании на национальные традиции народа, его культуру, национальные и этнические особенности.

1.1.2. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики Характеристика особенностей детей раннего и дошкольного возраста

Характеристику особенностей развития детей необходимо осуществлять через представление возрастного периода детей, социальной ситуации развития детей в этом возрастном периоде и их ведущей деятельности.

Социальная ситуация развития	Ведущий вид деятельности ребенка
1,6-3 года	
<p>Ситуация совместной деятельности ребенка с взрослым на правах сотрудничества раскрывается в отношениях: ребенок – предмет-взрослый</p>	<p>В этом возрасте малыш всецело поглощен предметом. Погруженный в предметное действие, он не осознает факт, что за предметом всегда стоит взрослый. Ребенок еще не может самостоятельно открыть функции предметов, потому что их физические свойства прямо не указывают на то, как их надо использовать. Таким образом, социальная ситуация развития содержит в себе противоречие. Способы употребления предметов принадлежат взрослому, только он может показать их малышу. Ребенок же выполняет индивидуальное действие, но осуществляться оно должно в соответствии с образцом, который дает взрослый, иначе невозможно достичь правильного результата. Поэтому ведущей деятельностью ребенка данного возраста становится предметная, а средством ее осуществления выступает ситуативно-деловое общение. Предметная деятельность направлена на то, чтобы ребенок овладел назначением предметов, научился действовать с ними. В предметной деятельности у ребенка формируется активная речь, складываются предпосылки для возникновения игровой и продуктивной деятельности, возникают элементы наглядных форм мышления и знаково-символической функции.</p>
3-7 лет	
<p>На этапе дошкольного возраста социальная ситуация развития характеризуется тем, что ребенок открывает для себя мир человеческих отношений. Главная потребность ребенка состоит в том, чтобы войти в мир взрослых, быть как они и действовать вместе с ними. Но реально выполнять функции старших ребенок не может. Поэтому складывается противоречие между его потребностью быть как взрослый и ограниченными реальными возможностями. Данная</p>	<p>Это период наиболее интенсивного освоения смыслов и целей человеческой деятельности, период интенсивной ориентации в них. Главным новообразованием становится новая внутренняя позиция, новый уровень осознания своего места в системе общественных отношений. Если в конце раннего детства ребенок говорит: «Я большой», то к 7 годам он начинает считать себя маленьким. Такое понимание основано на осознании своих возможностей и способностей. Ребенок понимает, что для того, чтобы включиться в мир взрослых, необходимо долго учиться. Конец дошкольного детства знаменует собой стремление занять более взрослую позицию, то есть пойти в школу, выполнять более высоко оцениваемую обществом и более значимую для него деятельность - учебную. В дошкольном детстве значительные изменения происходят во всех сферах психического развития ребенка. Как ни в каком другом возрасте, ребенок осваивает широкий круг деятельности: игровую, трудовую, продуктивную, бытовую, общение; формируется как техническая, так и мотивационно-целевая сторона разных видов деятельности. Главным итогом развития всех видов деятельности являются, с одной стороны, овладение моделированием как центральной умственной способностью, с другой стороны, формирование произвольного поведения. Дошкольник учится ставить более отдаленные цели,</p>

Социальная ситуация развития	Ведущий вид деятельности ребенка
<p>потребность удовлетворяется в новых видах деятельности, которые осваивает дошкольник.</p>	<p>опосредованные представлением, и стремиться к их достижению. В познавательной сфере главным достижением является освоение средств и способов познавательной деятельности. Между познавательными процессами устанавливаются тесные взаимосвязи, они всё более и более интеллектуализируются, осознаются, приобретают произвольный, характер. Складывается первый схематический абрис детского мировоззрения на основе дифференциации природных и общественных явлений, живой и неживой природы, растительного и животного мира. В сфере развития личности возникают первые этические инстанции, складывается соподчинение мотивов, формируется дифференцированная самооценка и личностное сознание.</p>

Рабочая программа составлена по возрастным группам. Она охватывает четыре возрастные ступени физического и психического развития детей:

- 1) дети 3-4 лет;
- 2) дети 4-5 лет
- 3) старший дошкольный возраст (дети 5-6 лет)
- 4) подготовительный к школе возраст (дети 6-8 лет).

В каждой возрастной группе предусмотрено формирование представлений о ЗОЖ и овладение разными видами движений и воспитание физических качеств.

У детей 3-4 лет усилия направлены на то, чтобы научить детей ориентироваться в пространстве физкультурного зала и физкультурной площадки, приёмам элементарной страховки, правильному (по назначению) использованию физкультурного оборудования.

Для детей 4-5 лет основные усилия направлены на развитие физических качеств и, прежде всего, выносливости и силы, которые являются основой обеспечения хорошей физической подготовленности.

У детей 5-6 лет развиваем высокую физическую работоспособность и направляем усилия на качественную физическую подготовку.

Для детей 6-8 лет основной задачей является создание условий для реализации интересов детей, раскрытия их двигательных способностей и развития самостоятельности.

Учитывая возрастные особенности физического развития дошкольников в первые годы жизни, равноценное значение для них приобретают все три группы средств физической культуры: естественные силы природы, гигиенические факторы, физические упражнения.

Младший дошкольный возраст (3—4 лет).

К четырём годам дети хорошо владеют в общих чертах всеми видами основных движений, возникает необходимость в двигательной импровизации, но о ни ещё не умеют соразмерять свои силы и возможности. Убедившись в трудности выполнения какого-либо упражнения, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий. Двигательная активность детей во многом обусловлена достаточно большим двигательным запасом и хорошей пространственной ориентировкой. Они стремятся к разным сочетаниям физкультурных пособий. Как чрезмерно подвижным, так и малоподвижным детям необходима помощь взрослого, который поможет показать разнообразные действия с пособиями: мячом, обручем, скакалкой и т.д. Важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Ребёнку трёх лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений.

Средний дошкольный возраст (4—5 лет).

На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает все более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Появляется интерес к результатам движения. Потребность выполнять его в соответствии с образцом. Двигательная активность ребёнка этого возраста характеризуется соответствующими изменениями в основных движениях.

Старший дошкольный возраст (5—6 лет).

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требование к их качеству, больше внимания уделять развитию морально-волевых и психофизических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений.

В старшем возрасте дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения (ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствие, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям).

Подготовительный к школе возраст (6—8 лет).

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самореализации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении задания. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. У детей формируется потребности заниматься физическими упражнениями, развивается самостоятельность.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Обязательная часть Программы

Целевые ориентиры

Вторая младшая группа:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Средняя группа:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;

- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Владение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Старшая группа:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Владение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Подготовительная группа:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
- Владение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Целевые ориентиры образования по программе физического развития детей дошкольного возраста

В результате освоения Программы ребенок:

- понимает основные ценностные ориентиры культуры здорового образа жизни, умеет соблюдать элементарные правила охраны своего здоровья, имеет соответствующие возрасту представления о вредных привычках, здоровом питании и безопасном поведении в быту;
- приобретает устойчивую потребность в двигательной активности, начальную мотивацию к занятиям физической культурой и проявляет индивидуальный интерес к различным видам спорта;
- ощущает свою причастность традициям и историческим ценностям Родины, осознаёт себя гражданином России;
- приобретает положительные эмоциональные качества (сопереживание, отзывчивость), навыки творческого подхода к деятельности, доброжелателен и спокоен;
- соблюдает общепринятые нормы и правила поведения, приобретает навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми, владеет различными приёмами коммуникации; приобретает понимание собственной области интересов;
- активен в познавательной области жизнедеятельности, способен самостоятельно исследовать, экспериментировать и вести поиск решения поставленной задачи;
- владеет умениями и навыками, необходимыми для осуществления различных видов деятельности(речевыми, литературными, изобразительными, игровыми, пр.);
- воспринимает предстоящую школьную жизнь как новый, интересный этап своего развития и познания мира.

Планируемые результаты как ориентиры освоения детьми образовательной области «Физическое развитие».

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

- Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.
- Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).
- Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.
- Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.
- 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.
- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.
- Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения)
- С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику (гимнастика-побудка).
- Имеет представление о вредных и полезных продуктах.
- Проявляет интерес к подвижным играм.
- Соблюдает правила народных игр, умеет согласовывать движения и ориентируется в пространстве.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

- Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
- Проявляет интерес к участию в совместных 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 строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
- Ходит па лыжах ступающим и скользящим шагом выполняет поворот переступанием.
- Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны.
- Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.
- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни.
- Проявляет умения самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья (здоровьесберегающая модель поведения)
- С удовольствием делает зарядку, ленивую гимнастику (гимнастика-побудка).
- Имеет представление о вредных и полезных продуктах.
- Проявляет интерес к подвижным играм, придумывает различные их варианты.
- Соблюдает правила народных игр и ориентируется в пространстве.

- Проявляет умение выполнять физминутки, дыхательную гимнастику.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

- Владеет соответствующими возрасту основными движениями.
- Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.
- Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях.
- Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.
- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.
- Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку
- Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 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.
- Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.
- Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.
- Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.
- Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.
- Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания.
- Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.
- Имеет представление о вредных и полезных продуктах.
- Знает и играет в народные игры.
- Применяет знания в организации знакомых татарских и русских народных подвижных игр, доводит их до конца.
- Совершенствует двигательные умения и навыки в разученных народных играх.
- Умеет применять навыки самоконтроля по отношению к своему двигательному поведению во время игровых занятий, построенных на основе народных музыкальных подвижных игр и эстафет.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

- Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.
- В свободное время в группе и на прогулке ребенок организует подвижные игры с другими детьми.
- Движения ребенка в подвижных играх, беге и ходьбе уверенные, и ловкие.
- Утомляется незначительно на занятиях, требующих концентрации внимания и усидчивости.
- Умело действует двумя руками при выполнении с несколькими предметами (бытовые действия, одевание, конструирование, лепка).

- Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.
- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье).
- Может прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см; мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега — 180 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.
- Умеет перестраиваться в 2-3 круга на ходу.
- Умеет перестраиваться 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 до 3-х км, поднимается на горку и спускается с нее, тормозит при спуске.
- Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).
- Самостоятельно без напоминаний выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.
- Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.
- Всегда следит за правильной осанкой.
- Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциями организма человека).
- Имеет представления и может высказаться о важности соблюдения режима дня, стремится соблюдать его.
- Имеет представления о рациональном и правильном питании, стремится правильно питаться.
- Может перечислить продукты, которые вредны или полезны для ребенка, какими витаминами богаты.
- Имеет представления о значении двигательной активности на свежем воздухе в жизни человека, о пользе и видах закаливающих процедур, о роли солнечного света, воздуха, воды и их влиянии на здоровье.
- Знает и играет в мордовские, марийские и удмуртские подвижные народные игры.
- Самостоятельно организует знакомые подвижные игры; находит, придумывает разные их варианты.
- С удовольствием выполняет здоровьесберегающие упражнения, рассказывает стихи, потешки, поговорки во время проведения досугов и национальных праздников.

Система оценки результатов освоения Программы.

В соответствии с ФГОС ДО целевые ориентиры:

- не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей;
- не являются основой объективной оценки соответствия, установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;

➤ не могут служить непосредственным основанием при решении управленческих задач, включая: оценку качества образования, оценку как итогового, так и промежуточного уровня развития детей.

Согласно пункта 3.2.3. Стандарта «...при реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования)»

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 в ходе разных видов деятельности.

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

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

2) оптимизации работы с группой детей.

В документах, посвященных модернизации российского образования, ясно выражена мысль о необходимости смены ориентиров образования с получения знаний и реализации абстрактных воспитательных задач - к формированию универсальных способностей личности, основанных на новых социальных потребностях и ценностях. Достижение этой цели прямо связано с индивидуализацией образовательного процесса, что вполне осуществимо при организации работы по индивидуальным образовательным маршрутам.

Индивидуальный образовательный маршрут - это структурированная программа действий педагога на некотором фиксированном этапе работы; это замыслы педагога относительно его собственного продвижения в образовании, оформленные и упорядоченные им, готовые к реализации в педагогических технологиях и в педагогической деятельности.

В практике, процесс обучения и воспитания в основном, ориентируется на средний уровень развития ребенка, поэтому не каждый воспитанник может в полной мере реализовать свои потенциальные возможности. Это ставит перед педагогами задачу по созданию оптимальных условий для реализации потенциальных возможностей каждого воспитанника. Одним из решений в данной ситуации является составление и реализация индивидуального образовательного маршрута (далее – ИОМ).

Индивидуализация обучения, воспитания и развития направлена, прежде всего, на преодоление несоответствия между уровнем, который задают образовательные программы, и реальными возможностями каждого воспитанника.

При проектировании ИОМ педагоги дошкольного учреждения ориентируются на образовательные потребности, индивидуальные способности и возможности воспитанника.

Маршрут создается с целью максимальной реализации образовательных и социальных потребностей детей и рассчитан на одаренных детей и детей, не усваивающих основную образовательную программу дошкольного образования

В ходе образовательной деятельности педагоги создают диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику развития детей и скорректировать свои действия.

Таким образом, благодаря выстраиванию индивидуальных образовательных маршрутов развития одаренных детей и детей, не усваивающих основную образовательную

программу дошкольного образования, педагоги обеспечивают воспитанникам равные стартовые возможности при поступлении в школу.

**Индивидуальный образовательный маршрут
воспитанника МДОУ Тисульского детского сада №1**

ФИО ребенка
Возраст ребенка
Пол
Проблема
Цель индивидуального маршрута
Периодичность занятий
Длительность

Образовательная деятельность	Совместная деятельность с педагогом	Рекомендации родителям

Критерии оценки

Критерии оценки		
Начало года	Конец года	Критерии уровней
<p>Вторая младшая группа</p> <p>1. Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь, становиться в круг. 2. Умеет бегать, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя. 3. Может самостоятельно или при небольшой помощи взрослого сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы. 4. Умеет ползать на четвереньках, подлезать под натянутую веревку, перелезть через бревно, лежащее на полу. 5. Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед. 6. Может бросать мяч двумя руками от груди. 7. Умеет брать, держать, переносить, класть, катать мяч.</p>	<p>1. Умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление. 2. Умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя. 3. Сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы. 4. Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке стремянке, гимнастической стенке произвольным способом. 5. Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40см. 6. Может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1.5м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы.</p>	<p>Высокий – 4 Средний – 3 Низкий - 2</p>

Средняя группа	<ol style="list-style-type: none"> 1. Умеет бегать на скорость, на расстояние 10 метров, принимая исходное положение по инструкции педагога 2. Может обегать предметы, сохраняя заданное направление 3. Может принимать позу Ромберга и сохранять устойчивое равновесие не менее 5-8 сек. 4. Может принимать правильную стойку на гимнастической скамейке и выполнить наклон вперед - вниз, не сгибая коленей не менее 1-3 см ниже уровня скамейки. 5. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 55-60 см, принимая правильное исходное положение по инструкции педагога 6. Может метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 2,5м, принимая исходное положение по инструкции и показу педагога 7. может выжать кистевым динамометром не менее 3 единиц, следуя инструкции педагога. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Умеет бегать на скорость, на расстояние 10 метров, принимая исходное положение при небольшой помощи педагога 2. Умеет обегать предметы, сохраняя заданное направление 3. Умеет принимать позу Ромберга и сохранять устойчивое равновесие не менее 5,5-9,0 сек. 4. Умеет принимать правильную стойку на гимнастической скамейке и выполнить наклон вперед - вниз, не сгибая коленей не менее 2-4 см ниже уровня скамейки. 5. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 70-75 см, принимая правильное исходное положение при небольшой помощи педагога 6. Может метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 3,5м, принимая исходное положение по показу педагога 7. Может выжать кистевым динамометром не менее 3,5-4 единиц, следуя инструкции педагога 	<p>Высокий – 4 Средний – 3 Низкий - 2</p>
-----------------------	--	--	---

Старшая группа	<p>1. Умеет бегать на скорость, на расстояние 30 м, принимая исходное положение при небольшой помощи педагога</p> <p>2. Может обегать предметы, сохраняя заданное направление, темп движения.</p> <p>3. Может по инструкции педагога принять исходное положение и выполнить не менее 17-18 приседаний за 30 сек.</p> <p>4. Может принимать позу Ромберга и сохранять устойчивое равновесие не менее 7-15 сек.</p> <p>5. Может принимать правильную стойку на гимнастической скамейке и выполнить наклон вперед - вниз, не сгибая коленей не менее 2-4 см ниже уровня скамейки.</p> <p>6. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 75-90 см, принимая правильное исходное положение по инструкции педагога</p> <p>7. Может метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 2,5-5,5 м., принимая исходное положение по инструкции педагога</p> <p>8. Может выжать кистевым динамометром не менее 4-8 единиц, следуя инструкции педагога</p>	<p>1. Умеет бегать на скорость, на расстояние 30 м, принимая исходное положение при небольшой помощи педагога</p> <p>2. Может обегать предметы, сохраняя заданное направление, темп движения.</p> <p>3. Умеет самостоятельно принять исходное положение и выполнить не менее 20 приседаний за 30 сек.</p> <p>4. Умеет принимать позу Ромберга и сохранять устойчивое равновесие не менее 20-25 сек.</p> <p>5. Умеет принимать правильную стойку на гимнастической скамейке и выполнить наклон вперед - вниз, не сгибая коленей не менее 3-5 см ниже уровня скамейки.</p> <p>6. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 75-90 см, принимая правильное исходное положение.</p> <p>7. Может метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 3-6 м., принимая исходное положение.</p> <p>8. Может выжать кистевым динамометром не менее 4,5-8,0 единиц, следуя инструкции педагога</p>	<p>Высокий – 4 Средний – 3 Низкий - 2</p>
-----------------------	---	---	---

Подготовительная группа	<p>1. Умеет бегать на скорость, на расстояние 30 метров, принимая исходное положение</p> <p>2. Может обегать предметы, сохраняя заданное направление, темп движения.</p> <p>3. Умеет самостоятельно принять исходное положение и выполнить не менее 21-22 приседаний за 30 сек.</p> <p>4. Умеет принимать позу Ромберга и сохранять устойчивое равновесие не менее 30-35 сек.</p> <p>5. Умеет принимать правильную стойку на гимнастической скамейке и выполнить наклон вперед - вниз, не сгибая коленей не менее 4-5 см ниже уровня скамейки.</p> <p>6. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 90-115 см, принимая правильное исходное положение.</p> <p>7. Может метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 3,5-8 м., принимая исходное положение, сочетая замах с броском.</p> <p>8. Может выжать кистевым динамометром не менее 4,5-10,0 единиц, следуя инструкции педагога</p>	<p>1. Умеет бегать на скорость, на расстояние 30 метров, принимая исходное положение, согласовывая движения рук и ног сохраняя скорость движения.</p> <p>2. Может обегать предметы, сохраняя заданное направление, темп движения.</p> <p>3. Умеет самостоятельно принять исходное положение и выполнить не менее 23 приседаний за 30 сек.</p> <p>4. Умеет принимать позу Ромберга и сохранять устойчивое равновесие не менее 40-50 сек.</p> <p>5. Умеет принимать правильную стойку на гимнастической скамейке и выполнить наклон вперед - вниз, не сгибая коленей не менее 5 см ниже уровня скамейки.</p> <p>6. Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 100-115 см, принимая правильное исходное положение, координируя движения рук и ног</p> <p>7. Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5-10 м., принимая исходное положение, сочетая замах с броском.</p> <p>8. Может выжать кистевым динамометром не менее 4,5-10,0 единиц, четко следуя инструкции</p>	<p>Высокий – 4</p> <p>Средний – 3</p> <p>Низкий - 2</p>

**Ориентировочные показатели
физической подготовленности детей 3-7 лет**

(утверждено Постановлением Правительства Р.Ф. 29 декабря 2001г. №916)

№	Наименование показателя	Пол	3 года	4 года	5 лет	6 лет	7 лет
1	Бросок набивного мяча	Мал	110-150	140-180	160-230	175-300	220-350
		Дев	100-140	130-175	150-225	170-280	190-330
2	Прыжок в длину с места	Мал	60-85	75-95	85-130	100-140	130-155
		Дев	55-80	70-90	85-125	90-140	125-150
3	Наклон туловища	Мал	1-3	2-5	3-6	4-7	5-8

	вперед из положения стоя (см)	Дев	2-6	5-8	6-9	7-10	8-12
4	Бег на дистанцию 10 метров схода	Мал	7,8-7,5	5,5-5,0	3,8-3,7	2,5-2,1	2,3-2,0
		Дев	8,0-7,6	5,7-5,2	4,0-3,8	2,6-2,2	2,5-2,1
5	Бег на дистанцию 30 метров	Мал		8,5-10,0	8,2-7,0	7,0-6,3	6,2-5,7
		Дев		8,8-10,5	8,5-7,4	7,5-6,6	6,5-5,9
6	Челночный бег 3x10 метров	Мал		9,5-11,0	9,2-8,0	8,0-7,4	7,2-6,8
		Дев		9,8-11,5	9,5-8,4	8,5-7,7	7,5-7,0
7	Бег зигзагом	Мал		9,5-11,0	9,2-8,0	8,0-7,4	7,2-6,8
		Дев		9,8-11,5	9,5-8,4	8,5-7,7	7,5-7,0
8	Подъем туловища в сед за 30 сек. (количество)	Мал		6-8	9-11	10-12	12-14
		Дев		4-6	7-9	8-10	9-12
9	Прыжки через скакалку	Мал			1-3	3-15	7-21
		Дев			2-5	3-20	15-45
10	Бег на дистанцию 90,120,150 метров	Мал			31,6-34,6	31,9-35,0	31,5-35,2
		Дев			32,0-35,0	32,0-36,0	32,5-37,0
11	Поднимание ног в положении лежа на спине	Мал			9-10	10-11	11-13
		Дев			6-8	7-9	10-12

Усвоение программного материала по образовательной области «Физическое развитие»

	2-я младшая		Средняя группа		Старшая группа		Подготовительная	
4								
3								
2								
	начало года	конец года	начало года	конец года	начало года	конец года	начало года	конец года

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов с учетом национально - регионального компонента

Возраст детей	Физическая культура	Здоровье
Вторая младшая группа	Подвижные народные игры.	Согласовывает движения, ориентируется в пространстве.
Средняя группа	Подвижные народные игры.	Утренняя гимнастика, закаливающие процедуры, с

		использованием малых жанров устного народного творчества
Старшая группа	Подвижные игры народов мира	Самоконтроль по отношению к своему двигательному поведению во время игровых занятий.
Подготовительная группа	Подвижные игры народов мира, разные варианты подвижных игр	Польза лекарственных растений своего края в сохранении и укреплении собственного здоровья

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Содержание образовательной области «Физическое развитие»

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие образовательные области:

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- 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;
- знакомство 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.).

Конкретное содержание образовательной области «Физическое развитие» зависит от возраста детей и должно реализовываться в определённых видах деятельности:

- в младенческом возрасте и в раннем возрасте это двигательная активность и тактильно-двигательные игры;
- для детей дошкольного возраста это игровая и двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка, а так же музыкально -ритмические движения.

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой. По кругу, змейкой (между предметами), враспынную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом).

Упражнения в равновесии. Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, по гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях, по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-30 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе, в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

Ритмическая гимнастика. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Переключать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать,

обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6–8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

Спортивные игры и упражнения

Катание на санках. Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

Ходьба на лыжах. Ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

Подвижные игры

С бегом. «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

С подлезанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

ЗОЖ

- Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.
- Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.
- Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.
- Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.
- Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, 308 приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего.

Упражнения в равновесии. Ходьба между линиями (расстояние 10–15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5–3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом.

Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), в рассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1–1,5 минуты. Бег на расстояние 40–60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5–6 секунд; к концу года).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2–3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4 –5 линий, расстояние между которыми 40–50 см. Прыжки через 2–3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5–10 см. Прыжки с высоты 20–25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3–4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5–6,5 м), 309 в горизонтальную цель (с расстояния 2–2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5–2 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика. Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и циклических движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять

притопы; полуприседания (4–5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и переключать предметы с места на место стопами ног.

Статические упражнения. Сохранять равновесие в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5–7 секунд).

Спортивные упражнения

Катание на санках. Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору.

Скольжение. Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

Ходьба на лыжах. Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полуелочкой (прямо и наискось). Проходить на лыжах до 500 м.

Игры на лыжах. «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца».

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо и налево.

Подвижные игры

С бегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка»,

«Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».

С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».

С бросанием и ловлей. «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».

Народные игры. «У медведя во бору» и др.

ЗОЖ

• Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

• Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

• Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

• Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедр), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя.

Упражнения в равновесии. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5–3 см), по наклонной доске прямо и боком, 311 на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5–2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80–120 м (2–3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5–5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5–8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30–40 прыжков 2–3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3–4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5–6 предметов — поочередно через каждый (высота 15–20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30–40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4–6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5–6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5–9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3–4 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение 312 в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед - вверх; поднимать руки вверх - назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены и касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая

их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ноги к груди (группироваться).

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; переключивать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске.

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

Ходьба на лыжах. Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спускаться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1–2 км. Игры на лыжах. «Кто первый повернется?», «Слалом», «Подними», «Догонялки». Катание на велосипеде и самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3–4 фигуры. Выбивать городки с полукона (2–3 м) и кона (5–6 м).

Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.

Бадминтон. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.

Подвижные игры

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «За- брось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

ЗОЖ

- Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.
- Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.
- Формировать умение характеризовать свое самочувствие.
- Знакомить детей с возможностями здорового человека.
- Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.
- Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.
- Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2–3 минут. Бег со средней скоростью на 80–120 м (2–4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3–5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5–7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35–50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3–4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5–6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6–8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180–190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3–4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6–12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4–5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение 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; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.

Поднимать рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти на зад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Выполнять общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т. п.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Во время спуска на санках с горки поднимать заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот). Участвовать в играх-эстафетах с санками.

Скольжение. Скользить с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скользить с невысокой горки.

Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2 –3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении. Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить.

Игры на лыжах. «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Катание на коньках. Самостоятельно надевать ботинки с коньками. Сохранять равновесие на коньках (на снегу, на льду). Принимать правильное исходное положение (ноги слегка согнуты, туловище наклонить вперед, голову держать прямо, смотреть перед собой). Выполнять пружинистые приседания из исходного положения. Скользить на двух ногах с разбега. Поворачиваться направо и налево во время скольжения, торможения. Скользить на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь. Кататься на коньках по прямой, по кругу, сохраняя при этом правильную позу.

Игры на коньках. «Пружинки», «Фонарики», «Кто дальше?», «Наперегонки», «Пистолетик», «Бег по кругу вдвоем» и др.

Катание на велосипеде и самокате. Кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4—5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаться в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения.

Бадминтон. Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). Свободно передвигаться по площадке во время игры.

Элементы настольного тенниса. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену (правильно держа ракетку). Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.

Подвижные игры

С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

С ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловля обезьян».
Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».
 С элементами соревнования. «Кто скорее добегит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!», лапта.

ЗОЖ

1.Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

2. Формировать представления об активном отдыхе.

3.Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

4.Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Взаимодействие образовательной области

«Физическое развитие» по ФГОС

Образовательная область «Физическое развитие» в свою очередь взаимодействуют с другими образовательными областями, определяют целостный подход к здоровью человека как единству его физического, психологического и социального благополучия.

ВТОРАЯ МЛАДШАЯ ГРУППА	
Интегративные связи	Средства, методы и приемы
<p>Социально-коммуникативное развитие: -формирование навыков безопасного поведения в подвижных играх при пользовании инвентарём; - развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки. -помощь в раздаче и сборе атрибутов к ОРУ и подвижным играм.</p>	<p>- Ходьба и бег, не наталкиваясь друг на друга; - соблюдать правила выполнения игровых упражнений и подвижных игр; использования оборудования и инвентаря. - Поощрять участие в совместных играх; развивать активность детей в двигательной деятельности; - развивать умение общаться спокойно, без крика; - поощрять попытки пожалеть товарища, помочь ему; - формировать первичные гендерные представления.</p>
<p>Познавательное развитие: - активизация мышления детей; просмотр картинок о ведении здорового образа жизни; - развитие способностей дифференцировать признаки: цвет, форму, размер.</p>	<p>- Упражнения на ориентировку в пространстве («Найди бубен», «Найди своё место»); - Подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых) - «Куры в огороде», «Найти предметы круглой формы (цвет, размер)». - Познавательные занятия на тему ЗОЖ («Сам себя я полечу», «Чистота – залог здоровья»).</p>
<p>Речевое развитие: - Проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности; помогать детям дружелюбно общаться друг с другом, вести конструктивный диалог</p>	<p>- Считалки, потешки, игры в стихах; - Слушать и понимать заданный вопрос; - Говорить в нормальном темпе, не перебивать говорящего; - Делиться своими впечатлениями с родителями.</p>

<p>расширять словарный запас детей. - Чтение сказок, рассказов, историй; - «чтение» стихотворений с помощью рук.</p>	
<p>Художественно-эстетическое развитие: -привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и педагога, оформлению помещения. -развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; - Физкультминутки, игровые подражательные упражнения; - Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок («Паучок», «Репка»); - Пальчиковая гимнастика. - Игры и упражнения под музыку; - Проведение утренней гимнастики, развлечений и праздников под музыкальное сопровождение; - Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.
СРЕДНЯЯ ГРУППА	
<p>Социально-коммуникативное развитие: -формирование навыков безопасного поведения в подвижных играх при пользовании инвентарём; - развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки. -помощь в раздаче и сборе атрибутов к ОРУ и подвижным играм.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Ходьба и бег, не наталкиваясь друг на друга; - соблюдать правила выполнения игровых упражнений и подвижных игр; использования оборудования и инвентаря. - Поощрять участие в совместных играх; развивать активность детей в двигательной деятельности; - развивать умение общаться спокойно, без крика; - поощрять попытки пожалеть товарища, помочь ему; - формировать первичные гендерные представления.
<p>Познавательное развитие: - активизация мышления детей; просмотр картинок о ведении здорового образа жизни; - развитие способностей дифференцировать признаки: цвет, форму, размер</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Упражнения на ориентировку в пространстве («Найди бубен», «Найди своё место»); - Подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых) - «Куры в огороде», «Найти предметы круглой формы (цвет, размер)». - Познавательные занятия на тему ЗОЖ («Сам себя я полечу», «Чистота – залог здоровья»).
<p>Речевое развитие: - Проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности; помогать детям дружелюбно общаться друг с другом, вести конструктивный диалог расширять словарный запас детей. - Чтение сказок, рассказов, историй; - «чтение» стихотворений с помощью рук</p>	<ul style="list-style-type: none"> Считалки, потешки, игры в стихах; - Слушать и понимать заданный вопрос; - Говорить в нормальном темпе, не перебивать говорящего; - Делиться своими впечатлениями с родителями.

<p>Художественно-эстетическое развитие: -привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и педагога, оформлению помещения. -развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств</p>	<p>Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; - Физкультминутки, игровые подражательные упражнения; - Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок («Паучок», «Репка»); - Пальчиковая гимнастика. - Игры и упражнения под музыку; -Проведение утренней гимнастики, развлечений и праздников под музыкальное сопровождение; - Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера</p>
<p>СРЕДНЯЯ ГРУППА</p>	
<p>Социально-коммуникативное развитие: -формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании инвентарём; - Создание на физкультурных занятиях пед. ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. - учить самостоятельно переодеваться на физкультур. занятия; помощь в раздаче и сборе атрибутов к ОРУ; - учить готовить инвентарь перед началом проведения занятий и игр и убирать его после; - учить правильно подбирать предметы для подвижных игр.</p>	<p>- Ходьба и бег, не наталкиваясь друг на друга; соблюдать правила игровых упражнений и подвижных игр; - соблюдать правила использования оборудования и инвентаря; - учить соблюдать правила безопасного поведения при выполнении основных видов движений. - Развивать активность детей в двигательной деятельности; - Развивать умение общаться спокойно, без крика; - Поощрять попытки пожалеть товарища, помочь ему; - Формировать навыки ролевого поведения при проведении игр и умение объединяться в игре со сверстниками.</p>
<p>Познавательное развитие: -активизация мышления детей; просмотр картинок о ведении здорового образа жизни; - развитие способностей дифференцировать признаки: цвет, форму, размер; - развитие творческого мышления в подвижной игре</p>	<p>- Специальные упражнения на ориентировку в пространстве при перестроениях, смене направления движения; - Упражнения на развитие глазомера и ритмичность шага при перешагивании через предметы; - Упражнения на определение положения предметов в пространстве по отношению к себе; - Подвижные игры и упр-ия, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых); - Познавательные занятия на тему ЗОЖ («Как защитить себя от микробов», «Школа здоровья»)</p>
<p>Речевое развитие: -Проговаривание действий и называние</p>	<p>- Слушать и понимать заданный вопрос; - Говорить в нормальном темпе, не</p>

<p>упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - помогать детям дружелюбно общаться друг с другом, вести конструктивный диалог, расширение словарного запаса детей, обсуждение пользы физической культуры, поощрение высказываний детей; - формировать умение договариваться об условиях игры и объяснять её правила. <p>- чтение сказок, рассказов, историй; «чтение» стихотворений с помощью рук.</p>	<p>перебивать говорящего;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Делиться своими впечатлениями с родителями; - Считалки, потешки, игры в стихах, речевки.
<p>Художественно-эстетическое развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Привлечение внимания детей к эстетической стороне внешнего вида детей и педагога, оформлению помещения; - учить детей воспроизводить движения в творческой форме, развивать воображение. <p>- развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Физкультминутки, игровые подражательные упражнения; - Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок («Паучок», «Репка», «Доброе сердце»); - Пальчиковая гимнастика. - Игры и упражнения под музыку в разном темпе; - Проведение утренней гимнастики, развлечений и праздников под музыкальное сопровождение; - Вводить элементы ритмической гимнастики; - Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера
СТАРШАЯ ГРУППА	
<p>Социально-коммуникативное развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании инвентарём; - Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, выдержки, взаимовыручки, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. - расстановка и уборка инвентаря на занятиях; - помощь в поддержании порядка в физкультурном зале и содержании оборудования и инвентаря в чистоте; - следить за своим внешним видом на занятиях 	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать навыки безопасного поведения при проведении подвижных игр и при выполнении основных видов движений; - соблюдать правила игровых упражнений и подвижных игр; - соблюдать правила использования оборудования и инвентаря; - формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности; разучить пословицы про безопасность. - Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения подвижных игр; - Создавать ситуации для проявления детьми нравственных качеств (доброта, отзывчивость, терпение, дружелюбие, взаимовыручка). - Помощь на занятии; - Пословицы о пользе труда. - Чтение басен, стихотворений и сказок о труде («Каждый работает», «Счастье», «Пчела и оса», «Добрый совет», «Две лопаты», «Работа»).
<p>Познавательное развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Активизация мышления детей; просмотр и 	<ul style="list-style-type: none"> - Построение конструкций для подвижных игр и упражнений

<p>обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие творческого мышления в подвижной игре 	<p>(«Построй пирамиду, ракету»);</p> <ul style="list-style-type: none"> - Специальные упражнения на ориентировку в пространстве при перестроениях, смене направления движения («Атомы», «Найди своё место», «Сороконожка»); - Упражнения на определение положения предметов в пространстве по отношению к себе и окружающим; - Подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых); - Познавательные занятия на тему ЗОЖ («Укрепи своё здоровье», «Что такое правильная осанка»).
<p>Речевое развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности; - поощрение и помощь в введении конструктивного диалога между детьми и взрослыми расширение словарного запаса детей обсуждение пользы физической культуры и режима дня и правильного питания и закаливания; поощрение высказываний детей; - формировать умение договариваться об условиях игры и объяснять её правила. -организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; - организация сюжетных занятий на тему прочитанных произведений 	<ul style="list-style-type: none"> - Слушать и понимать заданный вопрос; - Говорить в нормальном темпе; - Отвечать на вопрос развернуто; - Не перебивать говорящего; - Делиться своими впечатлениями с родителями и педагогами; - Считалки, потешки, игры в стихах, речевки. - Игры и упражнения под тексты речевок, стихотворений, потешек, считалок («Мы веселые ребята», «Ровным кругом», «Раз-два, левой!», «Льдинки, ветер и мороз»); - Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок и произведений («Наши планеты», «Паучок», «Репка», «Теремок», «Колобок»); - Пальчиковая гимнастика; - Физкультминутки и динамические паузы; - Рассказы о видах спорта по карточкам
<p>Художественно-эстетическое развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и педагога, оформление помещения; использование на занятиях изготовленных детьми физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания, кораблики и бабочки для дыхательной гимнастики); - развивать воображение детей. -развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств. 	<ul style="list-style-type: none"> -Проведение утренней гимнастики, подвижных игр, упражнений, ритмической гимнастики, развлечений и праздников под музыкальное сопровождение; - Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.
ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА	
<p>Социально-коммуникативное развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании инвентарём. - создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных 	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать навыки безопасного поведения при проведении подвижных игр и при выполнении основных видов движений; - Соблюдать правила игровых упражнений и подвижных игр; - Соблюдать правила использования оборудования и инвентаря;

<p>качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников.</p> <ul style="list-style-type: none"> - расстановка и уборка инвентаря на занятиях; помощь в поддержании порядка в физкультурном зале и содержании оборудования и инвентаря в чистоте; - следить за своим внешним видом на занятиях. 	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать навыки дисциплинированности и сознательного выполнения правил безопасности; - Разучивание пословиц про безопасность. - Побуждать детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников во время проведения подвижных игр; - Сочувствовать спортивным поражениям и радоваться спортивным победам; - Создавать ситуации для проявления детьми нравственных качеств (доброта, отзывчивость, терпение, дружелюбие, взаимовыручка); - Самостоятельно организованная детьми оптимальная двигательная активность и подвижные игры в повседневной жизни; - Испытывают интерес к физической культуре и потребность в ежедневной двигательной активности; - Активно использовать двигательный опыт и навыки ЗОЖ в новых обстоятельствах. - Помощь на занятии; - Пословицы о пользе труда. - Чтение басен, стихотворений и сказок о труде («Каждый работает», «Счастье», «Пчела и оса», «Добрый совет», «Две лопаты», «Работа»)
<p>Познавательное развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Активизация мышления детей; просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни; - развитие творческого мышления в подвижной игре 	<ul style="list-style-type: none"> - Построение конструкций для подвижных игр и упражнений («Построй пирамиду, ракету»); - Специальные упражнения на ориентировку в пространстве при перестроениях, смене направления движения («Атомы», «Найди своё место», «Сороконожка»); - Упражнения на определение положения предметов в пространстве по отношению к себе и окружающим; - Подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (имитация движений животных, труда взрослых); - Познавательные занятия на тему ЗОЖ («Береги свой позвоночник», «Мое волшебное горло»).
<p>Речевое развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поощрение речевой активности детей в процессе двигательной активности; расширение словарного запаса детей; обсуждение пользы физической культуры и режима дня и правильного питания и закаливания; поощрение высказываний детей; - формирование умения договариваться об условиях игры, объяснять правила и 	<ul style="list-style-type: none"> - Слушать и понимать заданный вопрос; - Говорить в нормальном темпе; - Отвечать на вопрос развернуто; - Не перебивать говорящего; - Делиться своими впечатлениями с родителями и педагогами; - Считалки, потешки, игры в стихах, речевки. - Игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок, речевок

<p>проводить её анализ;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использование формы речи-доказательства для убеждения собеседника в необходимости соблюдения элементарных правил ЗОЖ. - организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; - организация сюжетных занятий на тему прочитанных произведений 	<p>(«Мы веселые ребята», «Ровным кругом», «Раз-два, левой!», «Льдинки, ветер и мороз»);</p> <ul style="list-style-type: none"> - Сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок и произведений («Наши планеты», «Репка», «Кто сказал мяу?», «Колобок», «Цирк»); - Пальчиковая гимнастика
<p>Художественно-эстетическое развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и педагога, оформление помещения; -использование на занятиях изготовленных детьми физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания, кораблики и бабочки для дыхательной гимнастики); -развивать воображение детей. -развитие музыкально-ритмической деятельности на основе основных движений и физических качеств. 	<ul style="list-style-type: none"> - Проведение утренней гимнастики, подвижных игр, упражнений, ритмической гимнастики, развлечений и праздников под музыкальное сопровождение; - Развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации основной образовательной программы дошкольного образования с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

Образовательная область «Физическое развитие»

Формы реализации Программы	Методы реализации Программы	Средства реализации Программы
Младший дошкольный возраст		
<p>Физкультурные занятия; Музыкальные занятия; развитию; Утренняя гимнастик и гимнастика пробуждения, корректирующая гимнастика; Подвижные игры в помещении и на прогулке; Физкультминутки; Спортивные развлечения, праздники;</p>	<p>Словесные (объяснения, пояснения, беседа); Наглядные (показ физических упражнений, демонстрация пособий, образца движения, наблюдение); Практические (проведение упражнений в игровой форме) Игровые (организация игр: подвижных, хороводных, народных)</p>	<p>Активная двигательная деятельность детей; Наглядные дидактические пособия, книги, видеофильмы; Предметы для физкультурных занятий (мячи; прыгалки и пр.).</p>
Старший дошкольный возраст		
<p>Физкультурные занятия; Музыкальные занятия; Утренняя гимнастик и гимнастика пробуждения, корректирующая гимнастика; Подвижные игры в помещении и на прогулке;</p>	<p>Словесные (объяснения, пояснения, беседа); Наглядные (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, муляжей); Практические (проведение</p>	<p>Активная двигательная деятельность детей; Наглядные дидактические пособия, книги, видеофильмы; Физкультурное оборудование.</p>

Динамические паузы; Спортивные развлечения, праздники, соревнования, эстафеты; Ритмика; Проектная деятельность; Экспериментальная деятельность	упражнений в игровой форме, опытов, экспериментов, участие в проектах) Игровые (организация игр: подвижных, хороводных, народных)	
---	---	--

Выделяется 6 основных форм организации двигательной деятельности в режиме учебного дня, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

- 1 — традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),
- 2 — тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),
- 3 — игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),
- 4 — сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),
- 5 — с использованием тренажеров (спортивная перекладина, гимнастическая стенка, велотренажер, беговая дорожка, гимнастическая скамья, батут, диск здоровья и т.п.),
- 6 — по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцоброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная база, проводится спортивные соревнования.

В образовательной деятельности по физической культуре различают разнообразные виды деятельности, выполняющие свои цели и задачи: **ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ** направлены на развитие координационных способностей, гибкости и подвижности в суставах, укрепление отдельных мышц или их групп, недостаточное развитие которых мешает овладению совершенной техникой бега. Данный материал используется для развития основных физических качеств.

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полу шпагаты на месте; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя на месте и при передвижениях.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через препятствие; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних

звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик.

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля мяча среднего диаметра в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); равномерный 3-х минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение много скоков; повторное преодоление препятствий (15-20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны:

- комплексы утренней гимнастики
- комплексы физкультминуток
- комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп
- комплексы дыхательных упражнений
- гимнастика для глаз и т. п.

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Опорный прыжок: с места через гимнастическую скамейку, держась двумя руками за край скамейки.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность правой и левой рукой поочередно.

Подвижные и спортивные игры: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию; с прыжками, бегом, метанием и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту; на материале футбола: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; на материале баскетбола: ведение мяча; броски мяча в корзину.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ДОСУГОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

Физкультурные досуги и праздники проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма, товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

2.3 Взаимодействие со специалистами

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью, чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей:

«Здоровье» — использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание. «Социализация» — взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой

деятельности. «Безопасность» — формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности.

«Труд» — помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.

«Познание» — активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

- Физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей);
- Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем;
- Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя

Музыка воздействует:

1. на эмоции детей;
2. создает у них хорошее настроение;
3. помогает активировать умственную деятельность;
4. способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
5. освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;
6. привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике

2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

Основное содержание работы с семьями воспитанников: создание условий для формирования ответственных взаимоотношений на основе развития компетентности родителей; обеспечения права родителей на педагогическую поддержку, сопровождение, участие в жизни детского сада.

Для более эффективного взаимодействия педагогов и родителей по воспитанию здорового и развитого ребенка в дошкольном учреждении необходимо организовывать собрания, консультации, семинары, беседы. Положительный результат оздоровительной работы возможен только при поддержке родителей.

Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:

- изучение социального запроса родителей по вопросам воспитания,

обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;

- знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в образовательном процессе, через участие в конкурсах, акциях и совместных мероприятиях;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных детско-взрослых проектах, направленных на ознакомление дошкольников с особенностями родного края, города, традиций семьи.

Взаимодействие ДОУ с семьей обеспечивает права родителей:

- на участие в управлении образовательной организации;
- на полноценное психолого-педагогическое просвещение;
- на признание, обобщение и распространение позитивного опыта семейного воспитания;
- на полноценное участие в образовательной, общественно-значимой и досуговой деятельности.

Основные принципы в работе с семьями воспитанников:

- открытость детского сада для семьи;
- сотрудничество педагогов и родителей в воспитании детей;
- создание единой развивающей среды, обеспечивающей единые подходы к развитию личности в семье и детском коллективе;
- дифференцированный подход к каждой семье;
- уважительное и доброжелательное отношение друг к другу.

Направления, содержание и формы работы с семьей

Направление	Содержание	Форма
Информационно-аналитическое	Сбор, обработка и использование данных о семье каждого воспитанника, общекультурном уровне его родителей, наличии у них необходимых педагогических знаний, отношении в семье к ребенку, запросах, интересах, потребностях родителей	Анкетирование Социологический опрос Посещение на дому Наблюдение Беседа
Информационно-ознакомительные	Повышение педагогической культуры родителей	Совет ДОУ Родительские комитеты Родительские собрания Педагогические советы Консультации специалистов

		Дни открытых дверей Открытые показы ОД Мастер-классы Семинары Конференции Викторины Беседы Совместная проектная деятельность
Наглядно-информационное	Пропаганда и популяризация российского дошкольного образования Признание общественностью положительного имиджа ДОУ в социокультурной среде	Родительские уголки Папки-передвижки Буклеты Фотовыставки Выставки Сайт МДОУ Газета ДОУ Информационные листки
Досуговое	Вовлечение родителей в воспитательно-образовательный процесс. Создание активной развивающей среды, обеспечивающей единые подходы к развитию личности в семье и детском коллективе.	Субботники Праздники Досуги Акции Выставки работ родителей и детей Семейные вернисажи Помощь в создании РППС

Перспективное планирование работы с родителями

№	Название мероприятия	Предварительная дата проведения	Итоговый документ
1.	Информация о видах физкультурных занятий и форме одежды. Ознакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой на новый учебный год.	Сентябрь	Протокол родительского собрания.
2.	Ознакомить родителей со спортивной базой детского сада (зал, спортплощадка, инвентарь, пособия).	Сентябрь	Протокол ознакомления.
3.	Взаимодействие с родителями по созданию системы закаливания в семье.	Октябрь	Протокол беседы.
4.	Взаимодействие ДОУ с родителями на занятиях физической культурой. Анкетирование.	Ноябрь	Анализ анкетирования.
5.	Привлечь родителей к участию в	Декабрь	Фото.

	сооружении снежных построек на спортивной площадке и участках. Обратить внимание родителей на выполнение движений детьми в естественных условиях.		
6.	Консультация «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»	Январь	Консультация.
7.	Взаимодействие ДОУ с родителями на спортивных праздниках, досугах, развлечениях.	Февраль	Выпуск газеты ДОУ
8.	Непосредственная образовательная деятельность по образовательной области «Физическая культура».	Март	Конспект. Фото.
9.	«День Здоровья» с активным участием родителей.	Апрель	План проведения «Дня Здоровья».

2.5. Иные характеристики содержания основной образовательной программы дошкольного образования

Организация взаимодействия детского сада с социальными институтами

Одним из современных требований к российскому образованию, изложенных в Концепции модернизации российского образования является достижение нового качества образования, которое может быть достигнуто только в процессе постоянного взаимодействия образовательной системы с представителями **социальных институтов**.

Социальное партнёрство – это инструмент, с помощью которого, представители различных субъектов, имеющих специфические интересы, организуют совместную деятельность.

Цель: создание открытого сообщества различных социальных институтов, позволяющего обеспечить повышение качества образовательной работы детского сада.

Задачи:

- расширить кругозор дошкольников (освоения предметного и природного окружения, развития мышления, обогащения словаря, знакомства с историей, традициями народа);
- формировать навыки общения в различных социальных ситуациях, с людьми разного пола, возраста, национальности, с представителями разных профессий;
- воспитывать уважение к труду взрослых;
- обеспечить преемственность образовательных программ на разных ступенях образования;
- обогащать образовательный процесс новыми педагогическими технологиями в области художественно-эстетического воспитания дошкольников;
- оптимизировать воспитательно-образовательный процесс с целью расширения знаний дошкольников об окружающем мире;
- научное сопровождение образовательного процесса, повышение уровня квалификации сотрудников.

Взаимодействие с каждым из партнеров базируется на следующих **принципах**: добровольность, равноправие сторон, уважение интересов друг друга, соблюдение законов и иных нормативных актов.

Основные формы организации социального партнерства:

- совместные мероприятия;
- коллективно-творческие мероприятия;
- информационно-просветительские мероприятия;
- разработка и реализация совместных проектов, акций;

Направления социального партнёрства: работа с государственными структурами и органами местного самоуправления; взаимодействие с учреждениями здравоохранения; взаимодействие с учреждениями образования, науки и культуры; с общественными и коммерческими организациями.

Деловые партнерские отношения с социальными институтами детства строятся на основе Договоров, направлены на обеспечение комплекса условий здоровьесбережения и физического развития детей, развития познавательной и социально-эмоциональной сферы, расширение социальных контактов.

Модель взаимодействия педагогического коллектива с социальными институтами.

Учреждение	Совместно решаемые задачи	Формы работы
МАОУ Тисульская СОШ №1	Согласовать цели и задачи дошкольного и школьного начального образования; Обеспечить условия для реализации плавного, бесстрессового перехода детей от игровой деятельности к учебной	Обсуждение совместного плана работы ДОУ и школы; Экскурсия к зданию школы Подведение итогов мониторинга Посещение уроков в 1 классе воспитателями ДОУ Экскурсия в библиотеку школы с воспитанниками подготовительных групп Обновление информации в уголке для родителей будущего первоклассника Посещение учителями занятий в подготовительных группах Посещение воспитателями уроков в школе Диагностика детей подготовительных групп на предмет готовности к обучению в школе Родительские собрания в подготовительных к школе группах с приглашением учителей начальных классов
МКУК «МЦБС Тисульского района»	Приобщение детей к культуре чтения	Использование передвижного фонда библиотеки; совместные тематические занятия; Посещение тематических выставок; Участие в конкурсах
МУ ДО Дом детского творчества	Развитие представлений о театральных жанрах	Участие в конкурсах

Детская школа искусств № 23	Развитие представлений о жанрах музыкального искусства; эстетическое воспитание	Просмотр музыкальных представлений; Просмотр концертов
«Историко-краеведческий музей Тисульского района»	Развитие познавательных интересов средствами народно-прикладного искусства; ознакомление с историей и культурой края; Развитие этических представлений; экологической культуры; Воспитание интереса и ответственного отношения к окружающему миру средствами искусства	Участие в обрядовых календарных праздниках; посещение тематических выставок и экспозиций; Экскурсии, тематические прогулки
МБОУ ДО ДХШ № 14 им А.А.Леонова	Развитие познавательных интересов художественными средствами	Посещение тематических выставки Экскурсии
ОГИБДД Отдела МВД по Тисульскому району	Воспитание ответственного участника ДД	Встречи детей с сотрудниками ГИБДД; Участие в мероприятиях по профилактике ДДТТ Экскурсии
МКУК «Тисульский центр досуга»	Развитие музыкальных способностей, эстетическое воспитание	Проведение конкурсов среди детских садов Проведение досуговых и праздничных мероприятий
ГБУЗ Кемеровской области Тисульская районная больница	Мониторинг состояния здоровья; профилактика заболеваний, стратегия и тактика оздоровления	Осмотр врачами - специалистами; Консультирование родителей; Экскурсии
МУ ДО Тисульская ДЮСША		Различные виды соревнований: турнир по шашкам, спортивные состязания

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально-техническое обеспечение основной образовательной программы дошкольного образования

В ФГОС ДО выделены следующие требования к материально-техническим условиям реализации Программы:

- требования, определяемые в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;
- требования, определяемые в соответствии с правилами пожарной безопасности;
- требования к средствам обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей;
- оснащенность помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- требования к материально-техническому обеспечению программы (учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы)).

Материально-техническое обеспечение и оснащённость образовательного процесса	
Соответствие здания, территории и оборудования МАДОУ требованиям безопасности	
Наличие автоматической системы пожарной сигнализации и её работоспособность	Автоматическая пожарная система имеется в надлежащем состоянии. Договор на обслуживание заключен с ООО «Центр пожарной безопасности».
Организация охраны и пропускного режима	В учреждении организован пропускной режим. Охранник в дневное время. Пункт охраны у входа. В ночное время сторож.
Наличие списков телефонов, обеспечивающих безопасность	Списки телефонов имеются на стенде в коридоре
Наличие списков телефонов, обеспечивающих безопасность	Списки телефонов имеются на стенде в коридоре.
Наличие поэтажных планов эвакуации	Имеются 6 эвакуационных планов
Наличие и состояние пожарных (эвакуационных) выходов	Пожарные (эвакуационные) выходы в удовлетворительном состоянии.
Состояние территории, наличие ограждения	Территория в удовлетворительном состоянии, ограждена полностью. Ограждение металлическое, имеются металлические ворота и калитка.
Наличие ответственных лиц за обеспечение пожарной безопасности	Имеется ответственный за пожарную безопасность
Наличие ответственных лиц за обеспечение охраны труда	Имеется ответственный за охрану труда
Наличие ответственных лиц за обеспечение безопасности образовательного процесса	Завхоз, старший воспитатель, воспитатели групп специалисты
Перечень оборудования по направлению «Физическое развитие»	
Вид помещения/ функциональное использование	Оснащение
Музыкально-спортивный зал НОД по физической культуре: Утренняя гимнастика. Физкультурные досуги. Спортивные праздники, развлечения. Индивидуальная работа по развитию основных видов движений. Удовлетворение потребности детей в самовыражении. Частичное замещение прогулок в непогоду, мороз: организация двигательной активности детей Консультативная работа с родителями и воспитателями Совместные с родителями физкультурные праздники, досуги и	Спортивный игровой инвентарь: мячи, скакалки, обручи, кольцебросы, мячи, кубики; Гимнастические стенки, спортивные стойки для подлезания, дуги, спортивные скамейки, Гимнастические палки, канат – 1 шт., ребристые доски, маты; Нестандартное оборудование: степы, мешочки с песком, дорожки для коррекции плоскостопия, массажные дорожки. Аудиоподборка с комплексами утренней гимнастики и музыкальными произведениями.

развлечения.	
Медицинский кабинет Профилактическая оздоровительная работа с детьми Оказание первой медицинской помощи Медицинские осмотры детей Антропометрические измерения Мониторинг заболеваемости Прием врача-педиатра Составление меню Изоляция заболевших детей Хранение документов (архив) Консультативная работа с сотрудниками и родителями	Медицинская документация, ростомер, медицинские весы, шкаф со средствами неотложной помощи, тонометр, термометры, стол, стул, кушетка. Медицинские карты детей. Санитарные книжки сотрудников. Журналы документов. Подборка литературы по организации питания в детском саду, составлению меню. Десятидневное меню. Подборка медицинской литературы,
Объекты территории, функциональное использование	Оснащение
Физкультурная площадка Организованная образовательная деятельность по физической культуре Спортивные игры и упражнения Самостоятельная деятельность Индивидуальная работа.	Ворота для мини-футбола Баскетбольный щит Воротца для подлезания «Тропа Здоровья» Асфальтированная дорожка с игровой разметкой

Для достижения полноты и качества использования, научных и практических знаний в образовательной деятельности дошкольного учреждения создана эффективная система информационного обеспечения. Имеющиеся в детском саду компьютеры, принтеры, телевизоры являются мощными техническими средствами обучения, средствами коммуникации, необходимыми для совместной деятельности педагогов, родителей и дошкольников.

Для управления образовательным процессом и расширения возможности информирования социума в дошкольном учреждении созданы собственные информационные ресурсы: сайт <http://tds-1.ucoz.ru>, электронная почта kolosok41@mail.ru

3.2 Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания Перечень средств обучения и воспитания.

Программно-методическое обеспечение образовательного процесса.

№ п/п	Наименование издания	Автор	Издательство	Год издания
Образовательные программы				
1	Примерная общеобразовательная программа «От рождения до школы»	Васильева М.А., Гербова В.В., Комарова Т.С.	М: Мозаика-Синтез	2014
2	Основная образовательная программа Тисульского детского	Лешукова С.Н.		2016

	сада №1 «Колосок»			
Парциальные программы				
3	Основы безопасности детей дошкольного возраста.	Р.Б. Стеркина, Н.Н. Авдеева, О.Л. Князева	М: Просвещение	2009
4	Юный эколог	Николаева С.Н.	М: Мозаика-Синтез	2016
5	Ладушки	Каплунова И.М. Новоскольцева И.А.	г. Санкт-Петербург	2010
6	Развитие речи детей 3-5 лет	Ушакова О.С.	М: ТЦ Сфера	2017
7	Цветные ладошки	Лыкова И.А.	М: Карапуз-Дидактика	2007

Обеспеченность методическими материалами МДОУ полностью соответствует УМК к примерной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы».

Перечень УМК, необходимых для реализации Программы представлен по следующим направлениям:

- обеспеченность Программы по организации и управлению ДОУ;
- обеспеченность Программы по основным направлениям (познавательное, речевое, физическое, социально-коммуникативное, художественно-эстетическое);
- обеспеченность части программы, формируемой участниками образовательных отношений;
- обеспеченность Программы по взаимодействию с семьей;

№ п/п	Наименование издания	Автор	Издательство	Год издания
Образовательная область «Физическое развитие»				
	Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.	Борисова М.М.	М:Мозаика-Синтез	2017
	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет	Пензулаева Л.И.	М:Мозаика-Синтез	2017
	Физическая культура в детском саду. Младшая группа. Для занятий с детьми 3-4 лет.	Пензулаева Л.И.	М:Мозаика-Синтез	2016
	Физическая культура в детском саду. Средняя группа. Для занятий с детьми 4-5 лет	Пензулаева Л.И.	М:Мозаика-Синтез	2016
	Физическая культура в детском саду. Старшая группа. Для занятий с детьми 5-6 лет.	Пензулаева Л.И.	М:Мозаика-Синтез	2016
	Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа. Для занятий с детьми 6-7 лет	Пензулаева Л.И.	М:Мозаика-Синтез	2016

3.3. Распорядок и /или режим дня.

МДОУ работает по пятидневной рабочей неделе.

Продолжительность работы – 10,5 часов (с 8.30 до 18.00).

Выходные дни – суббота, воскресенье, праздничные дни.

Особенности организации режима дня

Одно из ведущих мест в Учреждении принадлежит режиму дня. Под режимом принято понимать научно обоснованный распорядок жизни, предусматривающий рациональное распределение времени и последовательность различных видов деятельности и отдыха.

В режиме дня указаны:

- общая длительность непосредственно образовательной деятельности, включая перерывы между их различными видами;
- время приема пищи;
- время пребывания на открытом воздухе (прогулки);
- время, отведенное на дневной сон;
- время, отведенное на самостоятельную деятельность.

Режим дня соответствует требованиям СанПин.

Основные принципы построения режима дня:

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

Для каждой возрастной группы определен свой режим дня с расчетом на 10,5 часовое пребывание ребенка в МДОУ с учетом сезонных особенностей.

Режим дня на холодный период года:

I младшая группа (2-3 года)	II младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа №1, №2 (5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7 лет)
7.30-8.25 – приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность 8.25-8.30 – утренняя гимнастика 8.30-9.00 – подготовка к завтраку, завтрак 9.00-9.10 – игра, подготовка к НОД 9.10-9.20 – НОД (по подгруппам) 9.40-11.30 – подготовка к прогулке, прогулка 11.30-12.00 – подготовка к обеду, обед	7.30-8.10 – приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность 8.10-8.15 – утренняя гимнастика 8.15-8.35 – самостоятельная деятельность 8.35-9.00 – подготовка к завтраку, завтрак 9.00-9.10 – игра, подготовка к НОД 9.10-9.50 – НОД (общая длительность, включая перерывы) 9.50-11.40 – подготовка к прогулке, прогулка	7.30-8.20 – приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность 8.16-8.22 – утренняя гимнастика 8.22-8.40 – самостоятельная деятельность 8.40-9.00 – подготовка к завтраку, завтрак 9.00-9.10 – игра, подготовка к НОД 9.10-10.00 – НОД (общая длительность, включая перерывы) 10.00-11.50 – подготовка к прогулке, прогулка	7.30-8.23 – ст.№1 7.30-8.31 – ст.№2 – приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность 8.23-8.31 – ст.№1 8.31-8.39 – ст.№2 утренняя гимнастика 8.31-8.45 – ст.№1 8.39-8.45 – ст.№2 самостоятельная деятельность 8.45-9.00 – подготовка к завтраку, завтрак 9.00-9.10 – игра, подготовка к НОД 9.10-10.10 – НОД (общая длительность,	7.30-8.40 – приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность 8.40-8.50 – утренняя гимнастика 8.50-9.05 – подготовка к завтраку, завтрак 9.05-9.10 – игра, подготовка к НОД 9.10-11.00 – НОД (общая длительность, включая перерывы) 11.00-12.30 – подготовка к прогулке, прогулка 12.30-13.00 – гигиенические процедуры, обед 13.00-15.00 –

<p><u>12.00-15.00</u> – подготовка ко сну, дневной сон <u>15.00-15.20</u> – постепенный подъем, самостоятельная деятельность <u>15.20-15.45</u> – полдник <u>15.45-15.55</u> <u>16.05-16.15</u> – НОД (по подгруппам) <u>16.15-16.30</u> – игры, самостоятельная деятельность <u>16.30-17.00</u> – подготовка к ужину, ужин <u>17.00-18.00</u> – подготовка к прогулке, прогулка, уход домой</p>	<p><u>11.40-12.10</u> – подготовка к обеду, обед <u>12.10-15.00</u>– подготовка ко сну, дневной сон <u>15.00 -15.20</u> – постепенный подъем, самостоятельная деятельность <u>15.20-15.40</u> – полдник <u>15.40-16.35</u> – игры, самостоятельная деятельность <u>16.35-17.00</u> – подготовка к ужину, ужин <u>17.00-18.00</u> - подготовка к прогулке, прогулка, уход домой</p>	<p><u>11.50-12.20</u> – гигиенические процедуры, обед <u>12.20 -15.00</u> – подготовка ко сну, дневной сон <u>15.00-15.20</u> – постепенный подъем, самостоятельная деятельность <u>15.20-15.40</u> – полдник <u>15.40-16.40</u> – игры, самостоятельная деятельность <u>16.40-17.00</u> – подготовка к ужину, ужин <u>17.00-18.00</u>– подготовка к прогулке, прогулка, уход домой</p>	<p>включая перерывы) <u>10.10-12.00</u> – подготовка к прогулке, прогулка <u>12.00-12.30</u> – гигиенические процедуры, обед <u>12.30-15.00</u> – подготовка ко сну, дневной сон <u>15.00-15.15</u> – постепенный подъем, самостоятельная деятельность <u>15.15-15.40</u> ст.№1 НОД <u>15.40-15.55</u> – ст.№1 полдник <u>15.55-16.50</u> – игра, самостоятельная деятельность <u>15.15-15.30</u> – ст.№2 полдник <u>15.30-15.50</u> – ст.№2 игра, самостоятельная деятельность <u>15.50-16.15</u> – ст.№2 НОД <u>16.15-16.50</u> – ст.№2 игра, самостоятельная деятельность <u>16.50-17.05</u> – подготовка к ужину, ужин <u>17.05-18.00</u> - подготовка к прогулке, прогулка, уход домой</p>	<p>подготовка ко сну, дневной сон <u>15.00-15.15</u> – постепенный подъем, самостоятельная деятельность <u>15.15-15.30</u> – полдник <u>15.30-15.40</u> – игра, подготовка к НОД <u>15.40-16.10</u> - НОД <u>16.50-17.05</u> – подготовка к ужину, ужин <u>17.05-18.00</u> - подготовка к прогулке, прогулка, уход домой</p>
---	--	---	--	--

Режим дня на теплый период года:

I младшая группа (2-3 года)	II младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7 лет)
<p><u>7.30-8.25</u> – приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность (на групповом участке) <u>8.25-8.30</u> – утренняя гимнастика на свежем воздухе <u>8.30-9.00</u> – подготовка к завтраку, завтрак <u>9.00- 9.10</u>– игра <u>9.10-9.20</u> – деятельность художественно-эстетического или физкультурно-оздоровительного циклов* <u>9.20-11.30</u> – прогулка</p>	<p><u>7.30-8.10</u> – приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность (на групповом участке) <u>8.10-8.15</u> – утренняя гимнастика на свежем воздухе <u>8.15-8.35</u> – самостоятельная деятельность <u>8.35-9.00</u> – подготовка к завтраку, завтрак <u>9.00-9.10</u>– игра <u>9.10-9.25</u> – деятельность художественно-эстетического или физкультурно-оздоровительного</p>	<p><u>7.30-8.20</u> – приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность (на групповом участке) <u>8.16-8.22</u> – утренняя гимнастика на свежем воздухе <u>8.22-8.40</u> – самостоятельная деятельность <u>8.40-9.00</u> – подготовка к завтраку, завтрак <u>9.00-9.10</u>– игра <u>9.10 -9.30</u> – деятельность художественно-эстетического или физкультурно-оздоровительного</p>	<p><u>7.32-8.40</u> – приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность (на групповом участке) <u>8.23-8.31</u> – ст. №1 <u>8.31-8.39</u> – ст. №2 утренняя гимнастика на свежем воздухе <u>8.31-8.45</u> – самостоятельная деятельность <u>8.45-9.10</u> – игра <u>9.10-9.35</u> – деятельность художественно-эстетического или физкультурно-оздоровительного циклов* <u>9.35-12.00</u> –</p>	<p><u>7.30-8.40</u> – приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность (на групповом участке) <u>8.40-8.50</u> – утренняя гимнастика на свежем воздухе <u>8.50-9.05</u> – подготовка к завтраку, завтрак <u>9.05-9.10</u> – игра <u>9.10-9.40</u> – деятельность художественно-эстетического или физкультурно-оздоровительного циклов* <u>9.40-12.30</u> – прогулка <u>12.30-13.00</u> –</p>

<p>11.30-12.00 – гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед 12.00-15.00 – подготовка ко сну, дневной сон 15.00-15.20 – постепенный подъем, самостоятельная деятельность 15.20-15.45 – полдник 15.45-16.30 – подготовка к прогулке, прогулка 16.30-17.00 – подготовка к ужину, ужин 17.00-18.00 – прогулка, самостоятельная деятельность, уход домой</p>	<p>циклов* 9.25-11.40 – прогулка 11.40-12.10 – гигиенические процедуры, подготовка к обеду, обед 12.10-15.00 – подготовка ко сну, дневной сон 15.00 -15.20 – постепенный подъем, самостоятельная деятельность 15.20-15.40 – полдник 15.40-16.40 – подготовка к прогулке, прогулка 16.35-17.00 – подготовка к ужину, ужин 17.00-18.00 - прогулка, самостоятельная деятельность, уход домой</p>	<p>циклов* 9.30-11.50 –прогулка 11.50-12.20 – гигиенические процедуры, обед 12.20 -15.00 – подготовка ко сну, дневной сон 15.00-15.20 – постепенный подъем, самостоятельная деятельность 15.20-15.40 – полдник 15.40-16.40 – подготовка к прогулке, прогулка 16.40-17.00 – подготовка к ужину, ужин 17.00-18.00– прогулка, самостоятельная деятельность, уход домой</p>	<p>прогулка 12.00-12.30 – гигиенические процедуры, обед 12.30-15.00 – подготовка ко сну, дневной сон 15.00-15.15 – постепенный подъем, самостоятельная деятельность 15.15-15.30 –полдник 15.30-16.50 – подготовка к прогулке, прогулка 16.50-17.05 – подготовка к ужину, ужин 17.05-18.00 - прогулка, самостоятельная деятельность, уход домой</p>	<p>гигиенические процедуры, обед 13.00-15.00 – подготовка ко сну, дневной сон 15.00-15.15 – постепенный подъем, самостоятельная деятельность 15.15-15.30 – полдник 15.30-16.50 – подготовка к прогулке, прогулка 16.50-17.05 – подготовка к ужину, ужин 17.05-18.00 – прогулка, самостоятельная деятельность, уход домой</p>
--	---	---	---	--

Примечание:

* деятельность художественно-эстетического и физкультурно-оздоровительного циклов в летний период при благоприятных метеорологических условиях организуется в ходе прогулки

В период адаптации воспитанников к условиям Учреждения осуществляется режим дня с сокращенным временем пребывания.

Особенности организации режимных моментов.

Прием пищи определяется временем пребывания детей и режиму работы групп и соответствует четырехразовому питанию: завтрак, обед, полдник, ужин. Питание осуществляется по примерному 10-дневному меню, разработанному на основе физиологических потребностей детей в пищевых веществах и норм питания.

Продолжительность ежедневной прогулки определено Учреждением с учетом климатических условий и составляет не менее 2,5-4 часов. Прогулка организуются 2 раза в день: в первую половину – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 градусов С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста составляет 2 - 2,5 часа, для детей от 1,6 до 3 не менее 3 часов.

Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) составляет не менее 3 - 4 часов.

ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

1.	Утренняя гимнастика	Все группы (кроме групп раннего возраста)	Ежедневно	Воспитатели групп
2.	Физическая культура	Все группы (кроме групп раннего	2 раза в неделю: в зале 1 раз и на	Инструктор по физкультуре, воспитатели

		возраста)	воздухе 1 раз	групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6.	Спортивные игры	Старшая, подготовительная группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
7.	Физкультурные досуги	Все группы (кроме групп раннего возраста)	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре
8.	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
9.	День здоровья	Все группы (кроме групп раннего возраста)	2 раз в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
10.	Динамические паузы	Все группы	ежедневно	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
11.	Оздоровительный бег (в конце прогулки)	Группы детей 5-7 лет	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре
ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ				
1.	Витаминотерапия	Все группы	2 раза в год	медсестра
2.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с родителями)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)	медсестра
3.	Кварцевание групп и кабинетов	ежедневно	В течение года	Воспитатели
4.	Самомассаж	Всем детям	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели
5.	Гимнастика для глаз	Всем детям	В течение года	Воспитатели

6.	Массаж стоп (в период проведения занятий в режиме динамических пауз)	Средний и старший возраст	3 раза в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели
НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ				
1.	Музыкотерапия	Все группы	Использование музыкального сопровождения на занятиях изобразительной деятельности, физкультуре и перед сном	Музыкальный руководитель, медсестра, воспитатель группы
2.	Фитонцидо-терапия (лук, чеснок)	Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания	Медсестра, младшие воспитатели
ЗАКАЛИВАНИЕ				
1.	Ходьба босиком	Все группы	После сна	Воспитатели
2.	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
3.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели

Проектирование воспитательно-образовательного процесса

Ежедневная организации жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:

- построения образовательного процесса на основе комплексно-тематического планирования;
- построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;
- решения программных образовательных задач через совместную деятельность взрослого и детей, самостоятельную деятельность детей, образовательную деятельность в режимных моментах, а также через взаимодействие участников образовательных отношений;

Проектирование образовательного процесса в Учреждении выстраивается на основе комплексно-тематической модели.

Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Детский сад! 1-я неделя сентября	Детский сад! 1-я неделя сентября	День знаний 1-я неделя сентября	День знаний 1-я неделя сентября	День знаний 1-я неделя сентября
Осень	Осень	Осень	Осень золотая	Осень золотая

2-я – 4-я недели сентября	2-я – 4-я недели сентября	2-я – 4-я недели сентября	2-я – 4-я недели сентября	2-я – 4-я недели сентября
Я в мире человек 1-я, 2-я недели октября	Я в мире человек 1-я, 2-я недели октября	Я в мире человек 1-я – 3-я недели октября	Я в мире человек 1-я – 3-я недели октября	Мой поселок, моя страна, моя планета 1-я – 3-я неделя октября
Мой дом 3-я неделя октября – 3-я неделя ноября	Мой дом, мой поселок 3-я неделя октября – 3-я неделя ноября	Мой поселок, моя страна 4-я неделя октября – 3-я неделю ноября	День народного единства 4-я неделя октября – 4-я неделю ноября	День народного единства 4-я-неделя октября – 4-я неделю ноября
Новогодний праздник 4-я неделя ноября – 4-я неделя декабря	Новогодний праздник 4-я неделя ноября – 4-я неделя декабря	Новогодний праздник 4-я неделя ноября – 4-я неделя декабря	Новый год 1-я неделя декабря – 4-я неделю декабря	Новый год 1-я неделя декабря – 4-я неделю декабря
Зима 2-я неделя января – 4-я неделя января	Зима 2-я неделя января – 4-я неделя января	Зима 2-я неделя января – 4-я неделя января	Зима 2-я неделя января – 4-я неделя января	Зима 2-я неделя января – 4-я неделя января
Зима 1-я, 2-я недели февраля	Зима 1-я, 2-я недели февраля	День защитника Отечества 1-я – 3-я недели февраля	День защитника Отечества 1-я – 3-я недели февраля	День защитника Отечества 1-я – 3-я недели февраля
Мамин день 3-я неделя февраля – 1-я неделя марта	8 марта 3-я неделя февраля – 1-я неделя марта	8 марта 4-я неделя февраля – 1-я неделя марта	Международный женский день 4-я неделя февраля – 1-я неделя марта	Международный женский день 4-я неделя февраля – 1-я неделя марта
Народная игрушка 2-я неделя марта – 4-я неделя марта	Знакомство с народной игрушкой 2-я неделя марта – 4-я неделя марта	Знакомство с народной культурой и традициями 2-я неделя марта – 4-я неделя марта	Народная культура и традиции 2-я неделя марта – 4-я неделя марта	Народная культура и традиции 2-я неделя марта – 4-я неделя марта
Весна 1-я, 2-я недели апреля	Весна 1-я, 2-я недели апреля	Весна 1-я, 2-я недели апреля	Весна 1-я неделя апреля	Весна 1-я неделя апреля
Весна 3-я неделя апреля – 4-я неделя апреля	Весна 3-я неделя апреля – 4-я неделя апреля	Весна 3-я неделя апреля	День космонавтики 2-я неделя апреля	День космонавтики 2-я неделя апреля
Весна 1-я, 2-я недели мая	Весна 1-я, 2-я недели мая	День Победы 4-я неделя апреля – 1-я неделя марта	День Победы 3-я неделя апреля – 1-я неделя мая	День Победы 3-я неделя апреля – 1-я неделя мая

Здравствуй, лето! 3-я,4-я недели мая	Здравствуй, лето! 3-я,4-я недели мая	Здравствуй, лето! 2-я – 4-я недели мая	Здравствуй, лето! 2-я – 4-я недели мая	До свидания, детский сад 2-я – 4-я недели мая
---	---	---	---	--

Модель организации образовательной деятельности детей

Совместная деятельность взрослых и детей		Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие участников образовательных отношений
Организованная образовательная деятельность	Образовательная деятельность в режимных моментах		

Планирование образовательной деятельности

Организованная образовательная деятельность					
Базовый вид деятельности	Периодичность				
	Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подг. группа
Инвариантная часть Программы					
Физическая культура в помещении	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю
Физическая культура на прогулке	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Взаимодействие участников образовательных отношений					
Совместная деятельность воспитывающих взрослых и воспитанников	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Объём образовательной нагрузки

		1,6-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Максимальная продолжительность НОД в день		8-10 мин	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
Максимальный объём НОД в день	1-ая п. дня	8-10 мин	30 мин	40 мин	45 мин	1,5 часа
	2-ая п. дня	8-10 мин	не допускается	не допускается	После дневного сна	
					25 мин	30 мин
Максимальная продолжительность НОД в неделю		90 мин	150 мин	200 мин	350 мин	450 мин

Максимальное количество НОД в неделю	10	10	10	14	15
Минимальные перерывы между НОД	10 мин				
Проведение физкультурных минуток	Проводятся в середине НОД статического характера				
Дополнительные условия	НОД повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей организовывается в 1-ю половину дня допускается осуществление ООД на игровой площадке во время прогулки			НОД требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей организуют в 1-ю половину дня	

Физкультурно-оздоровительная работа

В Учреждении постоянно проводится работа по сохранению здоровья воспитанников, закаливанию организма и совершенствованию его функций.

№ п/п	Мероприятия	Курс	Первая мл. группа	Вторая мл. группа	Ср. группа	Ст. группа	Подг. группа
1	Организация жизни детей в адаптационный период	в течение адапт. периода	+	+	+	+	+
2	Напиток шиповника	2 раза в неделю	+	+	+	+	+
3	С - витаминизация III-блюда	35-50 мг ежедневно	+	+	+	+	+
4	Полоскание зева кипячёной охлаждённой водой	после каждого приёма пищи ежедневно	+	+	+	+	+
5	Фитонезидотерапия (лук, чеснок)	во время обеда	+	+	+	+	+
6	Ароматизация	в	+	+	+	+	+

	помещений (чесночные букетики)	течение дня в период эпидемии и гриппа					
7	Воздушные ванны	ежедневно	+	+	+	+	+
8	Прогулки на свежем воздухе	ежедневно	+	+	+	+	+
9	Босохождение по траве, гальке	в летний период	-	-	-	+	+
10	Умывание лица, рук	после дневного сна	+	+	+	+	+
11	Самомассаж отдельных частей тела	после дневного сна	-	+	+	+	+
12	Оздоровительный бег	в течение года	+	+	+	+	+
13	Гимнастика после дневного сна (лёжа)	ежедневно	+	+	+	+	+
14	Сквозное проветривание в отсутствие детей, прекращается за 15 минут до прихода детей	во время прогулок	+	+	+	+	+
15	Проведение осмотра детей врачами-специалистами	по графику	+	+	+	+	+
16	Гигиенические процедуры	в течение дня	+	+	+	+	+

Режим двигательной активности

№ п/п	Формы работы	Периодичность	Длительность				
			1,6-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
1	Утренняя гимнастика	ежедневно	5 мин	5 мин	6 мин	8 мин	10 мин
2	Физкультурные занятия в помещении	2 раза в неделю	10 мин	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
3	Физкультурные занятия на прогулке	1 раз в неделю	10 мин	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин

4	Физкультминутки	ежедневно	1-2 мин	1-2 мин	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин
5	Музыкально – ритмические движения.	2 раза в неделю	1-2 мин	1-2 мин	1-2мин	3 мин	3 мин
6	Гимнастика после сна	ежедневно	3 мин	3 мин	3 мин	3 мин	3 мин
7	Физкультурный досуг	1 раз в месяц	10 мин	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
89	Спортивный праздник	2 раза в год	–	–	20 мин	25 мин	30 мин
10	Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	В зависимости от индивидуальной потребности детей				

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Развитие культурно-досуговой деятельности дошкольников позволяет обеспечить каждому ребенку отдых (пассивный и активный), эмоциональное благополучие, способствует формированию умения занимать себя.

Цикличность организации досуговых мероприятий предполагает еженедельное их проведение (от 10 до 30 минут, в зависимости от возраста) во второй половине дня.

Содержание досуговых мероприятий с детьми планируется педагогами (воспитателями, музыкальными руководителями, инструкторами по физической культуре) в зависимости от текущих программных задач, времени года, возрастными особенностями детей, интересов и потребностей дошкольников.

Для организации и проведения детских досугов возможно привлечение родителей и других членов семей воспитанников, бывших выпускников детского сада, учащихся музыкальных и спортивных школ, специалистов системы дополнительного образования, учреждений социума и пр.

Формы организации досуговых мероприятий

Праздники и развлечения	Выставки	Спортивные досуги	Познавательные	Творческие
Проводятся совместно с родителями				
Обрядовые Различной тематики календаря праздников	Детского творчества Совместного творчества взрослых и детей Педагогов родителей	Соревнования Эстафеты Веселые старты Олимпиады Парады	Флешмобы Акции Путешествия Походы КВН Викторины	Концерты Разные виды театров

Основные мероприятия

№	Название мероприятия	Срок проведения	Ответственные
1	Месячник безопасности	сентябрь	Ст.воспитатель, воспитатели
2	Всероссийский праздник «День знаний»	сентябрь	Муз. руководитель, воспитатели
3	Праздник ко Дню дошкольного работника «Вы – первый наш учитель...»	сентябрь	Муз. руководитель, воспитатели
4	Праздничный концерт, посвященный Дню пожилого человека «Вам мудрость подарили годы»	октябрь	Муз. руководитель, воспитатели
5	Праздник «Что нам осень принесет»	октябрь	Муз. руководитель, воспитатели
6	Праздничный концерт, посвященный Дню матери «Мама – нет слова ярче и милей»	ноябрь	Муз. руководитель, воспитатели
8	Праздник «К нам стучится Новый год!»	декабрь	Муз. руководитель, воспитатели, родители
9	Развлечение «Пришла коляда – отворяй ворота»	январь	Муз. руководитель, воспитатели
10	Праздник «День защитника отечества»	февраль	Муз. руководитель, воспитатели
11	Праздник «Широкая Масленица»	март	Муз. руководитель, воспитатели
12	Праздник, посвященный Международному женскому дню «Мамин день»	март	Муз. руководитель, воспитатели
13	Развлечение «1 апреля – день шуток, смеха и веселья!»	апрель	Муз. руководитель, воспитатели
14	Спортивно-массовое мероприятие «День здоровья»	апрель	Инструктор по физической культуре, воспитатели
15	Православный праздник «Светлый день «Пасхи»		Муз. руководитель, воспитатели
16	Музыкально-литературная композиция «Этот День Победы»	май	Муз. руководитель, воспитатели
17	Выпускной бал «До свидания, детский сад»	май	Муз. руководитель, воспитатели
19	Международной день защиты детей «Пусть всегда будет солнце...»	июнь	Муз. руководитель, воспитатели
20	Фольклорный праздник «Иван Купала»	июль	Муз. руководитель, воспитатели
21	Развлечение «Пришел Спас – мед и яблочко припас»	август	Муз. руководитель, воспитатели

Перспективное планирование физкультурных развлечений и досугов.

Предварительная дата проведения	Мероприятия	Группы	Итоговый документ
Сентябрь	«День знаний». Музыкально-физкультурное развлечение.	Средняя Старшая Подготовительная	Сценарий
Октябрь	«Осенние старты». Физкультурный досуг.	Средняя Старшая Подготовительная	Сценарий
Ноябрь	Спортивный праздник.	Средняя Старшая Подготовительная	Сценарий
Декабрь	«Здравствуй, Зимушка-зима». Физкультурный досуг. «Сюрпризы Деда Мороза». Физкультурное развлечение.	Средняя Старшая Подготовительная	Сценарий, фото
Январь	Физкультурное развлечение. День здоровья. «Семейная Олимпиада».	Средняя Старшая Подготовительная	Разработка Фотосессия
Февраль	«Зимние забавы». Физкультурный досуг. Спортивный праздник, посвященный 23 февраля.	Средняя Старшая Подготовительная	Разработка Планирование
Март	Спортивный праздник. Физкультурное развлечение.	Средняя Старшая Подготовительная	Сценарий Фото
Апрель	Познавательный досуг «Спорт». День здоровья.	Средняя Старшая Подготовительная	Разработка, фото
Май	«Веселые старты». «Как мы искали здоровье в лесу».	Средняя Старшая Подготовительная	Разработка, фотосессия

3.5. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда (далее РППС) – это определенное пространство, организационно оформленное и предметно насыщенное, приспособленное для удовлетворения потребностей ребенка в познании, общении, труде, физическое и духовном развитии

РППС в учреждении организована так, чтобы каждый ребенок мог заниматься своим любимым делом, она комфортна и соответствует возрастным, гендерным и индивидуальным особенностям детей.

Развивающая предметно-пространственная среда в МДОУ является:

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

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

➤ полифункциональной – обеспечивает возможность разнообразного использования составляющих развивающей предметно пространственной среды (например: детской мебели, матов, ширм, в том числе природных материалов) в разных видах детской активности;

➤ вариативной – наличие в МДОУ или Группе различных пространств (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей; периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

➤ доступной – обеспечивающей свободный доступ воспитанников к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все виды детской активности;

➤ безопасной – все элементы развивающей среды соответствуют требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы, правила пожарной безопасности.

РППС организована в виде хорошо разграниченных зон («уголков»), оснащенных большим количеством развивающих материалов.

Оснащение центров меняется в соответствии с тематическим планированием образовательного процесса