

Принята на педагогическом совете
Протокол №1 от 31.08.2023г.



Утверждена заведующей МБДОУ
«Детский сад №3 «Соловушка»
Е.В.Бобровская

Приказ № 1-166 от 31.08.2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**инструктора по физической культуре
по реализации образовательной области
«Физическое развитие»
на 2023 – 2024 учебный год
с детьми 2 – 7 лет
МБДОУ «Детский сад №3 «Соловушка»**

Срок реализации: 2023-2024 уч.год (1 год)

Разработал:

инструктор по физической культуре

I квалификационной категории

Дмитракова

Валентина Николаевна

Рыльск

2023

№ п/п	Содержание	Стр.
I	Целевой раздел программы	4
1.	Пояснительная записка	4
1.1	Цели и задачи реализации программы.	6
1.2	Принципы и подходы к формированию программы.	8
1.3	Возрастные, психологические и индивидуальные характеристики особенностей развития детей, воспитывающихся в группе.	9
1.4	Планируемые результаты основания программы (целевые ориентиры).	12
1.5	Целевые ориентиры образования в раннем возрасте.	13
1.6	Целевые ориентиры образования на этапе завершения дошкольного образования.	14
2.	Часть, формируемая участниками образовательных отношений.	14
2.1	Планируемые результаты освоения программы с учетом возрастных возможностей и индивидуальных различий (индивидуальных траекторий развития) детей.	15
II	Содержательный раздел	16
1.	Описание образовательной деятельности «Физическое развитие» в соответствии с направлением развития воспитанников :	17
1.1	Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе детей 2-3 лет	19
1.2	Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе детей 3-4 лет	19
1.3	Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе детей 4-5 лет	22
1.4	Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе детей 5-6 лет	26
1.5	Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе детей 6-7 лет	29
2.	Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.	33
3.	Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей с ограниченными возможностями здоровья.	43
4.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.	49
5.	Способы и направления поддержки детской инициативы.	51
6.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива дошкольного образовательного учреждения с семьями воспитанников.	54
7	Часть рабочей программы, формируемая участниками образовательных отношений.	59
III	Организационный раздел	61
1.	Организация режима пребывания детей в группе дошкольного образовательного учреждения.	61
2.	Учебный план.	63

3.	Особенности традиционных праздников, событий, культурно – массовых и спортивных мероприятий.	66
4.	Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды	67
5.	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.	69
6.	Часть рабочей программы, формируемая участниками образовательных отношений.	70
IV	Дополнительный раздел	71
	Краткая презентация программы	72
	Приложение.	
	Приложение 1. Список детей группы.	
	Приложение 2. Характеристика родительского состава.	
	Приложение 3. План работы с родителями (законными представителями).	
	Приложение 4. Перспективный план НОД на учебный год.	

1. Целевой раздел

1. Пояснительная записка.

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического развития дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды.

В связи с этим разработана программа на основе примерной общеобразовательной программы дошкольного образования, программы Л.И. Пензулаевой «Физическая культура в детском саду»; примерной основной образовательной программы дошкольного образования Т.Н.Дороновой. Т.И.Гризик «Радуга», парциальной программы Глазыриной Л.Д «Физическая культура – дошкольникам», «Программы развития двигательной активности и оздоровительной работы с детьми» В.Т. Кудрявцева в соответствии с Федеральным законом №273-ФЗ от 29.12.2012г. «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральным Государственным Образовательным Стандартом дошкольного образования, утвержденного приказом Минобрнауки России №1155 от 17 октября 2013 года; приказом Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 года №373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования»; санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», в соответствии с Уставом МБДОУ «Детского сада №3 «Соловушка».

На основе Программы на разных возрастных этапах развития и социализации дошкольников конструируется мотивирующая образовательная среда.

Мотивирующая образовательная среда предоставляет систему условий развития детей, включая пространственно-временные (гибкость и трансформируемость пространства и его предметного наполнения, гибкость планирования), социальные (формы сотрудничества и общения, ролевые и межличностные отношения всех участников образовательных отношений, включая педагогов, детей, родителей (законных представителей), администрацию), условия детской активности (доступность и разнообразие видов деятельности, соответствующих возрастно-психологическим особенностям дошкольников, задачам развития каждого ребенка), материально-технические и другие условия образовательной деятельности.

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

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

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

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

- игровая (сюжетно-ролевая игра, игра с правилами и другие виды игры),
- коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и другими детьми),

– познавательно-исследовательская (исследование и познание природного и социального миров в процессе наблюдения и взаимодействия с ними), а также такими видами активности ребенка, как:

- восприятие художественной литературы и фольклора,
- самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице),
- конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал,
- изобразительная (рисование, лепка, аппликация),
- музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах),
- двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка.

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

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

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

Рабочая программа определяет содержание и организацию непосредственно-образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие» и направлена на:

- охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства;
- создание благоприятных условий для развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- приобретение опыта в двигательной деятельности детей, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;
- приобретение опыта в видах деятельности детей, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;
- овладение подвижными играми с правилами;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становление здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Объем обязательной части основной образовательной программы должен составлять не менее 60% от ее общего объема.

Объем части основной образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений, должен составлять не более 40% от ее общего объема.

Срок реализации программы – 1 год (2021-2022 уч.г.) . Программа также содержит рекомендации по развивающему оцениванию достижения целей в форме педагогической и психологической диагностики развития детей, а также качества реализации основной общеобразовательной программы Организации. Воспитание и обучение осуществляется на русском языке – государственном языке России.

1.1 Цели и задачи реализации программы.

Цель и задачи деятельности ДООУ по реализации основной образовательной программы определяются ФГОС дошкольного образования, Устава ДООУ, реализуемой комплексной программы «Радуга», приоритетного направления – художественно-эстетического развития дошкольников с учетом регионального компонента, на основе анализа результатов предшествующей педагогической деятельности, потребностей детей и родителей, социума, в котором находится дошкольное образовательное учреждение.

Цель реализации основной образовательной программы дошкольного образования в соответствии с ФГОС дошкольного образования:

развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

На практике вся система физического развития и воспитания ребенка в ДООУ строится вокруг физиологического и медицинского подходов к организации воспитательно – образовательного процесса. Первостепенное значение уделяется вопросам здоровья детей и организации условий для его охраны и укрепления, а целью физического воспитания становится формирование привычки к здоровому образу жизни.

Между тем, поставленная цель может реализоваться только в комплексности решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач во всех направлениях работы с дошкольниками.

Оздоровительные задачи направлены на охрану жизни и укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости к заболеваниям, неблагоприятным воздействиям внешней среды и работоспособности организма. Более того, охрана и укрепление физического здоровья воспитанников ДООУ являются одной из основных задач детского сада. (Концепция дошкольного воспитания, 1989).

Учитывая специфику данного термина, оздоровительные задачи физического воспитания определяются применительно к каждой возрастной группе воспитанников в более конкретной форме:

- помогать формированию изгиба позвоночника, развитию сводов стопы, укреплению связочно – суставного аппарата, способствовать развитию всех групп мышц (особенно – мышщ-разгибателей), формированию опорно – двигательного аппарата и развитию двигательного анализатора;

- способствовать правильному соотношению частей тела и правильному функционированию внутренних органов, совершенствованию деятельности сердечно – сосудистой и дыхательной систем, развитию органов чувств, функции терморегуляции и центральной нервной системы (тренировать процессы возбуждения и торможения, их подвижность).

Однако, в настоящее время уже доказано, что, кроме понятия физического здоровья, с которым тесно связаны вышеперечисленные оздоровительные задачи, существует понятие психического и психологического здоровья.

Психологическое здоровье делает личность самодостаточной.

Опираясь на положение психологии здоровья, можно предположить, что именно психологическое здоровье является предпосылкой здоровья физического и является

необходимым условием полноценного развития человека в процессе его жизни, поэтому если психологически человек здоров, то вероятнее всего, он будет здоров и физически.

Образовательные задачи предполагают формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств и двигательных способностей, передачу простейших понятий о физической культуре и доступных знаний о спорте

Кроме того, современные программно – методические разработки (Глазыриной Л.Д., Кудрявцева В.Г., Егорова Б.Б.) нацеливают воспитателей на постановку специфических проблемно – двигательных задач физического воспитания. Так, например, в процессе освоения основных движений у ребенка можно развивать различные виды памяти: эмоциональную, образную, словесную. Аналогичные исследования, проведенные другими учеными, доказали роль физического воспитания в развитии восприятия и мышления, в воображении дошкольников, расширении их познавательных возможностей и развитии интеллектуальных способностей. В частности, исследования, проведенные Тарасовой Т.А., показали, что дошкольники, имеющие низкий уровень физической подготовленности, в 72% случаев характеризовались низким уровнем познавательной активности.

У дошкольников со средним уровнем физической подготовленности низкий уровень познавательной активности встретился в 22%, а среди детей с высоким уровнем физической подготовленности не оказалось ни одного случая с низким уровнем познавательной активности.

В процессе физического воспитания осуществляются *воспитательные задачи*, направленные на формирование культурно – гигиенических навыков и потребности в здоровом образе жизни, формирование культуры чувств и эстетического отношения к физическим упражнениям. Благодаря физическому воспитанию создаются благоприятные условия:

- для воспитания волевых качеств личности (смелость, решительность, выдержка, настойчивость и т.д.);

- для формирования положительных черт характера (организованность, скромность и др.); - для нравственных основ личности (чувства собственного достоинства, справедливости, товарищества, взаимопомощи и т.п.). При этом очень важно, как писал известный теоретик в области физического воспитания Новиков А.Д., что «...в определении роли физического воспитания в формировании моральных и волевых качеств человека мы не можем ограничиться заявлением только о «содействии» развитию этих интересов и качеств...». «Роль физического воспитания заключается в том, что оно выступает не только как одно из неотъемлемых условий воспитания, но главным образом в том, что сам процесс физического воспитания органически участвует в формировании характера и моральных качеств человека».

Уточняя и дополняя задачи реализации образовательной программы, необходимо отметить, что средствами комплексной программы «Радуга» осуществляется решение следующих задач:

1. Обеспечение ребенку возможности радостно и содержательно проживать дошкольные годы.
2. Обеспечение охраны и укрепления его здоровья (как физического, так и психического).
3. Всестороннее и своевременное психическое развитие; формирование активного и бережно-уважительного отношения к окружающему миру; приобщение к основным сферам человеческой культуры (труду, знаниям, искусству, морали).

1.2 Принципы и подходы к формированию Программы

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

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

Возрастной подход

(Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Д.Б.Эльконин, Л.И.Божович, А.В.Запорожец, Ж.Пиаже) к проблеме развития психики ребенка.

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

Личностный подход (Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Л.И.Божович, Д.Б.Эльконин, А.В.Запорожец) к проблеме развития психики ребенка.

Все поведение ребенка определяется непосредственными и широкими социальными мотивами поведения и деятельности. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие. А так же, в основе развития лежит, прежде всего, эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности его поведения. Идея о поступательном развитии ребенка главным образом за счет его личностного развития принципиально противоположна господствующим в современной педагогике идеям о приоритете интеллектуального развития.

Наряду с общепедагогическими дидактическими принципами (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

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

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

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

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

принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий;

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

1.3 Возрастные, психологические и индивидуальные характеристики особенностей развития детей воспитывающихся в группе.

Возрастная характеристика детей 2-3 лет

Физическое развитие Дети владеют основными жизненно важными движениями (ходьба, бег, лазание, действия с предметами), сидят на корточках, прыгают с нижней ступеньки.

Социально-личностное развитие. У 2 летних детей наблюдается устойчивое эмоциональное состояние. Для них характерны яркие эмоциональные реакции, связанные с непосредственными желаниями ребенка. Проявления агрессии бывают редко, проявляется эмоциональный механизм сопереживания, сочувствия, радости. Все дети называют себя по имени, употребляют местоимение «я» и дают себе первичную самооценку – «я хороший», «я сам». Для детей 3-х летнего возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этом возрасте начинает складываться и произвольность поведения. У детей

к 3 годам появляются чувство гордости и стыда, начинают формироваться элементы сознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом 3-х лет. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: упрямство, негативизм, нарушение общения со взрослыми и др.

Игра носит процессуальный характер, главное в ней - действия. Дети уже спокойно играют рядом с другими детьми, но моменты общей игры кратковременны. Они совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. Появляются действия с предметами - заместителями. Для детей 3х летнего возраста игра рядом. В игре дети выполняют отдельные игровые действия, носящие условный характер. Роль осуществляется фактически, но не называется. Сюжет игры - цепочка из 2х действий; воображаемую ситуацию удерживает взрослый.

Возрастная характеристика, контингента детей 3-4 лет.

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

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

3-4-х летний ребенок владеет элементарными гигиеническими навыками самообслуживания (самостоятельно и правильно моет руки с мылом после прогулки, игр, туалета; аккуратно пользуется туалетом: туалетной бумагой, не забывает спускать воду из бачка для слива; при приеме пищи пользуется ложкой, салфеткой; умеет пользоваться носовым платком; может самостоятельно устранить беспорядок в одежде, причёске, пользуясь зеркалом, расческой).

Социально-личностное развитие

К трем годам ребенок достигает определенного уровня социальной компетентности: он проявляет интерес к другому человеку, испытывает доверие к нему, стремится к общению и взаимодействию со взрослыми и сверстниками. У ребенка возникают личные симпатии, которые проявляются в желании поделиться игрушкой, оказать помощь, утешить. Ребенок испытывает повышенную потребность в эмоциональном контакте со взрослыми, ярко выражает свои чувства - радость, огорчение, страх, удивление, удовольствие и др. Для налаживания контактов с другими людьми использует речевые и неречевые (взгляды,

мимика, жесты, выразительные позы и движения) способы общения. Осознает свою половую принадлежность («Я мальчик», «Я девочка»). Фундаментальная характеристика ребенка трех лет - самостоятельность («Я сам», «Я могу»). Он активно заявляет о своем желании быть, как взрослые (самому есть, одеваться), включаться в настоящие дела (мыть посуду, стирать, делать покупки и т.п.). Взаимодействие и общение детей четвертого года жизни имеют поверхностный характер, отличаются ситуативностью, неустойчивостью, кратковременностью, чаще всего иницируются взрослым.

Для детей 3х летнего возраста характерна игра рядом. В игре дети выполняют отдельные игровые действия, носящие условный характер. Роль осуществляется фактически, но не называется. Сюжет игры - цепочка из 2х действий; воображаемую ситуацию удерживает взрослый. К 4м годам дети могут объединяться по 2-3 человека, для разыгрывания простейших сюжетно-ролевых игр. Игровые действия взаимосвязаны, имеют четкий ролевой характер. Роль называется, по ходу игры дети могут менять роль. Игровая цепочка состоит из 3-4 взаимосвязанных действий. Дети самостоятельно удерживают воображаемую ситуацию.

Возрастная характеристика, контингента детей 4-5 лет

К пяти годам складывается «психологический портрет» личности, в котором важная роль принадлежит компетентности, в особенности интеллектуальной (это возраст «почемучек»), а также креативности.

Физическое развитие

В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных

построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается.

Позитивные изменения наблюдаются в развитии моторики. Дошкольники лучше удерживают равновесие перешагивая через небольшие преграды., нанизывает бусины (20 шт.) средней величины (или пуговицы) на толстую леску.

В 4-5 лет у детей совершенствуются культурно-гигиенические навыки (хорошо освоен алгоритм умывания, одевания, приема

пищи): они аккуратны во время еды, умеют правильно надевать обувь, убирают на место свою одежду, игрушки, книги. В элементарном самообслуживании (одевание, раздевание, умывание и др.) проявляется самостоятельность ребенка.

Социально-личностное развитие

К 5 годам у детей возрастает интерес и потребность в общении, особенно со сверстниками, осознание своего положения среди

них. Ребенок приобретает способы взаимодействия с другими людьми. Использует речь и другие средства общения для удовлетворения разнообразных потребностей.

Лучше ориентируется в человеческих отношениях: способен заметить эмоциональное состояние близкого взрослого, сверстника, проявить внимание и сочувствие. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них

оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

Совершенствуется умение пользоваться установленными формами вежливого обращения.

В игровой деятельности появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться.

В этом возрасте начинают появляться постоянные партнеры по игре.

В общую игру может вовлекаться от двух до пяти детей, а продолжительность совместных игр составляет в среднем 15-20 мин

Возрастная характеристика, контингента детей 5-6 лет

Физическое развитие

Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений.

Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния.

Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать

результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе

(«я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные).

К 6 годам совершенствуется развитие мелкой моторики пальцев рук. Некоторые дети могут продеть шнурок в ботинок и завязать бантиком.

В старшем возрасте продолжают совершенствоваться культурно-гигиенические навыки: умеет одеться в соответствии с условиями погоды, выполняет основные правила личной гигиены, соблюдает правила приема пищи, проявляет навыки

самостоятельности. Полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.

Возрастная характеристика, контингента детей 6-7 лет

Физическое развитие

К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки

становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

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

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

Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем.

Владеет культурно-гигиеническими навыками и понимает их необходимость.

Социально-личностное развитие

К семи годам у ребенка ярко проявляется уверенность в себе и чувство собственного достоинства, умение отстаивать свою

позицию в совместной деятельности. Семилетний ребенок способен к волевой регуляции поведения, преодолению непосредственных желаний, если они противоречат установленным нормам, данному слову, обещанию. Способен проявлять волевые усилия в ситуациях выбора между «можно» и «нельзя», «хочу» и «должен». Проявляет настойчивость, терпение, умение преодолевать трудности. Может сдерживать себя, высказывать просьбы, предложения, несогласие в социально приемлемой форме. Произвольность поведения — один из важнейших показателей психологической готовности к школе.

Самостоятельность ребенка проявляется в способности без помощи взрослого решать различные задачи, которые возникают в повседневной жизни (самообслуживание, уход за растениями и животными, создание среды для самостоятельной игры, пользование простыми безопасными приборами — включение освещения, телевизора, проигрывателя и т.п.).

В сюжетно-ролевых играх дети 7-го года жизни начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающих характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, болезнь и т.п. Игровые действия становятся более сложными,

обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем (например, ребенок обращается к продавцу не просто как покупатель/, а как покупатель-мама). Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее.

Семилетний ребенок умеет заметить изменения настроения взрослого и сверстника, учесть желания других людей; способен к установлению устойчивых контактов со сверстниками. Ребенок семи лет отличается большим богатством и глубиной переживаний, разнообразием их проявлений и в то же время большей сдержанностью эмоций. Ему свойственно «эмоциональное предвосхищение» — предчувствие собственных переживаний и переживаний других людей, связанных с результатами тех или иных действий и поступков («Если я подарю маме свой рисунок, она очень обрадуется»).

1.4. Планируемые результаты освоения программы (целевые ориентиры)

Целевые ориентиры дошкольного образования представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в Российской Федерации, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат) делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

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. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Настоящие требования являются ориентирами для:

а) решения задач формирования Программы; анализа профессиональной деятельности; взаимодействия с семьями воспитанников;

б) изучения характеристик образования детей в возрасте от 2 месяцев до 8 лет;

в) информирования родителей (законных представителей) и общественности относительно целей дошкольного образования, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации.

Целевые ориентиры не могут служить непосредственным основанием при решении управленческих задач, включая:

аттестацию педагогических кадров;

оценку качества образования;

оценку как итогового, так и промежуточного уровня развития детей, в том числе в рамках мониторинга (в том числе в форме тестирования, с использованием методов, основанных на наблюдении, или иных методов измерения результативности детей);

оценку выполнения муниципального (государственного) задания посредством их включения в показатели качества выполнения задания;

распределение стимулирующего фонда оплаты труда работников ДОУ.

Целевые ориентиры программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

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

- Целевые ориентиры образования в раннем возрасте.
- Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования.

1.5. Целевые ориентиры образования в раннем возрасте:

- ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;
- владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек;
- стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого;
- проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;
- проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинки, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства;
- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

1.6. Целевые ориентиры образования на этапе завершения дошкольного образования:

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

- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Особенности осуществления воспитательно-образовательного процесса.
 Воспитательно-образовательный процесс в ДОУ осуществляется с учетом принципа интеграции образовательных областей (социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие) в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников. В основу организации образовательного процесса определен комплексно-тематический принцип с ведущей игровой деятельностью, а решение программных задач осуществляется в разных формах совместной деятельности взрослых и детей, а также в самостоятельной деятельности детей.

Содержание каждой из образовательных областей нацелено на развитие практических навыков гармоничного взаимодействия детей с природным и социальным миром нашего региона, тем самым, обеспечивая реализацию компетентного подхода в воспитании и обучении.

При ознакомлении детей с историей, культурой и природой родного края предусматривается формирование следующих представлений:

- об основных способах обеспечения и укрепления физического здоровья в природных климатических условиях средней полосы России доступными средствами;
- о нравственной, этической, трудовой культуре Курского края и ее взаимосвязи с культурой других регионов страны, мира;
- о культурных особенностях Курской области на основе ознакомления со сказками, песнями, танцами, народными играми и др.;
- об особенностях жизни детей и взрослых в ближайшем окружении ребенка, а также в других регионах страны, мира (особенности внешнего вида, поведения);
- о своих достоинствах и способах их активного проявления, о толерантности в познавательной, игровой деятельности, при общении с разными людьми;
- об особенностях песенного фольклора, традиционного для Курского края.

2.1. Планируемые результаты освоения программы с учетом возрастных возможностей и индивидуальных различий (индивидуальных траекторий развития) детей.

Конечным результатом освоения Образовательной программы является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

Физические качества: ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Общие показатели физического развития.

- Сформированность основных физических качеств и потребности в двигательной активности.
- Двигательные умения и навыки.
- Двигательно-экспрессивные способности и навыки. - Навыки здорового образа жизни.

Планируемые результаты

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;
- Овладение 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;

Овладение 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;
Овладение основными видами движения;
Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Мониторинг используется для выявления уровня усвоения детьми образовательной программы по образовательной области «Физическое развитие»:

- уровни физического развития (основных движений),
- уровень сформированности начальных представлений о здоровом образе жизни.

Диагностика физического развития детей проводится 2 раза в год: в сентябре и мае.

Для детей, показавших низкий уровень по результатам первого обследования, разрабатывается индивидуальный образовательный маршрут.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Содержание программы определяется в соответствии с направлениями развития ребенка, соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач.

Целостность педагогического процесса в ДООУ обеспечивается реализацией основной общеобразовательной программы дошкольного воспитания «Радуга» под редакцией Т.Н. Дороновой.

Воспитание и обучение осуществляется на русском языке - государственном языке России.

1. Описание образовательной деятельности по «Физическому развитию» в соответствии с направлением развития воспитанников:

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей (далее - образовательные области):

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

Социально-коммуникативное развитие:

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

Познавательное развитие

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

Речевое развитие:

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

Художественно-эстетическое развитие:

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



В общей системе образования и воспитания физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место.

Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности. Формирование физических качеств, двигательных умений и навыков тесно связано с психическим здоровьем ребенка, с воспитанием эстетических чувств и нравственно – волевых черт личности..

Физическое воспитание дошкольников должно предусматривать систему физических упражнений, приносящих ребенку положительные эмоции, исключение стрессовых ситуаций и страха перед выполнением движений; достаточную интенсивность и большое разнообразие двигательных действий; многовариативность форм физкультурно – оздоровительной работы и активного отдыха детей, возможность индивидуального и дифференцированного подхода к подбору упражнений; частую смену нагрузок и отдыха в режиме дня ребенка; преимущество в деятельности детей разных возрастных групп дошкольной образовательной организации; гибкий график проведения оздоровительных мероприятий в зависимости от состояния

здоровья, утомления, климатических и погодных условий; сезонность применения физических упражнений; ежедневное проведение занятий по физической культуре; взаимосвязь задач физического воспитания с другими сторонами воспитания.

1.1 Задачи и содержание работы по физическому развитию для детей 2-3 лет

Младший возраст — важнейший период в развитии дошкольника, который характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. В это время происходит переход ребенка к новым отношениям с взрослыми, сверстниками, предметным миром.

В раннем возрасте ребенок многому научился: он освоил ходьбу, разнообразные действия с предметами

Характерное для младшего дошкольника требование «я сам» отражает прежде всего появление у него новой потребности в самостоятельных действиях, а не фактический уровень возможностей. Поэтому задача взрослого, в том числе и инструктора по физической культуре — поддержать стремление к самостоятельности, не погасить его критикой неумелых действий ребенка, не подорвать его веру в собственные силы, высказывая нетерпение по поводу его медленных и неумелых действий. Необходимо помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности (Я — молодец!).

Самостоятельность формируется у младшего дошкольника в совместной деятельности со взрослыми и непосредственно в личном опыте. В совместной деятельности инструктор помогает ребенку освоить новые способы и приемы действий. Он постепенно расширяет область самостоятельных действий ребенка с учетом его растущих возможностей и своей положительной оценкой усиливает стремление без помощи взрослого добиться лучшего результата.

1.2 Задачи и содержание работы по физическому развитию для детей 3-4 лет

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой.

Гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Развивать умение ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног.
2. Приучать действовать совместно.
3. Формировать умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.
4. Формировать умение сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.
5. Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.
6. Продолжать развивать разнообразные виды движений, совершенствовать основные движения.

Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.

7. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.
8. Развивать умение энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.
9. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя руками одновременно.
10. Обучать хвату за перекладину во время лазанья.
11. Закреплять умение ползать.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях.
2. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.
3. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.
4. Формировать желание и умение кататься на санках, трехколесном велосипеде, лыжах.
5. Развивать умение самостоятельно садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.
6. Развивать умение надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.
7. Развивать умение реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.
8. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организовывать подвижные игры с правилами.
9. Поощрять самостоятельные игры детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

1. Основные виды движений

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). Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, 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 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, враспынную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убегать 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. 2. **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.

3. Спортивные упражнения

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

Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

4. 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».

Спортивные развлечения. «Кто быстрее?», «Зимние радости», «Мы растем сильными и смелыми».

1.3 Задачи и содержание работы по физическому развитию для детей 4-5 лет

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой. Гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Формировать правильную осанку.
2. Закреплять и развивать умение ходить и бегать, согласовывая движения рук и ног. Развивать умение бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
3. Приучать к выполнению действий по сигналу. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.
4. Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы.
5. Развивать умение перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
6. Закреплять умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.
7. В прыжках в длину и высоту с места формировать умение сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.
8. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
9. Развивать физические качества: гибкость, ловкость, быстроту, выносливость и др.
10. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
11. Закреплять умение кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу.
12. Совершенствовать умение ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать красоту, грациозность, выразительность движений.
2. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
3. Закреплять умение выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
4. Приучать детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.
5. Один раз в месяц проводить физкультурные досуги продолжительностью 20 минут; два раза в год - физкультурные праздники (зимний и летний) продолжительностью 45 минут.
6. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

7. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.
8. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.
9. Приучать к выполнению действий по сигналу.
10. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений: 1.

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, 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. 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), врассыпную. 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), 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.

2. 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 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); переключать 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. Сохранение равновесия в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5-7 секунд).

3. 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 с поддержкой взрослых.

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

Спортивные развлечения. «Спорт-это сила и здоровье», «Веселые ритмы». «Здоровье дарит Айболит».

1.4 Задачи и содержание работы по физическому развитию для детей 5-6 лет

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой.

Гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); - накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); - формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Совершенствовать физические качества в разнообразных формах двигательной деятельности.
2. Продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять движения.
3. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость.
4. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.
5. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.
6. Закреплять умение лазать по гимнастической стенке, меняя темп.
7. Совершенствовать умение прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.
8. Закреплять умение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.
9. Закреплять умение ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой); ориентироваться в пространстве.
10. Знакомить со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми, эстафетами.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Развивать самостоятельность, творчество; формировать выразительность и грациозность движений.
2. Воспитывать стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.
3. Продолжать формировать умение самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.
4. Приучать помогать взрослым, готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.
5. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им наиболее важные сведения о событиях спортивной жизни страны.
6. Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью 25-30 минут; два раза в год физкультурные праздники длительностью до 1 часа.
7. Во время физкультурных досугов и праздников привлекать дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

1. Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), 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. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, 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, враспынную, 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) чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 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, трое; равнение 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,

2. *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, 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. Наклоняться вперед, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклоняться вперед, стараясь коснуться ладонями пола; наклоняться, поднимая за спиной сцепленные руки. 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 ногу 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; перекладывать, 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.

3. *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.

4. *Спортивные игры*

Элементы баскетбола. Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от 7 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.

5. *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», «Забрось 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.

Спортивные развлечения. «Веселые старты», «Подвижные игры», «Зимние состязания», «Детская Олимпиада».

1.5 Задачи и содержание работы по физическому развитию для детей 6-7 лет

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой.

Гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); - формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
 2. Формировать сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
 3. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.
 4. Добиваться активного движения кисти руки при броске.
 5. Закреплять умение быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
 6. Развивать физические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
 7. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
 8. Закреплять умение участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.
 9. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
 10. Закреплять умение сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
 11. Упражнять в перелезании с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.
- Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Закреплять умение придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.
2. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.
3. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).
4. Проводить один раз в месяц физкультурные досуги длительностью до 40 минут, два раза в год - физкультурные праздники (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

1. 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, гимназическим 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. 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 80120 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, 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.

2. Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития на укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки 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 сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (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): наклоняться вперед, поднимая руки вверх, держа руки в стороны. В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживаясь в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней упоре сзади. Садиться из положения, лежа на спине (закрепив ноги) и снова ложиться. 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; стоя, держась за опору, поочередно поднимать прямую ногу.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок: 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). Общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т.п.

3. *Спортивные упражнения*

Катание на санках. Поднимать во время спуска заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания: проехать в воротца, попасть снежком в цель, сделать 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.

4. *Спортивные игры*

Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мячи 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, передвигаясь 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 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 ней с места и после ведения. **Бадминтон.** Правильно держать ракетку. Перебрасывать волан ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку. Свободно передвигаться по площадке во время игры.

5. *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», «Ловишки», «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 добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

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

Спортивные развлечения. «Летняя Олимпиада», «Ловкие и смелые», «Спорт, спорт, спорт», «Зимние катания», «Игры-соревнования», «Путешествие в Спортландию».

2. Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Формы работы по образовательным областям

Направления развития и образования детей (далее - образовательные области):	Формы работы	
	Младший дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
Физическое развитие	<p>Игровая беседа с элементами движений Игра Утренняя гимнастика Интегративная деятельность Упражнения Экспериментирование Ситуативный разговор Беседа Рассказ Чтение Проблемная ситуация</p>	<p>Физкультурное занятие Утренняя гимнастика Игра Беседа Рассказ Чтение Рассматривание. Интегративная деятельность Контрольно-диагностическая деятельность Спортивные и физкультурные досуги Спортивные состязания Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера Проектная деятельность Проблемная ситуация</p>
Социально-коммуникативное развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Игровое упражнение • Индивидуальная игра • Совместная с воспитателем игра • Совместная со сверстниками игра (парная, в малой группе) • Игра • Чтение • Беседа • Наблюдение • Рассматривание • Чтение • Педагогическая ситуация • Праздник • Экскурсия 	<ul style="list-style-type: none"> • Индивидуальная игра. • Совместная с воспитателем игра. • Совместная со сверстниками игра • Игра • Чтение • Беседа • Наблюдение • Педагогическая ситуация. • Экскурсия • Ситуация морального выбора.

	<ul style="list-style-type: none"> • Ситуация морального выбора • Поручение • Дежурство. 	<ul style="list-style-type: none"> • Проектная деятельность Интегративная деятельность • Праздник • Совместные действия • Рассматривание. • Проектная деятельность • Просмотр и анализ мультфильмов, видеофильмов, телепередач. • Экспериментирование • Поручение и задание • Дежурство. • Совместная деятельность • взрослого и детей тематического характера • Проектная деятельность
Речевое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Рассматривание • Игровая ситуация • Дидактическая игра • Ситуация общения. • Беседа (в том числе в процессе наблюдения за объектами природы, трудом взрослых). • Интегративная деятельность • Хороводная игра с пением • Игра-драматизация • Чтение • Обсуждение • Рассказ • Игра 	<ul style="list-style-type: none"> • Чтение. • Беседа • Рассматривание • Решение проблемных ситуаций. • Разговор с детьми • Игра • Проектная деятельность • Создание коллекций • Интегративная деятельность • Обсуждение. • Рассказ. • Инсценирование • Ситуативный разговор с детьми • Сочинение загадок • Проблемная ситуация • Использование различных видов театра
Познавательное развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Рассматривание • Наблюдение • Игра-экспериментирование. • Исследовательская деятельность • Конструирование. • Развивающая игра • Экскурсия • Ситуативный разговор 	<ul style="list-style-type: none"> • Создание коллекций • Проектная деятельность • Исследовательская деятельность. • Конструирование • Экспериментирование • Развивающая игра • Наблюдение • Проблемная ситуация

	<ul style="list-style-type: none"> • Рассказ • Интегративная деятельность • Беседа • Проблемная ситуация 	<ul style="list-style-type: none"> • Рассказ • Беседа • Интегративная деятельность • Экскурсии • Коллекционирование • Моделирование • Реализация проекта • Игры с правилами
<p>Художественное – эстетическое развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Рассматривание эстетически привлекательных предметов • Игра • Организация выставок • Изготовление украшений • Слушание соответствующей возрасту народной, классической, детской музыки • Экспериментирование со Звуками • Музыкально-дидактическая игра • Разучивание музыкальных игр и танцев <ul style="list-style-type: none"> • Совместное пение 	<ul style="list-style-type: none"> • Изготовление украшений для группового помещения к праздникам, предметов для игры, сувениров, предметов для познавательно-исследовательской деятельности. • Создание макетов, коллекций и их оформление • Рассматривание эстетически привлекательных предметов • Игра • Организация выставок • Слушание соответствующей возрасту народной, классической, детской музыки • Музыкально-дидактическая игра • Беседа интегративного характера, элементарного музыковедческого содержания) • Интегративная деятельность • Совместное и индивидуальное музыкальное исполнение • Музыкальное упражнение. • Попевка. Распевка • Двигательный, пластический

		танцевальный этюд <ul style="list-style-type: none"> • Танец • Творческое задание • Концерт- импровизация • Музыкальная сюжетная игра
--	--	---

Конкретное содержание указанных образовательных областей зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами программы и реализуется в различных видах деятельности (общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмах развития ребенка)

<i>Ранний возраст (2-3 года)</i>	<i>для детей дошкольного возраста (3 года – 7 лет)</i>
<ul style="list-style-type: none"> • предметная деятельность и игры с составными и динамическими игрушками • экспериментирование с материалами и веществами (песок, вода, тесто и пр.), • общение с взрослым и совместные игры со сверстниками под руководством взрослого, • самообслуживание и действия с бытовыми предметами-орудиями (ложка, совок, лопатка и пр.), • восприятие смысла музыки, сказок, стихов, рассматривание картинок, двигательная активность; 	<ul style="list-style-type: none"> • игровая, включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и другие виды игры, • коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками), • познавательно-исследовательская (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними), • восприятие художественной литературы и фольклора, • самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице), • конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал, • изобразительная (рисование, лепка, аппликация), • музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах); • двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка.

Формы и методы работы с детьми по физической культуре

- **Занятия тренировочного типа**, направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и других) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием простого и сложного

устройства. В занятия данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др.

- **Тематические занятия**, которые направлены на обучение дошкольников , элементов спортивных игр и упражнений (бадминтон, городки, хоккей, настольный теннис, футбол, ходьба на лыжах, езда на велосипеде). Данный тип занятия в основном проводится на воздухе в зависимости от сезона.
- **Фронтальный способ**. Все дети одновременно выполняют одно и тоже упражнение. Применяются при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.
- **Поточный способ**. Дети поточно, друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное, оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.
- **Групповой способ**. Дети, по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).
- **Индивидуальный способ**. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.
- **Контрольно** – проверочные занятия, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений (бег на скорость на 10м с хода и на 30м со старта, прыжки в длину с места, метание теннисного мяча вдаль (удобной рукой), бросание мяча вверх и ловля его, бросание набивного мяча весом 1кг из-за головы двумя руками и т.д.).

Технологии личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми

Характерные особенности:

- смена педагогического воздействия на педагогическое взаимодействие; изменение направленности педагогического «вектора» — не только от взрослого к ребенку, но и от ребенка к взрослому;
- основной доминантой является выявление личностных особенностей каждого ребенка как индивидуального субъекта познания и других видов деятельности;
- содержание образования не должно представлять собой только лишь набор социокультурных образцов в виде правил, приемов действия, поведения, оно должно включая содержание субъектного опыта ребенка как опыта его индивидуальной жизнедеятельности, без чего содержание образования становится обезличенным, формальным, невостребованным.

Характерные черты личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми в ДОУ:

- создание педагогом условий для максимального влияния образовательного процесса на развитие индивидуальности ребенка (актуализация субъектного опыта детей);
- оказание помощи в поиске и обретении своего индивидуального стиля и темпа деятельности, раскрытии и развитии индивидуальных познавательных процессов и интересов;
- содействие ребенку в формировании положительной Я-концепции, развитии творческих способностей, овладении умениями и навыками самопознания).

Интегрированные свойства личности педагога, которые в основном определяют успешность в личностно-ориентированном взаимодействии:

1) *Социально-педагогическая ориентация* — осознание педагогом необходимости отстаивания интересов, прав и свобод ребенка на всех уровнях педагогической деятельности.

2) *Рефлексивные способности*, которые помогут педагог остановиться, оглянуться, осмыслить то, что он делает: «Не навредить!»

3) *Методологическая культура* — система знаний и способов деятельности, позволяющих грамотно, осознанно выстраивать свою деятельность в условиях выбора образовательных альтернатив; одним из важных элементов этой культуры является умение педагога мотивировать деятельность своих воспитанников.

Составляющие педагогической технологии:

- Построение субъект-субъектного взаимодействия педагога с детьми, которое требует от педагога высокого профессионального мастерства, развитой педагогической рефлексией способности конструировать педагогический процесс на основе педагогической диагностики.
- Построение педагогического процесса на основе педагогической диагностики, которая представляет собой набор специально разработанных информативных методик и тестовых заданий, позволяющих воспитателю в повседневной жизни детского сада диагностировать реальный уровень развития ребенка, находить пути помощи ребенку в его развитии (задания направлены на выявление успешности освоения содержания различных разделов программы, на определение уровня владения ребенком позиции субъекта, на возможность отслеживания основных параметров эмоционального благополучия ребенка в группе сверстников, на выявление успешности формирования отдельных сторон социальной компетентности (экологическая воспитанность, ориентировка в предметном мире и др).
- Осуществление индивидуально-дифференцированного подхода, при котором воспитатель дифференцирует группу на типологические подгруппы, объединяющие детей с общей социальной ситуацией развития, и конструирует педагогическое воздействие в подгруппах путем создания дозированных по содержанию, объему, сложности, физическим, эмоциональным и психическим нагрузкам заданий и образовательных ситуаций (цель индивидуально-дифференцированного подхода — помочь ребенку максимально реализовать свой личностный потенциал, освоить доступный возрасту социальный опыт; в старших группах ;
- конструирование педагогического процесса требует дифференциации его содержания в зависимости от половых интересов и склонностей детей).

- Творческое конструирование воспитателем разнообразных образовательных ситуаций (игровых, практических, театрализованных и т.д.), позволяющих воспитывать гуманное отношение к живому, развивать любознательность, познавательные, сенсорные, речевые, творческие способности. Наполнение повседневной жизни группы интересными делами, проблемами, идеями, включение каждого ребенка в содержательную деятельность, способствующую реализации детских интересов и жизненной активности.
- Нахождение способа педагогического воздействия для того, чтобы поставить ребенка в позицию активного субъекта детской деятельности (использование игровых ситуаций, требующих оказания помощи любому персонажу, использование дидактических игр, моделирования, использование в старшем дошкольном возрасте занятий по интересам, которые не являются обязательными, а предполагают объединение взрослых и детей на основе свободного детского выбора, строятся по законам творческой деятельности, сотрудничества, сотворчества).
- Создание комфортных условий, исключающих «дидактический синдром», заорганизованность, излишнюю регламентацию, при этом важны атмосфера доверия, сотрудничества, сопереживания, гуманистическая система взаимодействия взрослых и детей во взаимоувлекательной деятельности (этим обусловлен отказ от традиционных занятий по образцу, ориентированных на репродуктивную детскую деятельность, формирование навыков).
- Предоставление ребенку свободы выбора, приобретение индивидуального стиля деятельности (для этого используются методика обобщенных способов создания поделок из разных материалов, а также опорные схемы, модели, пооперационные карты, простейшие чертежи, детям предоставляется широкий выбор материалов, инструментов).
- Сотрудничество педагогического коллектива детского сада с родителями (выделяются три ступени взаимодействия: создание общей установки на совместное решение задач воспитания; разработка общей стратегии сотрудничества; реализация единого согласованного индивидуального подхода к ребенку с целью максимального развития его личностного потенциала).
- Организация материальной развивающей среды, состоящей из ряда центров (сенсорный центр, центр математики, центр сюжетной игры, центр строительства, центр искусства и др.), которая способствовала бы организации содержательной деятельности детей и соответствовала бы ряду показателей, по которым
- воспитатель может оценить качество созданной в группе развивающей предметно-игровой среды и степень ее влияния на детей (включенность всех детей в активную самостоятельную деятельность; низкий уровень шума в группе; низкая конфликтность между детьми; выраженная продуктивность самостоятельной деятельности детей; положительный эмоциональный настрой детей, их жизнерадостность, открытость).
- Интеграция образовательного содержания программы.

Технологии проектной деятельности.

Этапы в развитии проектной деятельности:

1) *Подражательно-исполнительский*, реализация которого возможна с детьми трех с половиной — пяти лет. На этом этапе дети участвуют в проекте «на вторых ролях», выполняют действия по прямому предложению взрослого или путем подражания ему, что не противоречит природе маленького ребенка: в этом возрасте еще усилия как

потребность установить и сохранить положительное отношение к взрослому, так и подражательность.

2) *Общеразвивающий* он характерен для детей пяти-шести лет, которые уже имеют опыт разнообразной совместной деятельности, могут согласовывать действия, оказывать друг другу помощь. Ребенок уже реже обращается ко взрослому с просьбами, активнее организует совместную деятельность со сверстниками. У детей развиваются самоконтроль и самооценка, они способны достаточно объективно оценивать, как собственные поступки, так и поступки сверстников. В этом возрасте дети принимают проблему, уточняют цель, способны выбрать необходимые средства для достижения результата деятельности. Они не только проявляют готовность участвовать в проектах, предложенных взрослым, но и самостоятельно находят проблемы, являющиеся отправной точкой творческих, исследовательских, опытно-ориентировочных проектов.

3) *Творческий*, он характерен для детей шести-семи лет. Взрослому очень важно на этом этапе развивать и поддерживать творческую активность детей, создавать условия для самостоятельного определения детьми цели и содержания предстоящей деятельности, выбора способов работы над проектом и возможности организовать ее последовательность.

Технологии исследовательской деятельности

Этапы становления исследовательской деятельности:

- ориентировка (выделение предметной области осуществления исследования);
- проблематизация (определение способов и средств проведения исследования);
- планирование (формулировка последовательных задач исследования, распределение последовательности действий для осуществления исследовательского поиска);
- эмпирия (сбор эмпирического материала, постановка и проведение исследования, первичная систематизация полученных данных);
- анализ (обобщение, сравнение, анализ, интерпретация данных);

Принципы исследовательского обучения

- ориентации на познавательные интересы детей (исследование — процесс творческий, творчество невозможно навязать извне, оно рождается только на основе внутренней потребности, в данном случае на потребности в познании);
- опоры на развитие умений самостоятельного поиска информации;
- сочетания репродуктивных и продуктивных методов обучения (психология усвоения свидетельствует о том, что легко и произвольно усваивается тот материал, который включен в активную работу мышления);
- формирования представлений об исследовании как стиле жизни.

Пути создания проблемных ситуаций, лично значимых для ребенка:

- преднамеренное столкновение жизненных представлений детей с научными фактами, объяснить которые они не могут- не хватает знаний, жизненного опыта;
- преднамеренное побуждение детей к решению новых задач старыми способами;

- побуждение детей выдвигать гипотезы, делать предварительные выводы и обобщения (противоречие — ядро проблемной ситуации — в данном случае возникает в результате столкновения различных мнений, выдвинутого предположения и результатов его опытной проверки в процессе диалога)

Методические приемы:

- подведение детей к противоречию и предложение самостоятельно найти способ его разрешения; изложение различных точек зрения на один и тот же вопрос;
- предложение детям рассмотреть явление с различных позиций;
- побуждение детей к сравнению, обобщению, выводам из ситуации, сопоставлению фактов;
- постановка конкретных вопросов на обобщение, обоснование, конкретизацию, логику, рассуждения;
- постановка проблемных задач (например, с недостаточными или избыточными исходными данными, неопределенностью в постановке вопроса, противоречивыми данными, заведомо допущенными ошибками, ограниченным временем решения и т.д.)

Условия исследовательской деятельности:

- использование различных приемов воздействия на эмоционально-волевую сферу дошкольника (заботясь о том, чтобы в процессе познания нового материала он испытывал чувство радости, удовольствия, удовлетворения)
- создание проблемных ситуаций, вызывающих у детей удивление, недоумение, восхищение;
- четкая формулировка проблемы, обнажающей противоречия в сознании ребенка;
- выдвижение гипотезы и обучение, этому умению детей, принимая любые их предложения;
- развитие способности к прогнозированию и предвосхищению решений;
- обучение детей обобщенным приемам умственной деятельности — умению выделять главное, сравнивать, делать выводы, классифицировать, знакомить с различными научными методами исследования;
- создание атмосферы свободного обсуждения, побуждение детей к диалогу, сотрудничеству;
- побуждение к самостоятельной постановке вопросов, обнаружению противоречий;
- подведение детей к самостоятельным выводам и обобщениям, поощрение оригинальных решений, умений делать выбор;
- знакомство с жизнью и деятельностью выдающихся ученых, с историей великих открытий.

Информационно - коммуникативные технологии

В ДОУ применяются информационно-коммуникационные технологии с использованием мультимедийных презентации, клипов, видеофильмов, которые дают возможность педагогу выстроить объяснение с использованием видеофрагментов.

Система физкультурно- оздоровительной работы в ДОУ

№ п\п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1.	Обеспечение здорового ритма жизни падающий режим / в адаптационный период/ гибкий режим дня определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей организация благоприятного микроклимата	младшая группа Все группы Все группы	Ежедневно в адаптационный период Ежедневно	Воспитатели, Ст.медс., педагоги все педагоги, медсестра
2.	Двигательная активность	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по ф/к
2.1	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Инструктор по физической культуре, воспитатели
2.2	Непрерывная образовательная деятельность по физическому развитию - в зале; - на улице.	Все группы Все группы	2 р. в неделю 1 р. в неделю	Инструктор по физической культуре Воспитатели
2.3	Спортивные упражнения (санки, лыжи и др.)	Во всех группах	2 р. в неделю	Инструктор по физической культуре Воспитатели
2.4	Активный отдых спортивный час; - физкультурный досуг; - поход в лес.	Все группы Все группы Подготовительная	1 р. в неделю 1 р. в месяц 1 раз в год	Инструктор по физической культуре Воспитатели
2.5	Физкультурные праздники (зимой, летом) «День здоровья» «Весёлые старты»	Все группы Подготовительная	2 р. в год 1 р. в год	Инструктор по физической культуре Воспитатели муз. рук.
3.	Лечебно профилактические мероприятия	–		
3.1	Профилактика гриппа (проветривание каждого часа, проветривание после НОД)	Все группы	В неблагоприятный период (осень, весна)	Ст медсестра

3.2	Фитонезидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	В неблагопр. период (эпидемии гриппа, инфекции в группе)	Воспитатели ст. медсестра
4.	Закаливание			
4.1	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна	Воспитатели
4.2	Ходьба босиком	Все группы	После дневного сна, лето	Воспитатели
4.3	Облегчённая одежда детей	Все группы	В течении дня	Воспитатели, мл. воспитатели
4.4	Мытьё рук, лица	Все группы	Несколько раз в день	Воспитатели мл. воспитатели

3. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей с ограниченными возможностями здоровья.

Содержание коррекционной работы направлено на обеспечение коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии различных категорий детей с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) и оказание помощи детям этой категории в освоении Программы.

Содержание коррекционной работы обеспечивает:

- выявление особых образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии;
- осуществление индивидуально ориентированной психолого-медико-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей детей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии);
- возможность освоения детьми с ограниченными возможностями здоровья Программы и их интеграции в образовательном учреждении.

Принципы специального образования

Система требований, описывающая концептуальные основополагающие положения, которые определяют характер организации образовательного процесса, называется принципами специального образования.

Принципы специального образования реализуются при помощи специальных методов, приемов и технологий.

- 1) Каждый ребенок имеет право на обучение.
- 2) В развитии каждого ребенка существуют так называемые сенситивные периоды, благоприятные для развития каких-либо психических процессов.
- 3) Принцип коррекционно-компенсирующей направленности образования предполагает компенсацию утраченных из-за нарушения способностей за счет перестройки сохранившихся.
- 4) Принцип социально-адаптирующей направленности.
- 5) Принцип развития психических процессов, охватывая «зону ближайшего развития».
- 6) Принцип дифференцированности и индивидуального подхода.
- 7) Принцип необходимости специального педагогического руководства.

Выявление особых образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья

Для успешного воспитания и обучения детей с ОВЗ необходима правильная оценка их возможностей и выявление особых образовательных потребностей.

До зачисления в группы компенсирующей направленности дети проходят обследование психолого-медико-педагогической комиссией, что позволяет:

- своевременно выявить детей с ограниченными возможностями;
- выявить индивидуальные психолого-педагогические особенности ребенка с ОВЗ;
- обеспечить индивидуальное сопровождение каждого ребенка с ОВЗ в дошкольном учреждении;
- спланировать коррекционные мероприятия.

В ДООУ коррекционная работа с дошкольниками организуется специалистами: учителем-логопедом, учителями – дефектологами, педагогом-психологом.

Коррекционная работа реализуется через адаптированную основную образовательную программу (далее – АООП), обеспечивающей возможность интеграции детей с ОВЗ в образовательном учреждении.

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

В режиме предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи. Основная задача - стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

Одной из важных форм работы с детьми с ОВЗ по физическому развитию является развитие психомоторных функций:

- Развитие моторики глаз
- Развитие межполушарного взаимодействия (кинезиология)
- Развитие вестибулярной системы
- Фитбол - гимнастика
- Пространственная организация
- Речедвигательная ритмика
- Дыхательно - звуковая гимнастика
- Фонетическая ритмика

- Развитие произвольных механизмов деятельности.

Для детей с ОВЗ применение здоровьесберегающих технологий является наиболее эффективным средством коррекции, помогающих достижению максимально возможных успехов в преодолении нарушений развития и общего оздоровления детей.

Современные здоровьесберегающие технологии можно условно разделить на следующие виды:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья: ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корректирующая, гимнастика ортопедическая.
2. Технологии обучения здоровому образу жизни: физкультурное занятие, проблемноигровые (игротренинги и элементы игротерапии), коммуникативные игры, самомассаж.
3. Коррекционные технологии: элементы арттерапии, сказкотерапии, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика.

Применение в работе данных здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность образовательного процесса.

В ходе коррекционно-развивающей работы реализуются следующие цели и задачи:

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека - 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.
- Знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Формирование физических навыков:

- Формировать правильную осанку.
- Развивать пространственную ориентировку во всех видах двигательной деятельности - Развивать вестибулярную систему
- Развивать моторику глаз, пальцев рук, речевого аппарата - Развивать произвольные механизмы деятельности -Развивать координацию движений через разные виды упражнений
- Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость
- Развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками во всех формах организации двигательной деятельности.

Формирование навыков подвижной игры.

- Развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
- Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.
- Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

- Развитие произвольных механизмов деятельности - приучать к выполнению действий по сигналу.

Инструктор по физической культуре проводит педагогическую диагностику, развивает двигательную активность с помощью подвижных игр разной сложности, совершенствует моторные навыки, формирует игровые навыки.

Перечень специальных образовательных программ и методов, специальных методических пособий и дидактических материалов

№ п/п	Наименование образовательных областей (образовательных компонентов), входящих в заявленную АООП в соответствии с учебным планом	Автор, название, место издания, издательство, год издания. Вид и характеристика иных информационных ресурсов
1.	Физическое развитие	Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. — М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя груп-за.-М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2010. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, — М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. — М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010. Глазырина Л.Д. «Физическая культура-малышам»
2.	Общие парциальные программы для построение воспитательно-образовательного и коррекционно-развивающего процесса	В.Т.Кудрявцев «Программа развития двигательной активности и оздоровительной работы с детьми». Ю.Ф.Змановский «Здоровый дошкольник»

Условия для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Необходимым условием организации успешного обучения и воспитания детей с ОВЗ в ДОУ является создание адаптивной среды – безбарьерного пространства, позволяющего обеспечить полноценную интеграцию и личностную самореализацию детей обозначенной категории в образовательном учреждении.

В течение года в тесном сотрудничестве с ПМПК Курской области работает психолого-медико-педагогический консилиум (далее – ПМПК) ДОУ, **основной целью** которого является своевременное выявление отклонений в развитии дошкольников и создание условий для коррекционной работы с данными детьми.

Построение в ДОУ коррекционного пространства для детей с ОВЗ (нарушения интеллекта) для материально-технического, кадрового и программно-методического обеспечения деятельности групп компенсирующей направленности является одной из основных задач работы ДОУ.

Среда, окружающая детей в детском саду, обеспечивает безопасность их жизни, способствовать укреплению здоровья и закаливанию организма каждого из них.

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

Стратегия и тактика построения среды определяется особенностями личностно-ориентированной модели воспитания. Её основные черты:

1. Взрослый в общении с детьми придерживается положения: «Не рядом, не над, а вместе!»

2. Его цель – содействовать становлению ребёнка как личности

3. Это предполагает решение следующих задач:

- обеспечить чувство психологической защищённости – доверие ребёнка к миру;

- радости существования (*психологическое здоровье*);

- формирование начал личности (*базис личностной культуры*);

- развитие индивидуальности ребёнка – не «запрограммированность», а содействие развитию личности;

- знания, умения, навыки рассматриваются не как цель, как средство полноценного развития личности.

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

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

Исключительное значение в воспитательном процессе придаётся игре, позволяющей ребёнку проявить полную активность, наиболее полно реализовать себя.

Игровое пространство имеет свободно определяемые элементы в рамках игровой площадки, которые давали бы простор изобретательству, открытиям.

Эти положения личностно-ориентированной модели обнаруживают себя в следующих принципах построения развивающей среды:

- принцип дистанции, позиции при взаимодействии

- принцип активности, самостоятельности, творчества

- принцип стабильности, динамичности

- принцип комплексирования и гибкого зонирования

- принцип эмоциональности среды, индивидуальной комфортности и эмоционального благополучия каждого ребёнка и взрослого

- принцип сочетания привычных и неординарных элементов в эстетической организации среды
- принцип открытости – закрытости
- принцип учёта половых и возрастных различий детей.

Варианты построения развивающей среды

1. Зонирование пространства осуществляется мобильными средствами – расстановкой мебели и оборудования.
2. Использование помещений спальни и раздевалки.
3. Один из основных факторов, определяющих возможность реализации принципа активности – создание игровой среды, обеспечивающей ребёнку возможность двигаться.
4. Динамичность реализуется с помощью раздвижных перегородок, ширм.
5. Элемент стабильности – «домашняя зона» с мягкой мебелью и т. д.
6. Принцип открытости обществу – это функциональная интеграция дошкольного учреждения другими учреждениями социально-культурного назначения: детскими театрами, музыкальными и артистическими коллективами, которые выступают непосредственно в детском саду.

Механизм оказания квалифицированной помощи по коррекции нарушений развития детей с ограниченными возможностями здоровья

Психолого-медико-педагогическое сопровождение является неотъемлемой частью коррекционного образования и представляет собой комплекс мер, направленных на преодоление проблем лечения, обучения и воспитания личности, имеющей нарушения развития.

Психолого-медико-педагогическое сопровождение включает:

- а) медицинское воздействие
 - профилактические мероприятия,
 - мониторинг здоровья,
 - медицинское обследование узкими специалистами,
 - здоровьеукрепляющая деятельность.
- б) коррекционно-педагогическое воздействие
 - коррекции познавательного развития,
 - коррекция вербально-двигательных процессов,
 - коррекция речевого развития,
 - становление игровой деятельности,
 - формирование элементов трудовой деятельности,
 - коррекция психических нарушений.
- в) психолого-педагогическое и психофизическое воздействие
 - формирование мотивации к познанию,
 - формирование психических процессов,
 - формирование моторики,
 - развитие коммуникативных способностей.

Одной из важнейших задач психолого-медико-педагогического сопровождения является ранняя диагностика и ранняя комплексная помощь, способствующие предупреждению инвалидности (или снижению степени ограничения жизнедеятельности).

Огромное значение имеет позиция, которую принимает семья, имеющая ребенка с нарушениями развития, готовность членов семьи принимать ребенка таким, какой он есть. Специалисты ПМПк ДОУ проводят специальные занятия с ребенком, предлагают свою помощь в консультировании семьи в различных вопросах, по адаптации прежде всего членов семьи к тому, что их ребенок не такой, как другие.

Формы организации коррекционной работы

К детям, имеющим значительные отличия в развитии от остальных детей в коллективе, применяют индивидуализированную форму обучения, также в коррекционной работе имеют место подгрупповая и дифференцированно-групповая формы работы.

В настоящее время индивидуальная форма работы используется в случаях, если в силу особенностей развития (дети с глубокими нарушениями интеллекта, дети с нарушениями слуха) или возраста (ранний возраст) ребенок не способен обучаться в коллективе, или же в случае, когда ребенок обучается на дому.

При достижении положительных результатов в коррекционно-педагогической работе дополнительно может применяться подгрупповая форма с небольшими группами детей для проведения определенных коррекционных занятий, не требующих строгого индивидуального подхода.

Также существует дифференцированно-групповая форма организации коррекционной работы, когда педагог разбивает группу в зависимости от уровня развития детей, особенностей нарушения развития, объемов и темпов познавательной деятельности. При обучении в групповой форме дети получают возможности для развития навыков социального общения, речи и мышления; такая форма обучения стимулирует развитие самостоятельности, инициативности, товарищества и взаимопомощи.

4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

В связи с выходом Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования в Программу введены культурные практики, которые проводятся во второй половине дня и ориентированы на проявление у детей самостоятельности и творчества в разных видах деятельности.

Культурные практики – понятие, объясняющее, как ребенок становится субъектом активного отношения, восприятия, выбора, пробы сил, принятия или непринятия чего – либо в своей жизни. Это понятие помогает объяснить, с помощью каких культурных механизмов ребенок выбирает то или иное действие и какое влияние на развитие имеет этот выбор.

Культурные практики – это ситуативное, автономное, самостоятельное, инициируемое взрослым или самим ребенком приобретение и повторение различного опыта общения и взаимодействия с людьми в различных группах, командах, сообществах и общественных структурах с взрослыми, сверстниками и младшими детьми. Это также освоение позитивного жизненного опыта сопереживания, доброжелательности и любви, дружбы, помощи, заботы, альтруизма, а также негативного опыта недовольства, обиды, ревности, протеста, грубости. От того, что именно будет практиковать ребенок, зависит его характер, система ценностей, стиль жизнедеятельности.

В процессе культурных практик воспитателем создаётся атмосфера свободы выбора, самовыражения, сотрудничество взрослого и детей. Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер.

Чтобы воспитание и обучение стали результативными создаются условия для развертывания системы многообразных свободных практик. Это обеспечивает трансформирование традиционных методов воздействия в методы взаимодействия. При развитой системе культурных практик ребенку необходимо не столько воспитание, как педагогическая поддержка, сколько сотрудничество, общий душевный настрой (забота) взрослого и ребенка, их взаимное доверие, озабоченность общим делом (интересом).

В ФГОС ДО идет речь об игровой деятельности, при этом указывается, что педагог должен обеспечить «широкие возможности для развития свободной игры детей, в том

числе обеспечивая игровое пространство, «вовлечение всех детей в разные виды деятельности и культурные практики, способствующие развитию норм социального поведения, интересов и познавательных действий».

Игровая деятельность дошкольников как культурная практика, представляя собой интегративное явление, обеспечивает удовлетворение актуальных запросов ребенка и общества за счет ориентации на потенциальные социальные возможности детей. Эта деятельность как образовательное средство «шагает» в ногу со временем и ориентирована на реализацию культурологического подхода в дошкольном образовании.

Т.о. «культурная практика» - это стихийное и обыденное освоение разного опыта общения и группового взаимодействия с взрослыми и сверстниками.

К культурным практикам можно отнести всё разнообразие исследовательских, социально - ориентированных, коммуникативных, художественно-продуктивных действий.

В Программе представлены перечень видов культурных практик, реализуемых в ДОУ, а именно:

Совместная игра воспитателя и детей (сюжетно-ролевая, режиссерская, игра-драматизация, строительно-конструктивные игры) Ситуации общения и накопления положительного социально-эмоционального опыта носят проблемный характер и заключают в себе жизненную проблему близкую детям дошкольного возраста, в разрешении которой они принимают непосредственное участие.

Творческая мастерская предоставляет детям условия для использования и применения знаний и умений. Мастерские разнообразны по своей тематике, содержанию, например, занятия рукоделием, приобщение к народным промыслам («В гостях у народных мастеров»), просмотр познавательных презентаций, оформление художественной галереи, книжного уголка или библиотеки («Мастерская книгопечатания», «В гостях у сказки»), *игры и коллекционирование*.

Музыкально-театральная и литературная гостиная (детская студия) - форма организации художественно-творческой деятельности детей, предполагающая организацию восприятия музыкальных и литературных произведений, творческую деятельность детей и свободное общение воспитателя и детей на литературном или музыкальном материале.

Сенсорный и интеллектуальный тренинг – система заданий, преимущественно игрового характера, обеспечивающая становление системы сенсорных эталонов (цвета, формы, пространственных отношений и др.), Сюда относятся развивающие игры, логические упражнения, занимательные задачи.

Детский досуг - вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Иногда досуг организуется как «кружок». Например, для занятий рукоделием, художественным трудом и пр.

Коллективная и индивидуальная трудовая деятельность носит общественно полезный характер и организуется как хозяйственно-бытовой труд и труд в природе.

В ходе культурных практик дети проявляют любознательность, задают вопросы взрослым и сверстникам, пытаются самостоятельно придумывать объяснения на возникающие вопросы, учатся принимать собственные решения, опираясь на свои знания, умений в различных видах деятельности, овладевают устной речью, могут выражать свои мысли и желания.

Таким образом, с помощью культурных практик мы реализуем целевые ориентиры на этапе завершения ФГОС ДО.

**ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА
ТРАДИЦИОННЫХ АКЦИИ И МЕРОПРИЯТИЙ**

Тема	сроки
«День знаний»	Сентябрь
Спортивное развлечение «Веселые старты»	Сентябрь
«Осенины»	Октябрь
Выставка совместного творчества «Осенняя мозаика»	Октябрь
«День матери»	Ноябрь
«Новый год у дверей – любимый праздник всех детей»	Декабрь
Выставка совместного творчества «Новогоднее чудо»	Декабрь
Спортивное развлечение «Зимняя олимпиада»	Январь
« Славим армию родную!»	Февраль
Выставка поделок «Папины руки творят для ребят»	Февраль
« Широкая масленица»	Март
«Мама, милая моя, этот праздник для тебя!»	Март
Фотовыставка «Мама-солнышко мое!»	Март
Спортивный праздник «Весенний переполох»	Апрель
«День Победы»	Май
Выставка детских рисунков «Миру-мир!»	Май
«До свиданья, детский сад!»	Май
Выпуск газеты «Голосистый петушок»	ежеквартально
Экологическая акция	ежегодно

5. Способы и направления поддержки детской инициативы

Программа обеспечивает полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: в сферах социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям.

Указанные требования направлены на создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды, которая:

- 1) гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;

- 2) обеспечивает эмоциональное благополучие детей;
- 3) способствует профессиональному развитию педагогических работников;
- 4) создает условия для развивающего вариативного дошкольного образования;
- 5) обеспечивает открытость дошкольного образования;
- 6) создает условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности.

Психолого-педагогические условия реализации программы:

- 1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- 2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- 3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;

Условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста, предполагают:

- 1) обеспечение эмоционального благополучия через:
 - непосредственное общение с каждым ребенком;
 - уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям;
- 2) поддержку индивидуальности и инициативы детей через:
 - создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
 - создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
 - недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.);
- 3) установление правил взаимодействия в разных ситуациях:
 - создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья;
 - развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками;
 - развитие умения детей работать в группе сверстников;
- 4) построение вариативного развивающего образования, ориентированного на уровень развития, проявляющийся у ребенка в совместной деятельности со взрослым и более опытными сверстниками, но не актуализирующийся в его индивидуальной деятельности (далее - зона ближайшего развития каждого ребенка), через:
 - создание условий для овладения культурными средствами деятельности;

-организацию видов деятельности, способствующих развитию мышления, речи, общения, воображения и детского творчества, личностного, физического и художественно-эстетического развития детей;

-поддержку спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства;

-оценку индивидуального развития детей;

5) взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

Особенности организации педагогической диагностики и мониторинга.

Новый Закон «Об образовании в Российской Федерации», 2013 г., ст. 64, п.2 «Освоение образовательных программ дошкольного образования не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся».

Педагогическая диагностика педагога детского сада преимущественно направлена на изучение ребёнка, для познания его индивидуальности и оценки его развития как субъекта познания, общения и деятельности; на понимание мотивов его поступков, видение скрытых резервов личностного развития, предвидение его поведения в будущем.

Понимание ребёнка помогает педагогу сделать условия воспитания и обучения максимально приближенными к реализации детских потребностей, интересов, способностей, способствует поддержке и развитию детской индивидуальности.

Диагностическая деятельность является начальным этапом педагогического проектирования, позволяя определить актуальные образовательные задачи, индивидуализировать образовательный процесс, и завершает цепочку по решению этих задач, поскольку направлена на выявление результативности образовательного процесса.

Познание и понимание педагогом ребёнка дошкольного возраста *как основная цель педагогической диагностики в ДОО* определяет использование им *преимущественно малоформализованных диагностических методов*, ведущими среди которых являются наблюдение проявлений ребёнка в деятельности и общении с другими субъектами педагогического процесса, а также свободные беседы с детьми. В качестве дополнительных методов используются анализ продуктов детской деятельности, простые тесты, специальные диагностические ситуации.

Принципы педагогической диагностики:

- Принцип объективности
- Принцип целостного изучения педагогического процесса
- Принцип процессуальности
- Принцип компетентности
- Принцип персонализации

Педагогическая диагностика.

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка проводится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценка 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:

- коммуникации со сверстниками и взрослыми (как меняются способы установления и поддержания контакта, принятия современных решений, разрешения конфликтов, лидерства и пр.);
- игровой деятельности;
- познавательной деятельности (как идет развитие детских способностей, познавательной активности);
- проектной деятельности (как идет развитие детской инициативности, ответственности и автономии, как развивается умение планировать и организовывать свою деятельность); - художественной деятельности; - физического развития. Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач: 1) Индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития); 2) Оптимизации работы с группой детей.

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

Периодичность проведения оценки развития основных характеристик позволит оценить динамику их развития у каждого ребенка, что важно для анализа эффективности созданных психолого-педагогических условий, образовательного процесса. Неизменяющийся характер развития основных характеристик с низкими показателями или динамика регрессивного характера у ребенка требуют взаимодействия педагога с психологом не только для анализа особенностей развития данного ребенка, но и социальной ситуации развития, характера взаимодействия окружающих с ним. Поэтому при необходимости используется психологическая диагностика развития детей, которую проводит квалифицированный специалист (психолог) организации, осуществляющей образовательную деятельность.

Психологическая диагностика позволит понять причины подобной динамики и разработать необходимые мероприятия для создания данному ребенку оптимальных условий развития. Результаты психологической диагностики могут использоваться для решения задач психологического сопровождения и проведения квалифицированной коррекции развития детей.

Участие ребёнка в психологической диагностике допускается только с согласия его родителей (законных представителей).

6. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

В современных условиях дошкольное образовательное учреждение является единственным общественным институтом, регулярно и неформально взаимодействующим с семьей, то есть имеющим возможность оказывать на неё определенное влияние.

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

- единый подход к процессу воспитания ребёнка;
- открытость дошкольного учреждения для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- уважение и доброжелательность друг к другу;

- дифференцированный подход к каждой семье;
- равно ответственность родителей и педагогов.

На сегодняшний день в ДОО осуществляется интеграция общественного и семейного воспитания дошкольников со следующими категориями родителей:

- с семьями воспитанников;
- с будущими родителями.

Задачи:

- 1) формирование психолого- педагогических знаний родителей;
- 2) приобщение родителей к участию в жизни ДОО;
- 3) оказание помощи семьям воспитанников в развитии, воспитании и обучении детей;
- 4) изучение и пропаганда лучшего семейного опыта.

Система взаимодействия с родителями включает:

- ознакомление родителей с результатами работы ДОО на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни ДОО;
- ознакомление родителей с содержанием работы ДОО, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
- участие в составлении планов: спортивных и культурно-массовых мероприятий, работы родительского комитета
- целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах;
- обучение конкретным приемам и методам воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности на семинарах-практикумах, консультациях и открытых занятиях.

Взаимодействие инструктора по физической культуре с семьей в вопросах физического воспитания дошкольников

Целью взаимодействия инструктора по физической культуре с семьей в вопросах физического воспитания дошкольников является: формирование основ здорового образа жизни средствами физической культуры через гармонизацию детско-родительских отношений и привлечение родителей к сотрудничеству с коллективом детского сада в плане единых подходов воспитания и здоровье сбережения дошкольников.

Сотрудничество семьи и детского сада строиться на принципе совместной деятельности и предусматривает координацию педагогического взаимного воздействия на ребёнка, а также развитие его личности.

Для эффективного взаимодействие с семьями воспитанников по физическому воспитанию ДОО используются разнообразные формы, средства и методы физкультурно - оздоровительной деятельности:

Традиционные:

- ✓ общие и групповые родительские собрания;
- ✓ тематические консультации;
- ✓ конкурсы;
- ✓ выставки;
- ✓ анкетирование;
- ✓ наглядная информация;
- ✓ совместные спортивные праздники и развлечения;

Нетрадиционные:

- ✓ «круглый стол»;
- ✓ родительский клуб (совместная двигательная деятельность);
- ✓ мастер-класс с участием родителей;
- ✓ тренинговые занятия;
- ✓ Дни открытых дверей;
- ✓ выставки детско-родительских работ;
- ✓ участие семей в городских спортивных праздниках.

Формы работы инструктора по физкультуре с родителями по физическому воспитанию детей:

№	Название	Задачи	Результат
1.	Анкетирование	<ul style="list-style-type: none"> - выявить роль семьи в физическом воспитании и оздоровлении детей; - систематизировать знания родителей в области физической культуры; - заинтересовать родителей к новым формам семейного досуга; 	Помогает определить эффективность физкультурно - оздоровительной деятельности ДОУ и разработать стратегию дальнейшего взаимодействия всех участников образовательного процесса
2.	Родительские собрания	<ul style="list-style-type: none"> - ознакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой ДОУ; 	<ul style="list-style-type: none"> - расширяются представления о особенностях физического развития детей;
		<ul style="list-style-type: none"> - воздействовать на родителей с целью привлечения к совместным занятиям. 	<ul style="list-style-type: none"> - появляется интерес к физической культуре.
3.	Изготовление наглядного материала и атрибутов для физкультурных занятий	<ul style="list-style-type: none"> - привлекать родителей к совместному изготовлению атрибутов для ежедневных физкультурных занятий в группе и дома; - знакомить родителей с вариантами использования атрибутов для привлечения детей к занятиям физической культуры; - способствовать созданию в семье условий для реализации потребности детей в физической активности. 	<ul style="list-style-type: none"> - родители узнают, какими атрибутами можно пополнить свой арсенал пособий для ежедневных физкультурных занятий и игр дома; - знакомятся со способами использования данного оборудования для повышения двигательной активности детей.

4.	Оформление фотовыставок, выставки совместных работ	<ul style="list-style-type: none"> - повышать интерес детей к физической культуре и спорту; - воспитывать желание вести ЗОЖ; - воздействовать на родителей с целью привлечения к совместным занятиям спортом; - расширять представление родителей и детей о формах семейного досуга. 	<ul style="list-style-type: none"> - способствует повышению интереса детей к физической культуре, выполнению физических упражнений; - дети знакомятся со спортивными увлечениями своих родственников.
5.	Дни и недели открытых дверей	<ul style="list-style-type: none"> - повысить у детей и их родителей интерес к физической культуре и спорту; - совершенствовать двигательные навыки; - воспитывать физические и морально-ролевые качества; - закреплять у детей гигиенические навыки. 	<p>во время проведения совместных мероприятий царит атмосфера спортивного азарта, доброжелательности и эмоционального подъема. Дети, видя, как родители вместе с ними принимают участие в соревнованиях, начинают проявлять больший интерес к физической культуре, эмоционально отзываются на все задания, стремятся выполнять их как можно лучше, поскольку за ними наблюдают их родные.</p>
6.	Советы специалистов. Консультации	<p>рассказывать о значении физкультуры для человека; повышать интерес к физической культуре; воспитывать желание вести ЗОЖ; формировать интерес к занятиям физкультурой.</p>	<p>такие мероприятия вызывают у родителей желание заниматься спортом. В результате родители могут отвести своего ребёнка в спортивную секцию или кружок.</p>

Формы взаимодействия с семьями воспитанников

Здоровье детей зависит не только от их физических особенностей, но и от условий жизни в семье, санитарной грамотности и гигиенической культуры населения, уровня развития здравоохранения и образования, социально-экономической и экологической ситуации в стране.

Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику.

1. Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.

2. Систематичность и последовательность работы (в соответствии с конкретным планом) в течение всего года и всего периода пребывания ребенка в дошкольном учреждении.
3. Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
4. Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей - в детском саду.

В соответствии с этими основными положениями система работы с семьей включает:

- 1) ознакомление родителей (по их личной просьбе) с результатами мониторинга состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;
- 2) участие в составлении индивидуальных программ (планов) оздоровления детей;
- 3) целенаправленную санпросвет работу, пропагандирующую общегигиенические требования, необходимость рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания, оптимального воздушного и температурного режима и т.д.;
- 4) ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
- 5) обучение конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательной гимнастике, самомассажу, разнообразным видам закаливания и т.д.);
- 6) ознакомление с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в ДОУ.

Стержнем всей данной работы является **программа (план) оздоровления**, разрабатываемая в начале учебного года .

Эффективной формой работы с семьей по данному вопросу являются занятия в **семейных клубах**, позволяющих осуществить полноценный индивидуальный подход к физическому и психическому развитию ребенка через взаимодействие родителей, досконально знающих особенности своего ребенка, и педагогов и медиков, строящих работу на основе профессиональных знаний педагогики, психологии и медицины.

Взаимодействие педагогов.

Цель: создание единого направления в физическом воспитании дошкольников.

Задачи:

1. Отбор оптимальных методов и приемов работы с дошкольниками по физическому воспитанию.
2. Создание целостной структуры при организации физической культуры и формирование представлений о здоровом образе жизни.

Формы организации:

- Совместная подготовка к воспитательно- образовательной деятельности (воспитатели, специалисты).
- Совместная воспитательно- образовательная деятельность.
- Консультации.
- Коллективные просмотры.
- Методические выставки.
- Тренинги.
- Практикумы.

7. Часть рабочей программы, формируемая участниками образовательных отношений

Реализация регионального компонента

Основной целью работы является развитие духовно-нравственной культуры ребенка, формирование ценностных ориентаций средствами традиционной народной культуры родного края.

Принципы работы:

Системность и непрерывность.

Личностно-ориентированный гуманистический характер взаимодействия детей и взрослых.

Свобода индивидуального личностного развития.

Признание приоритета ценностей внутреннего мира ребенка, опоры на позитивный внутренний потенциал развития ребенка.

Принцип регионализации (учет специфики региона)

В дошкольном возрасте формируются предпосылки гражданских качеств, представления о человеке, обществе культуре. Очень важно привить в этом возрасте чувство любви и привязанности к природным и культурным ценностям родного края, так как именно на этой основе воспитывается патриотизм. Поэтому в детском саду в образовательном процессе используются разнообразные методы и формы организации детской деятельности: народные подвижные игры и забавы, литературы, знакомство с народно -прикладным искусством и др.

Образовательная область	Задачи
Социально-коммуникативное развитие	Воспитывать у детей старшего дошкольного возраста чувство любви и привязанности к малой родине, родному дому, проявлением на этой основе ценностных идеалов, гуманных чувств, нравственных отношений к окружающему миру и сверстникам. Использовать знания о родном крае в игровой деятельности. Вызывать интерес и уважительное отношение к культуре и традициям края, стремление сохранять национальные ценности.
Познавательное развитие	Приобщать детей к истории родного края Формировать представления о традиционной культуре родного края через ознакомление с природой
Речевое развитие	Развивать речь, мышление, первичное восприятие диалектной речи через знакомство с культурой родного края

Художественно-эстетическое развитие	Приобщать детей младшего дошкольного возраста к музыкальному творчеству родного края; воспитывать любовь в родной земле через слушание музыки, разучивание песен, хороводов, традиций Курского края. Формировать практические умения по приобщению детей старшего дошкольного возраста к различным народным декоративно-прикладным видам деятельности.
Физическое развитие	Развивать эмоциональную свободу, физическую выносливость, смекалку, ловкость через традиционные игры и забавы Курского края.

Дополнительная литература:

1. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет/ Авт.-сост. Э.Я. Степаненкова. М.: Мозаика-Синтез,2018
2. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2018
3. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2016
4. И.А. Анохина Система оздоровительной работы в ДОУ. – Ульяновск, ИПК ПРО, 2005.
5. Н.В Полтавцева., Н.А Гордова **«Физическая культура в дошкольном детстве»**: Методическое пособие для инструкторов по физической культуре, родителей и воспитателей, работающих с детьми 2-3 лет.-170 с.: ил. – Обл. 2008г.
6. Н.В. Полтавцева Н.А. Гордова **««Физическая культура в дошкольном детстве»**: Методическое пособие для инструкторов по физической культуре, родителей и воспитателей, работающих с детьми 3-4 лет. – 176 с.: ил. – Обл. 2007г.
7. Н.В.Полтавцева, Н.А. Гордова **««Физическая культура в дошкольном детстве »**: Методическое пособие для инструкторов по физической культуре ,родителей и воспитателей, работающих с детьми 4-5 лет. – 272 с.: ил. – Обл. 2006г.
8. Н.В. Полтавцева., Н.А . Гордова: **««Физическая культура в дошкольном детстве С физкультурой в ногу из детского сада в школу»**: Методическое пособие для инструкторов по физической культуре ,родителей и воспитателей, работающих с детьми 5-6 лет. – 256 с.: ил. – Обл. 2007г.
9. Н.В. Полтавцева., Н.А. Гордова **««Физическая культура в дошкольном детстве»**:: Методическое пособие для инструкторов по физической культуре , родителей и воспитателей, работающих с детьми седьмого года жизни. 2006г

III. Организационный раздел

1. Организация режима пребывания детей в группе дошкольного образовательного учреждения.

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

В ДОУ используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

Организация режима дня.

При проведении режимных процессов МБДОУ придерживается следующих **правил**:

- ✓ Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (во сне, питании).
- ✓ Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.
- ✓ Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности.
- ✓ Формирование культурно-гигиенических навыков.
- ✓ Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.
- ✓ Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.
- ✓ Спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

Основные *принципы* построения режима дня:

- Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.
- Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в ДОУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня. В детском саду выделяют следующее возрастное деление детей по группам:
- Организация режима дня проводится с учетом теплого и холодного периода года

Режим дня групп раннего возраста:

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	1 МЛАДШАЯ ГРУППА (С 2 – 3 Л)
Приём, осмотр детей, индивидуальная работа	7.00 – 8.10
Утренняя разминка	8.10 – 8.15
Подготовка к завтраку, завтрак	8.15 – 8.45
Самостоятельная деятельность	8.45 – 9.00
Непосредственно образовательная/ игровая деятельность (по подгруппам)	9.00 – 9.30

Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.30 – 11.25
Подготовка к обеду, обед	11.25 – 12.10
Дневной сон	12.10 – 15.10
Подъём, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры	15.10 – 15.20
Полдник	15.20 – 15.30
Непосредственно образовательная/ игровая деятельность (по подгруппам)	15.30 – 16.00
Самостоятельная/игровая деятельность	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.	17.00 – 19.00

Режим дня дошкольных групп

РЕЖИМНЫЕ МОМЕНТЫ	II МЛАДШАЯ ГРУППА (С 3-4 Л.)	СРЕДНЯЯ ГРУППА (С 4-5 Л.)	СТАРШАЯ ГРУППА (С 5-6 Л.)	ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА (С 6-7 Л.)
приём, осмотр детей, индивидуальная работа	7.00 – 8.10	7.00 – 8.10	7.00 – 8.15	7.00 – 8.30
утренняя разминка	8.10 – 8.20	8.00 – 8.10	8.15 – 8.25	8.30 – 8.40
самостоятельная /игровая деятельность	-	8.10 – 8.20		
подготовка к завтраку, завтрак	8.20 – 8.50	8.20 – 8.50	8.25 – 8.50	8.40 – 8.55
самостоятельная деятельность	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.50 – 9.00	8.55 – 9.00
непосредственно образовательная деятельность 1	9.00 – 9.15	9.00 – 9.20	9.00 – 9.25	9.00 – 9.30
перерыв	9.15 – 9.25	9.20 – 9.30		
непосредственно образовательная деятельность 2	9.25 – 9.40	9.30 – 9.50	9.25 – 9.35	9.30 – 9.40
перерыв			9.35 – 10.00	9.40 – 10.10
непосредственно образовательная деятельность 3			10.00 – 10.10	10.10 – 10.20
			10.10 – 10.35	10.20 – 10.50
подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	9.40 – 11.45	9.50 – 12.00	10.35 – 12.15	10.50 – 12.30
обед	11.45 – 12.40	12.00 – 12.50	12.15 – 13.00	12.30 – 13.00
подготовка ко сну	12.40 – 13.00	12.50 – 13.00		
дневной сон	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00

подъём, бодрящая гимнастика, закаливающие мероприятия, гигиенические процедуры	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20
полдник	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30	15.20 – 15.30
игры, труд, чтение, свободное время	15.30 – 17.00	15.30 – 17.00	15.30 – 17.00	15.30 – 17.00
прогулка, уход домой	17.00 – 19.00	17.00 – 19.00	17.00 – 19.00	17.00 – 19.00

2. Учебный план.

Образовательная деятельность в ДОУ на 2021-2022 учебный год регламентируется учебным планом.

Режимные моменты в разных возрастных группах организуются в соответствии с требованиями СанПиН и с учетом климатических особенностей. Так, продолжительность прогулки при температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра до 7 м/с сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет при температуре воздуха ниже -20°C и скорости ветра более 15 м/с.

ДОУ работает в условиях полного дня (12-часового пребывания воспитанников), режим работы групп – с 7.00 до 19.00.

МБДОУ «Детский сад №3 «Соловушка» работает в режиме пятидневной рабочей недели.

В ДОУ функционируют 8 групп:

общеразвивающего направления шесть групп: одна первая младшая группа (с 2 до 3 лет) - 5 чел., одна вторая младшая (3-4 года) - 8 чел., одна средняя группа (с 4 до 5 лет) – 25 чел., две старших (с 5 до 6 лет) – 25 чел., одна подготовительная группа (6-7 лет) - 13 чел;

компенсирующей направленности две группы: одна старшая группа (5-6 лет) – 10 чел., одна подготовительная группа (6-7 лет) – 7 чел..

Непосредственно-образовательная деятельность в дошкольном учреждении осуществляется в соответствии с требованиями:

— СанПиН 2.4.3648-20 – 13 от 15.05.2013 г.,

— Федеральный закон от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

— Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее ФГОС ДО) от 17.10.2013 г. № 1155,

— Основной общеобразовательной программы дошкольного образования «РАДУГА» под редакцией Т.Н.Дороновой, основной общеобразовательной программы ДОУ.

В учебном плане определено количество НОД, дающее возможность образовательному учреждению использовать модульный подход, строить учебный план на принципах интеграции, вариативности.

В структуре плана выделяется *инвариантная* (обязательная) и *вариативная* (формируемая участниками образовательных отношений) часть. Инвариантная часть состоит из федерального компонента, вариативная часть формируется с учётом образовательных потребностей, интересов и мотивов детей, членов их семей и педагогов, а также ориентирована на возможности педагогического коллектива ДООУ.

Инвариантная часть обеспечивает выполнение обязательной части примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «РАДУГА» под редакцией Т.Н.Дороновой. Инвариантная часть реализуется через непосредственно образовательную деятельность (НОД), в соответствии с занятией деятельностью по возрастным группам, разработанным в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к объёму недельной учебной нагрузки для дошкольников. В план включены пять направлений, обеспечивающие познавательное, речевое, социально-коммуникативное, художественно-эстетическое и физическое развитие детей. Каждому направлению (образовательной области) соответствует тот или иной вид детской деятельности

Направление

Вид деятельности

Социально-коммуникативное развитие

Нравственное воспитание, патриотическое воспитание, развитие игровой деятельности, совместная деятельность со сверстниками; общение со взрослыми, трудовое воспитание, основы безопасного поведения

Познавательное развитие

Познавательное развитие, формирование элементарных математических представлений, конструирование

Речевое развитие

Развитие речи, подготовка к обучению грамоте, формирование фонетической стороны речи, формирование лексико-грамматических средств языка, ознакомление с художественной литературой, коррекция речи детей

Художественно-эстетическое развитие

Продуктивные виды деятельности: рисование, лепка, аппликация, конструирование, ручной труд, театрализация, музыка.

Физическое развитие

Физическое развитие, подвижные и спортивные игры, зарядка, все возможные виды гимнастики, основные движения, саморегуляция в двигательной сфере, здоровьесбережение, гигиена, правильное питание

Реализация направления физического развития реализуется за счёт специально организованных физкультурных занятий, а также в свободной деятельности. Знания, касающиеся здоровья, формируются в процессе общения со взрослыми, во время совместной деятельности со взрослыми, в режимных моментах. НОД физическое развитие осуществляется с учетом групп здоровья интересов и потребностей детей 3 раза в неделю во всех возрастных группах. Занятия проводятся инструктором по физической культуре 2 раза в неделю в физкультурном зале. Одно занятие физической культурой проводится в форме подвижных игр на воздухе, если позволяют погодные условия (или в зале).

Соотношение обязательной части Программы и части, формируемой участниками образовательного процесса (с учетом регионального компонента) определено как 60% и 40%.

Реализация учебного плана предполагает обязательный учёт принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей.

Возможные варианты интеграции образовательных областей определяет воспитатель группы при планировании работы.

Учебный план рассчитан на период с 1 сентября по 31 мая. Летний оздоровительный период с 1 июня по 31 августа (13 недель). В летний период допускается организованная деятельность по физической культуре и музыкальному воспитанию.

В соответствии с санитарными нормами продолжительность занятий от 10 минут в младшей группе до 30 минут в подготовительной к школе группе. Перерыв между занятиями не менее 10 минут. В середине занятия предполагается физкультурная пауза.

Занятия планируются как в первую, так и во вторую половину дня, при этом занятия, требующие повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, планируются в первую половину дня.

Вариативная часть проводится в первую и во вторую половину дня, через интеграцию образовательных областей, в совместной деятельности педагогов с детьми, в самостоятельной деятельности.

Нерегламентированная совместная и самостоятельная деятельность осуществляется в рамках Федерального государственного образовательного стандарта и включает работу по развитию навыков личной гигиены и самообслуживания, воспитание навыков культуры поведения и общения, стимулирование художественно-творческой активности в различных видах деятельности с учетом самостоятельного выбора, развитие двигательных навыков.

**Расписание образовательной деятельности по физическому развитию
инструктора по физической культуре
Дмитраковой Валентины Николаевны на 2022-2023 уч.год**

Понедельник

9.00 – 9.30 – подготовительная группа детей 6-7 лет

9.35 – 10.00 – старшая «А» группа детей 5-6 лет

10.10 – 10.30 – средняя группа детей 4-5 лет

11.00 – 11.15 – *2 младшая группа детей 3-4 лет на воздухе*

Вторник

9.00 – 9.10 – 1 младшая группа детей 2-3 лет

9.20 – 9.45 – старшая группа детей 5-6 лет

11.50 – 12.20 – *подготовительная группа детей на воздухе*

15.45 – 16.10 – старшая «Б» группа детей 5-6 лет

16.15 – 16.45 – подготовительная «А» группа детей 6-7 лет

Среда

9.00 – 9.15 – 2 младшая группа детей 3-4 лет

9.30– 9.50 -средняя группа детей 4-5 лет

10.00 – 10.25 – старшая «А» группа детей 5-6 лет

11.00 – 11.20 – старшая группа детей 5-6 лет на воздухе

11.50- 12.20 –подготовительная «А» группа детей 6-7 лет на воздухе

16.00 – 16.10 – 1 младшая группа детей 2-3 лет на воздухе

Четверг

9.00 – 9.15 – 2 младшая группа детей 3-4 лет

9.30 – 9.55 – старшая группа детей 5-6 лет

11.00 – 11.25 - старшая «А» группа детей 5-6 лет на воздухе

15.45 – 16.10 – старшая «Б» группа детей 5-6 лет

16.15 – 16.45 – подготовительная «А» группа детей 6-7 лет

Пятница

9.20 – 9.30 – 1 младшая группа детей 2-3 лет

11.20- 11.40 – средняя группа детей 4-5 лет на воздухе

15.45 – 16.15 – подготовительная группа детей 6-7 лет

16.20 – 16.45 –старшая « Б» группа детей 5-6 лет на воздухе

3. Особенности традиционных праздников, событий, культурно – массовых и спортивных мероприятий.

План спортивных развлечений и праздников

МБДОУ Детский сад № 3 «Соловушка» на 2021 – 2022 учебный год

Месяц	Тема мероприятия	Ответственные
Сентябрь	«Здравствуй, осень»	инструктор по физкультуре, воспитатели групп
Октябрь	«Осенняя олимпиада»	инструктор по физкультуре, воспитатели групп
Ноябрь	«Лучше мамы друга нет!» <i>спортивный праздник с приглашением мам</i>	инструктор по физкультуре, воспитатели групп
Декабрь	«Зимние забавы»	инструктор по физкультуре, воспитатели групп

Январь	«По следам Деда Мороза»	инструктор по физкультуре, воспитатели групп
Февраль	«Гордись Отчизна нашими сынами!»» <i>спортивный праздник с приглашением пап</i>	инструктор по физкультуре, воспитатели групп
Март	«Путешествие в весенний лес»	инструктор по физкультуре, воспитатели групп
Апрель	«Школа космонавтов» <i>спортивное развлечение в рамках недели здоровья</i>	инструктор по физической культуре, воспитатели групп
Май	«Спорт – здоровье, спорт – успех!»	инструктор по физической культуре, воспитатели групп

4. Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды.

Требования к предметно – развивающей среде.

1. Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ДООУ, группы, а также территории, прилегающей к ДООУ , материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.
2. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.
3. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать:
 - реализацию различных образовательных программ;
 - учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
 - учет возрастных особенностей детей.
4. Развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

1) Насыщенность среды должна соответствовать возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство должно быть оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем (в соответствии со спецификой Программы).

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) должны обеспечивать:

игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);

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.

Для детей младенческого и раннего возраста образовательное пространство должно предоставлять необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

2) Трансформируемость пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

3) Полифункциональность материалов предполагает:

возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм и т.д.;

наличие в Организации или Группе полифункциональных (не обладающих жестко закрепленным способом употребления) предметов, в том числе природных материалов, пригодных для использования в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

4) Вариативность среды предполагает:

наличие в Организации 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.

5) Доступность среды предполагает:

доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность;

свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

исправность и сохранность материалов и оборудования.

6) Безопасность предметно-пространственной среды предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

ДОУ самостоятельно определяет средства обучения, в том числе технические, соответствующие материалы (в том числе расходные), игровое, спортивное, оздоровительное оборудование, инвентарь, необходимые для реализации Программы.

Вид помещения функциональное использование	оснащение
Групповые комнаты <ul style="list-style-type: none"> • Сюжетно – ролевые игры • Самообслуживание • Трудовая деятельность • Самостоятельная творческая деятельность • Ознакомление с природой, труд в природе • Игровая деятельность 	<ul style="list-style-type: none"> • Головоломки, мозаики, пазлы, настольные игры, лото. • Различные виды театров • Физкультурное оборудование для гимнастики после сна: ребристая дорожка, массажные коврики и мячи, резиновые кольца и кубики
Спальное помещение <ul style="list-style-type: none"> • Дневной сон • Гимнастика после сна 	<ul style="list-style-type: none"> • Спальная мебель
Раздевальная комната <ul style="list-style-type: none"> • Информационно – просветительская работа с родителями 	<ul style="list-style-type: none"> • Информационный уголок • Выставки детского творчества • Наглядно – информационный материал
Физкультурный зал <ul style="list-style-type: none"> • Физкультурные занятия • Спортивные досуги • Развлечения, праздники • Консультативная работа с родителями и воспитателями 	<ul style="list-style-type: none"> • Спортивное оборудование для прыжков, метания, лазания • магнитофон

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

5. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

Программы, технологии и пособия по образовательной области «Физическое развитие»	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Программа «Росинка» модуль «Расту здоровым» авт.В.И.Зимонина, 2006 ➤ Физическое воспитание в детском саду/ Э.Я.Степаненкова. -М.:Мозаика –синтез,2006 ➤ Теория и методика физического воспитания и развития ребенка/ / Э.Я.Степаненкова. – М.: Academia, 2001 ➤ Двигательная активность ребенка в детском саду/ М.А.Рунова – М.: Мозаика –синтез,2000 ➤ Ознакомление с природой через движения/ М.А.Рунова, А.В.Бутилова. –М.: Мозаика –синтез,2006 ➤ Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для ДОУ/ т.и.Осокина, Е.А.Тимофеева, М.А.Рунова – М.: Мозаика –синтез,1999
---	--

- Физическая культура –дошкольникам. / Л.Д.Глазырина.- М.Владос, 2005
- Физическая культура в младшей группе детского сада/ Л.Д.Глазырина.- М.Владос, 2005
- Физическая культура в средней группе детского сада/ Л.Д.Глазырина.- М.Владос, 2005
- Физическая культура в старшей группе детского сада/ Л.Д.Глазырина.- М.Владос, 2005
- Физическая культура в подготовительной группе детского сада/ Л.Д.Глазырина.- М.Владос, 2005
- Физкультура – это радость/ Л.Н.Сивачева. – СПб.: Детство –пресс, 2001
- С физкультурой дружить-здоровым быть/М.Д.Маханева. – М.: ТЦ «Сфера». 2009
- Нетрадиционные занятия физкультурой в ДОУ/ Н.С.Галицина.- М.: Скрепторий. 2004
- Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет/ Л.В.Яковлева, Р.А.Юдина. –М.: Владос. 2003
- Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении /А.П.Щербак. М.: Владос. 1999
- Физкультурные праздники в детском саду /В.Н.Шебеко,Н.Н.Ермак.- М.:Просвещение, М.: Владос. 1999
- Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет /Л.И.Пензулаева. - М.: Владос. 2002
- Лечебная физкультура для дошкольников / О.В.Козырева.- М.:Просвещение,2003
- «Здоровье» И.Г.Алямовская (LINKA PRESS, 1993)
- Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях / Т.Л.Богина - М.: Мозаика –синтез,2006
- Букварь здоровья / Л.В.Баль, В.В.Ветрова.- М.: Эксмо, 1995
- Уроки Мойдодыра /Г.Зайцев. – СПб.: Акцидент, 1997
- Уроки этикета / С.А.Насонкина.- СПб.: Акцидент, 1996
- Разговор о правильном питании / М.М.Безруких, Т.А.Филиппова.- М.: Олма – Пресс, 2000
- Уроки здоровья /под редакцией С.М.Чечельницкой
- Как воспитать здорового ребенка В.Г.Алямовская.- М.: линка-пресс, 1993
- Воспитание здорового ребенка /М.Д.Маханева.- М.:Аркти.1997
- Современные методики оздоровления детей дошкольного возраста в условиях детского сада /Л.В.Кочеткова.- М.: МДО,1999
- Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду/ под ред. Т.С.Яковлевой.- М.: Школьная пресса, 2006
- Растем здоровыми / В.А.Доскин. Л.Г.Голубева. –М.: Просвещение , 2002
- Развивающая педагогика оздоровления / В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров. – М.: Линка – пресс. 2006
- Н.В.Полтавцева Н.А.Гордова Физическая культура в дошкольном детстве М. "Просвещение" 2005

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Н.В.Полтавцева, Н.А.Гордова Физическая культура в дошкольном детстве М. "Просвещение" 2004 ➤ Н.В.Полтавцева, Н.А.Гордова «С физкультурой в ногу, из детского сада в школу» М. "Просвещение" 1998 ➤ Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет М. Мозаика-Синтез 2009 ➤ Л.И.Пензулаева Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет М. "Просвещение" 1988 ➤ М.А.Рунова Движение день за днем М.: ООО "Линка-пресс" 2007 ➤ М.А.Рунова Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет М. "Просвещение" 2006
--	--

6. Часть рабочей программы, формируемая участниками образовательных отношений.

Кадровые условия реализации Программы

В целях эффективной реализации Программы в ДОУ созданы условия для:

- 1) профессионального развития педагогических и руководящих работников, в том числе их дополнительного профессионального образования;
- 2) консультативной поддержки педагогических работников и родителей (законных представителей) по вопросам образования и охраны здоровья детей, в том числе инклюзивного образования (в случае его организации);
- 3) организационно-методического сопровождения процесса реализации Программы, в том числе во взаимодействии со сверстниками и взрослыми.

Реализация Программы обеспечено руководящими, педагогическими, учебно-вспомогательными, административнохозяйственными работниками.

Квалификация педагогических и учебно-вспомогательных работников соответствует квалификационным характеристикам, установленным в Едином квалификационном справочнике должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников образования", утвержденном приказом

Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. N 761н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 6 октября 2010 г., регистрационный N 18638), с изменениями, внесенными

приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 31 мая 2011 г. N 448н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 1 июля 2011 г., регистрационный N 21240).

Должностной состав и количество работников, необходимых для реализации и обеспечения реализации Программы, определено ее целями и задачами, а также особенностями развития детей.

Педагогические работники, реализующие Программу обладают основными компетенциями, необходимыми для создания условия развития детей.

В группах для детей с ОВЗ предусмотрены должности педагогических работников, имеющих соответствующую квалификацию для работы с данными ограничениями здоровья детей (учителя-логопеды), оказывающих детям необходимую помощь. Должность «учитель-логопед» предусмотрена для каждой группы детей с ОВЗ.

IV. Дополнительный раздел.

Краткая презентация программы.

В декабре 2012 года был принят новый Закон «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ, 29.12). В соответствии с Законом Дошкольное образование становится самостоятельным уровнем образования и регулируется Федеральными государственными стандартами. Согласно (статьи 12 п.6, 7) образовательные программы дошкольного образования разрабатываются и утверждаются организацией, осуществляющей образовательную деятельность, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования и с учетом соответствующих примерных образовательных программ.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО, - Стандарт) от 17.10.2013 № 1155 представляет собой совокупность обязательных требований к дошкольному образованию, в том числе к разработке основной Программы, вариативных примерных образовательных программ дошкольного образования (1,п1,7), содержанию и организации образовательной деятельности на уровне дошкольного образования.

Программа по образовательной области «Физическое развитие МБДОУ «Детский сад №3 «Соловушка» разработана и утверждена Организацией в соответствии с настоящим Стандартом и с учётом Примерной общеобразовательной программой «РАДУГА» авторы С.Г.Якобсон, Т.И.Гризик, Т.Н.Доронова, Е.В.Соловьева, а так же в соответствии с санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования.

Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учётом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей и должна быть направлена: создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности; на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Содержание Программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей (далее – образовательные области):

социально-коммуникативное развитие;
познавательное развитие;
речевое развитие;
художественно-эстетическое развитие;
физическое развитие.

Программой определена продолжительность пребывания детей в ДОУ - 12 часов, режим работы ДОУ - 7.00 - 19.00 ч.

Наполняемость Группы определяется с учётом возраста детей, их состояния здоровья, специфики Программы.

Образовательная программа МБДОУ «Детский сад №3 «Соловушка» реализуется в течение всего времени пребывания детей в ДОУ в различных видах деятельности (для

детей дошкольного возраста (2 г. - 7 лет)) таких как игровая, включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и другие виды игры, коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками), познавательно-исследовательская (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними), восприятие художественной литературы и фольклора, самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице), конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал, изобразительная (рисование, лепка, аппликация), музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах), двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка.

Содержание Образовательной программы МБДОУ «Детский сад №3 «Соловушка» отражает следующие аспекты

образовательной среды для ребёнка дошкольного возраста:

- 1) предметно-пространственная развивающая образовательная среда;
- 2) характер взаимодействия со взрослыми;
- 3) характер взаимодействия с другими детьми;
- 4) система отношений ребёнка к миру, к другим людям, к себе самому.

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований Стандарта. Обязательная часть Программы предполагает комплексность подхода, обеспечивая развитие детей во всех пяти взаимодополняющих образовательных областях (пункт 2.5 Стандарта). В части, формируемой участниками образовательных отношений, представлены выбранные и/или разработанные самостоятельно методики, формы организации образовательной работы. Объём обязательной части Программы не менее 60% от её общего объёма; части, формируемой участниками образовательных отношений, не более 40%. Программа включает три основных раздела: целевой, содержательный и организационный, в каждом из которых отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений.

В Образовательную программу МБДОУ «Детский сад №3 «Соловушка» включено содержание коррекционной работы и/или инклюзивного образования для детей с ограниченными возможностями здоровья. Данный раздел содержит специальные условия для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья, использование специальных образовательных программ и методов, специальных методических пособий и дидактических материалов. Коррекционная работа и/или инклюзивное образование направлены на:

- 1) обеспечение коррекции нарушений развития различных категорий детей с ограниченными возможностями здоровья, оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы;
- 2) освоение детьми с ограниченными возможностями здоровья Программы, их разностороннее развитие с учётом возрастных и индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей, социальной адаптации.

В Образовательной программе МБДОУ «Детский сад №3 «Соловушка» представлены Требования Стандарта к результатам освоения Программы в виде целевых ориентиров дошкольного образования. Это социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на этапе завершения уровня дошкольного образования. Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребёнка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в Российской Федерации, отсутствие возможности вменения ребёнку какой-либо ответственности за

результат) делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования определяются независимо от форм реализации Программы, а также от её характера, особенностей развития детей и Организации, реализующей Программу.

Условием в ДОУ необходимым для создания социальной ситуации развития детей, является взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребёнка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьёй на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

В целях эффективной реализации Программы ДОУ созданы условия для консультативной поддержки родителей (законных представителей) по вопросам образования и охраны здоровья детей, в том числе инклюзивного образования; организационно-методического сопровождения процесса реализации Программы, в том числе во взаимодействии со сверстниками и взрослыми.

В ДОУ созданы возможности:

- 1) для предоставления информации об Образовательной программе МБДОУ «Детский сад №3 «Соловушка» семье и всем заинтересованным лицам, вовлечённым в образовательную деятельность, а также широкой общественности;
- 2) для взрослых по поиску, использованию материалов, обеспечивающих реализацию Образовательной программы МБДОУ «Детский сад №3 «Соловушка», в том числе в информационной среде;
- 3) для обсуждения с родителями (законными представителями) детей вопросов, связанных с реализацией Образовательной программы МБДОУ «Детский сад №3 «Соловушка».

Приложение.

Приложение 1. Список детей по возрастным группам.

Приложение 2.

Характеристика родительского состава.

Социальными заказчиками деятельности учреждения являются в первую очередь родители воспитанников. Поэтому коллектив ДОУ пытается создать доброжелательную, психологически комфортную атмосферу, в основе которой лежит определенная система взаимодействия с родителями, взаимопонимание и сотрудничество.

Сведения о семьях воспитанников

Выяснение потребностей родителей коллектив ДОУ осуществляет на основе изучения контингента родителей, анкетирования родителей воспитанников, посещающих детский сад и жителей микрорайона.

Образование		Семейное положение		Социальный статус		Возрастной ценз	
Неполное среднее	4%	Полная семья	75%	Рабочие	24,2	до 25 лет	9%

Среднее	6%	Неполная семья	19%	Служащие	31%	26-30 лет	6%
Среднее специальное	33%	Разведены	4%	Работники образования	1%	31-35лет	41,6%
Неполное высшее	22%	Мать-одиночка	2%	И/П	23,8%	36-40лет	33,7%
Высшее	35%			Безработные	7%	старше 40лет	9,7%

Приложение 3.

План работы с родителями (законными представителями).

1 квартал

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 2-3 лет

1. Консультация «Игра – родителям помощница».
2. Советы родителям по организации режима дня дома для ребенка.
3. Агитационный материал «Закаляйся дома».
4. Беседа «Вред, который наносят курящие родители своим детям».
5. Анкетирование «Условия здорового образа жизни в семье».

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 3-4 лет

- Подготовить альбом «Развивающая среда для формирования разнообразных движений у детей».
- Консультация «Одежда ребенка в зависимости от окружающей среды».
- Консультация «Формирование здоровьесберегающего двигательного поведения».
- Советы родителям «Развитие мелкой моторики руки и речедвигательного аппарата».
- Информация в уголке об использовании различных упражнений для развития мелкой моторики руки
- Привлечь внимание родителей к формированию здоровьесберегающего двигательного поведения у детей при ходьбе, беге, прыжках.

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 4-5 лет

- Рекомендации родителям по организации домашнего спортивного уголка.
- Агитационный материал «Закаляемся дома».
- Беседа «Вред, который наносят курящие родители своим детям».
- Выставка литературы «Спорт и здоровье».
- Анкетирование «Условия ЗОЖ в семье».

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 5-6 лет

- Ознакомить родителей с упражнениями пальчиковой гимнастики, создать папку передвижку.
- Дать консультацию по обеспечению температурного комфорта.
- Провести беседу о влиянии выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки) на состояние здоровья детей.
- Обсудить с родителями проблему заболеваний у детей (плоскостопие). Провести беседу о профилактике плоскостопия. Ознакомить родителей с тестами по определению плоскостопия.
- Провести консультацию о значимости уровня развития мелкой моторики руки для владения письмом.

- Провести: консультацию по организации игр детей с желудями и шишками для развития мелкой мускулатуры; беседу « типовые характеристики человека и поведение».

**Взаимодействие с родителями
(законными представителями) детей 6-7 лет**

- Ознакомить родителей со спортивной базой детского сада (спортплощадка, зал, инвентарь, пособия).
- Предложить родителям ознакомить детей с маршрутом от дома до детского сада. Обратит внимания на встречающиеся препятствия и пути их преодоления. Упражнять детей в самостоятельном прохождении этого маршрута под контролем взрослого (ребенок ведет взрослого).
- Включить родителей в решение задач закаливания организма ребенка. Провести консультацию по обеспечению температурного комфорта.
- Предложить родителям ознакомить детей с правилами уличного движения.
- Предложить родителям побеседовать с детьми о положении различных частей тела при ходьбе, стоянии, сидении и влияние осанки на состоянии грудной клетки, работоспособность сердца и легких.
- Предложить комплекс упражнений для детей имеющих предрасположенность к плоскостопию.
- Подготовить для родителей рекомендательные упражнения для развития гибкости и ловкости.

2 квартал

**Взаимодействие с родителями
(законными представителями) детей 2-3 лет**

- Провести консультацию на тему «Развитие функции равновесия- основа предупреждения травматизма».
- Провести анкетирование об организации двигательной активности детей в субботние и воскресные дни.
- Разработать варианты организации двигательной активности детей в домашних условиях.
- Провести консультацию по теме « Влияние утренней гимнастики на физическое состояние ребенка в течение дня».
- Провести консультацию по теме «Формирование у детей произвольного управления двигательным поведением».
- Ознакомить с особенностями развития дыхательной системы у детей и физическими упражнениями для укрепления дыхательной системы.

**Взаимодействие с родителями
(законными представителями) детей 3-4 лет**

- Консультация «Развитие функции равновесия – основа предупреждения травматизма».
- Советы по организации двигательной активности детей в домашних условиях.
- Консультация «Влияние утренней гимнастики на физическое состояние ребенка в течение дня».

- Консультация «Формирование у детей произвольного управления двигательным поведением».

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 4-5 лет

- Ознакомить родителей с упражнениями для развития силы рук у детей.
- Провести беседу о соблюдении теплового режима (одежда детей в холодное время года).
- Организовать родителей и детей для подготовки спортивной площадки к зимнему сезону.
- Рекомендации родителям «Дошкольник и компьютер».
- Консультация «Не боимся мы мороза» - о пользе зимних прогулок.
- Консультация «Утренняя гимнастика в детском саду и дома».
- Беседа о зимних видах спорта. Задание: нарисовать зимний вид спорта, который больше всего нравится ребенку.

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 5-6 лет

- Провести беседу «Влияние правильного выполнения бега и прыжков на сохранение здоровья».
- Провести консультацию «Значимость игр с мячом в подготовке детей к школе».
- Подготовка к празднику 23 февраля.
- Организовать конкурс выполнения пальчиковой гимнастики родителями и детьми.

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 6-7 лет

- Провести консультацию по теме «Двигательный режим для ребенка подготовительной к школе группы и его значение в укреплении здоровья».
- Подготовка к празднику 23 февраля.
- Продолжать привлекать внимание родителей к разучиванию приёмов поведения (группировка) для предупреждения травматизма.

3 квартал

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 2-3 лет

- Провести собрание на тему «Значение физической культуры в укреплении здоровья детей».
- Провести консультацию совместно с медсестрой «Влияние питания на рост и развитие организма».
- Провести беседу о двигательном режиме детей в течение дня «Гиподинамия и её отрицательное влияние на состояние здоровья»».

- Провести консультацию об использовании естественных препятствий для развития движений и ловкости детей».
- Провести беседу «Об особенностях функционирования органов зрения у детей».
- Провести беседу о температурном режиме и закаливании детей.
- Привлечь родителей к изготовлению нетрадиционного оборудования для занятий в группе и домашних условиях.

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 3-4 лет

- Провести консультацию совместно с медсестрой «Меры предупреждения ОРЗ».
- Сообщение на тему «Значение физической культуры в укреплении здоровья детей».
- Беседа о двигательном режиме детей в течении дня « гиподинамия и её отрицательное влияние на состояние здоровья».
- Консультация об использовании естественных препятствий для развития движений и ловкости детей.
- Провести беседу о температурном режиме и закаливании детей.
- Привлечь родителей к изготовлению нетрадиционного оборудования для занятий в группе и домашних условиях.
- Познакомить родителей с результатами состояния здоровья детей.

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 4-5 лет

- Ознакомить родителей с упражнениями для развития силы рук у детей.
- Провести беседу о соблюдении теплового режима (одежда детей в теплое время года).
- Организовать родителей для подготовки спортивной площадки к летнему оздоровительному сезону.
- Провести беседу о развитии у детей таких физических качеств, как быстрота и ловкость.
- Консультация по развитию у детей выносливости и силы.
- Беседа о развитии гибкости и равновесия у детей, координации.

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 5-6 лет

- Ознакомить родителей с упражнениями для развития силы рук у детей. Оформить альбом «Наши руки сильные, ловкие, умелые».
- Провести беседу с родителями о соблюдении теплового режима (одежда детей в теплое время года).
- Организовать родителей и детей для подготовки спортивной площадки к летнему оздоровительному сезону.

- Провести беседу о развитии у детей таких физических качеств, как выносливость и сила.
- Провести беседу о развитии у детей таких физических качеств, как гибкость и равновесие.
- Провести беседу о развитии у детей координации движений.
- Провести консультацию «Использование солнечных и воздушных ванн для укрепления здоровья».
- Провести консультацию «Босиком за здоровьем» (о пользе воздействия на стопу различных грунтов).

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 6-7 лет

- Провести беседу с родителями о соблюдении теплового режима «Одежда детей в теплое время года».
- Организовать родителей и детей для подготовки спортивной площадки к летнему оздоровительному сезону.
- Привлечь внимание родителей к разнообразным действиям с мячом для развития ловкости и мелкой мускулатуры рук.
- Показать, как выполнение метания с использованием предметов разного веса оказывает влияние на укрепление мелкой мускулатуры руки, подготовку её к письму.
- Ознакомить родителей с особенностями состояния зрения у дошкольников и предложить комплексы упражнений для укрепления мышц глаз.
- Провести консультацию по теме «Босиком за здоровьем» о пользе воздействия различных грунтов, температуры и шероховатостей.
- Провести консультацию по теме «использование солнечных и воздушных ванн для укрепления здоровья детей».
- Провести консультацию «Босиком за здоровьем» о пользе воздействия на стопу различных грунтов, температуры и шероховатостей.

Приложение 4.

Перспективный план НОД на учебный год

Приложение 3.

План работы с родителями (законными представителями).

1 квартал

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 2-3 лет

1. Консультация «Игра – родителям помощница»

- Советы родителям по организации режима дня дома для ребенка.
- Агитационный материал «Закаляйся дома».
- Беседа « Вред, который наносят курящие родители своим детям».
- Анкетирование «Условия здорового образа жизни в семье».

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 3-4 лет

- Подготовить альбом «Развивающая среда для формирования разнообразных движений у детей».
- Консультация « Одежда ребенка в зависимости от окружающей среды».
- Консультация « Формирование здоровьесберегающего двигательного поведения».
- Советы родителям « Развитие мелкой моторики руки и речедвигательного аппарата».
- Информация в уголке об использовании различных упражнений для развития мелкой моторики руки
- Привлечь внимание родителей к формированию здоровьесберегающего двигательного поведения у детей при ходьбе, беге, прыжках.

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 4-5 лет

- Рекомендации родителям по организации домашнего спортивного уголка.
- Агитационный материал «Закаляемся дома».
- Беседа « Вред, который наносят курящие родители своим детям».
- Выставка литературы «Спорт и здоровье».
- Анкетирование «Условия ЗОЖ в семье».

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 5-6 лет

- Ознакомить родителей с упражнениями пальчиковой гимнастики, создать папку передвижку.
- Дать консультацию по обеспечению температурного комфорта.
- Провести беседу о влиянии выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки) на состояние здоровья детей.

- Обсудить с родителями проблему заболеваний у детей (плоскостопие). Провести беседу о профилактике плоскостопия. Ознакомить родителей с тестами по определению плоскостопия.
- Провести консультацию о значимости уровня развития мелкой моторики руки для владения письмом.
- Провести: консультацию по организации игр детей с желудями и шишками для развития мелкой мускулатуры; беседу « типовые характеристики человека и поведение».

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 6-7 лет

- Ознакомить родителей со спортивной базой детского сада (спортплощадка, зал, инвентарь, пособия).
- Предложить родителям ознакомить детей с маршрутом от дома до детского сада. Обратить внимания на встречающиеся препятствия и пути их преодоления. Упражнять детей в самостоятельном прохождении этого маршрута под контролем взрослого (ребенок ведет взрослого).
- Включить родителей в решение задач закаливания организма ребенка. Провести консультацию по обеспечению температурного комфорта.
- Предложить родителям ознакомить детей с правилами уличного движения.
- Предложить родителям побеседовать с детьми о положении различных частей тела при ходьбе, стоянии, сидении и влияние осанки на состоянии грудной клетки, работоспособность сердца и легких.
- Предложить комплекс упражнений для детей имеющих предрасположенность к плоскостопию.
- Подготовить для родителей рекомендательные упражнения для развития гибкости и ловкости.

2 квартал

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 2-3 лет

- Провести консультацию на тему «Развитие функции равновесия- основа предупреждения травматизма».
- Провести анкетирование об организации двигательной активности детей в субботние и воскресные дни.
- Разработать варианты организации двигательной активности детей в домашних условиях.
- Провести консультацию по теме « Влияние утренней гимнастики на физическое состояние ребенка в течение дня».
- Провести консультацию по теме «Формирование у детей произвольного управления двигательным поведением».
- Ознакомить с особенностями развития дыхательной системы у детей и физическими упражнениями для укрепления дыхательной системы.

**Взаимодействие с родителями
(законными представителями) детей 3-4 лет**

- Консультация «Развитие функции равновесия – основа предупреждения травматизма».
- Советы по организации двигательной активности детей в домашних условиях.
- Консультация «Влияние утренней гимнастики на физическое состояние ребенка в течение дня».
- Консультация «Формирование у детей произвольного управления двигательным поведением».

**Взаимодействие с родителями
(законными представителями) детей 4-5 лет**

- Ознакомить родителей с упражнениями для развития силы рук у детей.
- Провести беседу о соблюдении теплового режима (одежда детей в холодное время года).
- Организовать родителей и детей для подготовки спортивной площадки к зимнему сезону.
- Рекомендации родителям «Дошкольник и компьютер».
- Консультация «Не боимся мы мороза» - о пользе зимних прогулок.
- Консультация «Утренняя гимнастика в детском саду и дома».
- Беседа о зимних видах спорта. Задание: нарисовать зимний вид спорта, который больше всего нравится ребенку.

**Взаимодействие с родителями
(законными представителями) детей 5-6 лет**

- Провести беседу «Влияние правильного выполнения бега и прыжков на сохранение здоровья».
- Провести консультацию «Значимость игр с мячом в подготовке детей к школе».
- Подготовка к празднику 23 февраля.
- Организовать конкурс выполнения пальчиковой гимнастики родителями и детьми.

**Взаимодействие с родителями
(законными представителями) детей 6-7 лет**

- Провести консультацию по теме «Двигательный режим для ребенка подготовительной к школе группы и его значение в укреплении здоровья».
- Подготовка к празднику 23 февраля.
- Продолжать привлекать внимание родителей к разучиванию приёмов поведения (группировка) для предупреждения травматизма.

3 квартал

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 2-3 лет

- Провести собрание на тему «Значение физической культуры в укреплении здоровья детей».
- Провести консультацию совместно с медсестрой «Влияние питания на рост и развитие организма».
- Провести беседу о двигательном режиме детей в течение дня «Гиподинамия и её отрицательное влияние на состояние здоровья».
- Провести консультацию об использовании естественных препятствий для развития движений и ловкости детей».
- Провести беседу «Об особенностях функционирования органов зрения у детей».
- Провести беседу о температурном режиме и закаливании детей.
- Привлечь родителей к изготовлению нетрадиционного оборудования для занятий в группе и домашних условиях.

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 3-4 лет

- Провести консультацию совместно с медсестрой «Меры предупреждения ОРЗ».
- Сообщение на тему «Значение физической культуры в укреплении здоровья детей».
- Беседа о двигательном режиме детей в течении дня « гиподинамия и её отрицательное влияние на состояние здоровья».
- Консультация об использовании естественных препятствий для развития движений и ловкости детей.
- Провести беседу о температурном режиме и закаливании детей.
- Привлечь родителей к изготовлению нетрадиционного оборудования для занятий в группе и домашних условиях.
- Познакомить родителей с результатами состояния здоровья детей.

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 4-5 лет

- Ознакомить родителей с упражнениями для развития силы рук у детей.
- Провести беседу о соблюдении теплового режима (одежда детей в теплое время года).
- Организовать родителей для подготовки спортивной площадки к летнему оздоровительному сезону.
- Провести беседу о развитии у детей таких физических качеств, как быстрота и ловкость.
- Консультация по развитию у детей выносливости и силы.
- Беседа о развитии гибкости и равновесия у детей, координации.

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 5-6 лет

- Ознакомить родителей с упражнениями для развития силы рук у детей. Оформить альбом «Наши руки сильные, ловкие, умелые».
- Провести беседу с родителями о соблюдении теплового режима (одежда детей в теплое время года).
- Организовать родителей и детей для подготовки спортивной площадки к летнему оздоровительному сезону.
- Провести беседу о развитии у детей таких физических качеств, как выносливость и сила.
- Провести беседу о развитии у детей таких физических качеств, как гибкость и равновесие.
- Провести беседу о развитии у детей координации движений.
- Провести консультацию «Использование солнечных и воздушных ванн для укрепления здоровья».
- Провести консультацию «Босиком за здоровьем» (о пользе воздействия на стопу различных грунтов).

Взаимодействие с родителями (законными представителями) детей 6-7 лет

- Провести беседу с родителями о соблюдении теплового режима «Одежда детей в теплое время года».
- Организовать родителей и детей для подготовки спортивной площадки к летнему оздоровительному сезону.
- Привлечь внимание родителей к разнообразным действиям с мячом для развития ловкости и мелкой мускулатуры рук.
- Показать, как выполнение метания с использованием предметов разного веса оказывает влияние на укрепление мелкой мускулатуры руки, подготовку её к письму.
- Ознакомить родителей с особенностями состояния зрения у дошкольников и предложить комплексы упражнений для укрепления мышц глаз.
- Провести консультацию по теме «Босиком за здоровьем» о пользе воздействия различных грунтов, температуры и шероховатостей.
- Провести консультацию по теме «использование солнечных и воздушных ванн для укрепления здоровья детей».
- Провести консультацию «Босиком за здоровьем» о пользе воздействия на стопу различных грунтов, температуры и шероховатостей.

Приложение 4.

Перспективный план НОД на учебный год

Принято на педагогическом совете
Протокол №1 от 31.08.2022г.

Утверждено заведующей МБДОУ
«Детский сад №3 «Соловушка»
_____Е.В.Бобровская

Приказ №_1-114 от_31.08.2022г.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
по образовательной области
«Физическое развитие»
для детей 2-7 лет
на 2022-2023 уч.год

инструктора по физической культуре
I квалификационной категории
Дмитраковой В.Н.

Г.Рыльск

МЛАДШАЯ ГРУППА

1 КВАРТАЛ

Цель.

Учить ходить и бегать, координируя движения рук и ног, не опуская головы; энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках в длину; развивать глазомер, ловкость, умение действовать сообща в процессе выполнения физических упражнений; выполнять правила подвижных игр.

Сентябрь	Октябрь	Ноябрь
Ходьба		
«Стайкой», на носках	На месте с высоким подниманием бедра, в колонне по одному	В разных направлениях; Вдвоем, держась за руки
Бег		
«Стайкой», врассыпную	На носках в колонне по одному	За предметами, вдвоем
Упражнения в равновесии		
Ходьба между линиями, шнурами	По доске (длина 2-3 м, ширина 20 см)	По наклонной доске, приподнятой на 20 см
Прыжки		
Вперед, в стороны, назад (2-3 м), подскоки на месте	Из кружка в кружок	В длину с места (до 50см)
Прокатывание мяча		
Двумя руками друг другу (1,6м), скатывание мячей с горки	Под дуги (50-60 см)	Между предметами; по ограниченной поверхности (доска, скамейка)
Ползание		
На четвереньках по прямой	«Змейкой» между 4-5 предметами	По наклонной доске
Построение		
Свободное	Врассыпную	В полукруг

2 КВАРТАЛ

Цель.

Учить сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя и при ходьбе, правильное положение туловища и головы при выполнении упражнений в равновесии; упражнять в ходьбе с перешагиванием, «змейкой», в ловле, бросании, прокатывании мяча; прививать навыки совместного действия в общем для всех темпе, выполнять правила подвижных игр.

Декабрь	Январь	Февраль
Ходьба		
За ведущим, по ориентирам	По кругу	«Змейкой»
Бег		
С остановками, с предметом в руках	Между предметами, по ограниченной площади	По прямой и «змейкой»
Упражнения в равновесии		
По доске, с перешагиванием через предметы	Через рейки лестницы, положенной на пол	Ходьба по ребристой доске
Прыжки		
Вверх до предмета	Вокруг предметов и между ними, прыгивая на плоские низкие предметы (до 5-7 см)	Через линию, шнур, предмет (5см), на одной ноге вокруг себя
Упражнения с мячом		
Ловля мяча, брошенного взрослым (с расстояния 70-100см)	Бросание мяча вверх, друг другу	Отбивание мяча об пол, об стену
Лазанье		
Под скамейку (прямо и боком), под веревку (40-50 см)	Под дуги (40см), не касаясь руками пола	Через скамейку
Построение		
В колонну по одному	В круг	По два (парами)

3 КВАРТАЛ

ЦЕЛЬ: учить не пропускать перекладин во время лазанья, находить свое место при построении, выполнять движения по словесному указанию, ориентироваться в пространстве, упражнять в быстроте, развивать координацию движений, выполнять простые правила совместной игры

Март	Апрель	Май
Ходьба		
С разным положением рук	С заданиями(приседание, остановка)	С остановками по сигналу и изменением направления
Бег		
С ускорением и замедлением	В медленном темпе от водящего до убегающего	На скорость (15-20м), с подскоками
Упражнения в равновесии		
Бег по извилистой дорожке(0,25-0,3*5-6м)	Ходьба по гимнастической скамейке	Медленное кружение в обе стороны
Прыжки		
Через линию поочередно	В глубину (20-25 см), спрыгивание (с высоты 10-15см)	В высоту с места
Упражнения с мячом		
Метание предметов на дальность не менее 2,5 м. правой и левой рукой	В вертикальную цель (1-1,5 м) двумя руками снизу, от груди, сверху	В горизонтальную цель (1,5-2 м) от плеча, снизу; вращение мяча на месте вокруг оси
Лазанье		
По лесенке-стремлянке	В обруч и другие предметы	По гимнастической стенке (1,5 м)
Построение		
	Повороты	В 2-3 звена по ориентирам

СРЕДНЯЯ ГРУППА

1 КВАРТАЛ

Цель.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей; закреплять умения ходить и бегать, координируя движения рук и ног, следить за положением своего тела во время упражнений; учить детей воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений; учить бросать мяч и ловить его кистями рук (не прижимая к груди); формировать правильную осанку; приобщать к народным играм.

Сентябрь	Октябрь	Ноябрь
Ходьба		
На пятках, с изменением направления	На наружных сторонах стопы, с изменением темпа	С высоким подниманием бедра
Бег		
Между линиями (20-30см)	Прямым галопом; мед-ленно	«Змейкой» между предметами
Упражнения в равновесии		
Ходьба с перешагиванием через предметы (15-20см); полуприседания пружинистыми движениями и полное приседание с выполнением движений руками (на кубе)	Ходьба и бег по наклон-ной доске вверх и вниз; на кольцах: достать кольца подбородком; гимнастическое упражнение на скамейке: «улитка»	Ходьба по наклонной доске без предметов (высота 35-40см, ширина 30см); на турнике: вис с попыткой подтягивания
Прыжки		
На двух ногах с поворотом кругом; в приседе, с продвижением вперед	Со сменой ног; вверх с места, касаясь предмета, подвешенного выше поднятых рук ребенка	Ноги вместе- ноги врозь; через линию
Упражнения с мячом		
Прокатывание из разных исходных позиций одной и двумя руками	Катание из обруча между предметами (40-50см)	Бросание вверх и ловля (3-4 раза подряд); бросание вверх и ловля после хлопка в ладоши
Лазанье		
Ползание на четвереньках (10м) между предметами; захват каната руками выше головы, коленями и стопами ног	Ползание на четвереньках, прокатывая мяч; провисание на стенке на двух руках, на левой и правой поочередно	Ползание на четвереньках с поворотом кругом; на канате: вис на руках с прогибанием назад туловища, головы и соединенных выпрямленных ног
Акробатические упражнения		
«Самолет»	«Птичка»	«Корзинка»
Построение		

В колонну по одному по росту		Со сменой ведущего
2 КВАРТАЛ		
Цель.		
Добиться уверенного и активного выполнения основных элементов техники движений; учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком, построениям, соблюдение дистанции во время продвижения, в прыжках с места сочетать отталкивание со взмахом рук, соблюдать и контролировать правила в подвижных играх.		
Декабрь	Январь	Февраль
Ходьба		
С поворотами, со сменой направляющего	С заданиями (руки на поясе, к плечам, в сторону, за спину)	В полуприседе; на носках семенящим шагом
Бег		
С высоким подниманием колен	Со сменой ведущего и темпа	Челночный бег
Упражнения в равновесии		
Ходьба по наклонной доске с предметами в руках, на голове; на кольцах: подтягивание на руках с выпрямленным туловищем и соединенными выпрямленными ногами	Приставным шагом по бревну, шнуру с мешочком на голове (высота 20-25см, ширина-10см); танцевальные движения на гимнастической скамейке: «пружинка», приседания, кружения	Ходьба по гимнастической скамейке; на турнике: вис с выполнением различных упражнений ногами (развести ноги в стороны, одну ногу оставить вытянутой, а носок другой положить на колено)
Прыжки		
С продвижением вперед (3-4м) на одной ноге (правой и левой)	Боком вправо, влево; в длину с места (50-70см)	С хлопками над головой, за спиной поочередно через 4-5 линий (расстояние 40-45см)
Упражнения с мячом		
Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2м)	Бросание мяча друг другу двумя руками снизу, из-за головы; его ловля	Отбивание мяча одной и двумя руками (4-5 раз); отбивание мяча об пол и ловля его после хлопка в ладоши
Лазанье		
Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь двумя руками; ползание по-пластунски	Подлезание под препятствие прямо и боком; лазанье с опорой на стопы и ладони по доске	Пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание по-пластунски с «замиранием» в позе «рыбы», «сердитой кошки».
Акробатические упражнения		
«Ласточка» на одном колене	«Корзинка»	«Улитка»
Построение		

	Перестроение в звенья на ходу	
--	-------------------------------	--

3 КВАРТАЛ

Цель.

Развивать ловкость, равновесие, точность и правильность выполнения упражнений; учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой; приучать детей оценивать движения сверстников и замечать их ошибки; закреплять умения по ориентировке в пространстве; побуждать детей к самостоятельному проведению подвижных игр и упражнений.

Март	Апрель	Май
Ходьба		
Мелким и широким шагом	Приставным шагом в сторону	В чередовании с прыжками; парами
Бег		
Мелким и широким шагом	Со старта из разных исходных позиций	На скорость (15-20м, 2-3 раза); парами
Упражнения в равновесии		
Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25см от пола; гимнастическое упражнение на скамейке: «петушок»; на кольцах: подтягивание на руках с прогибанием туловища	Кружение в обе стороны; гимнастические упражнения на скамейке Выпад, «ласточка» на одном колене; на кольцах: уголок	Ходьба через набивные мячи
Прыжки		
Вперед-назад, в глубину (спрыгивание с высоты 25см)	Через предметы(2-3, высота 5-10см); перепрыгивание с места на ориентир	Вверх с места(высота 15-20см)
Метание		
В горизонтальную цель (расстояние 2-2,5м)	В вертикальную цель (расстояние 1,5-2м)	Предмета на дальность (5-6,5м)
Лазанье		
По гимнастической стенке (высота 2м); с опорой на стопы и ладони по наклонной доске	С одного пролета на другой вправо, влево, не пропуская реек, чередующимся шагом	По веревочной лестнице приставным шагом
Акробатические упражнения		
		«Кошка» выгнула спину
Построение		
Повороты направо, налево и кругом		Построение из колонны по одному в колонну по два в движении

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА

I квартал

Цель.

Формировать у детей потребность к ежедневной активной двигательной деятельности; воспитывать привычку сохранять правильную осанку; добиваться точного и выразительного выполнения всех упражнений; закреплять умение ходить легко и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; развивать в играх, эстафетах быстроту, ловкость, выносливость; воспитывать привычку ухаживать за спортивным инвентарем, готовить его к занятиям и играм.

Сентябрь	Октябрь	Ноябрь
Ходьба		
С различными движениями рук.	Гимнастическим шагом, парами.	Скрестным шагом; четверками.
Бег		
Сильно сгибая ноги в коленях; в спокойном темпе (до 2-3метров); в быстром темпе (10м 3-4 раза с перерывами)	Выбрасывая прямые ноги вперед; из разных стартовых положений (сидя «по-турецки», лежа).	Через препятствия: барьеры, набивные мячи (10-15см) не задевая их, сохраняя скорость бега.
Упражнения в равновесии		
Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом боком с мешочком на спине; танцевальные движения на скамейке: галоп прямой и боковой.	Ходьба по скамье, приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку; гимнастическое упражнение на скамейке: «корзинка»; на турнике: подтягивание на руках, сгибая их в локтях.	Ходьба по узкой стороне скамейки прямо и боком; на кубе: ходьба по кубам, расположенным на расстоянии 10-30см.
Прыжки		
На двух ногах на месте с поворотом кругом; через скамейку, опираясь на нее руками; через короткую скакалку разными способами.	Сериями по 30-40 прыжков (3-4 раза; через линию, веревку боком, с зажатым между ног мешочком.	Продвигаясь на 5-6м вперед; смещая ноги вправо-влево.
Упражнения с мячом		
Перебрасывание набивных мячей (1кг.); мяча из одной руки в другую и ловля после отскока от пола.	Бросание мяча вверх, отбивание о землю и ловля его не менее 20 раз подряд, одной рукой-10 раз.	Бросание мяча вверх. Бросание о землю и ловля его с хлопками, поворотами и другими заданиями.
Лазанье		
По скамейке на животе и спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; гимнастическое упражнение	Под скамейкой, под несколькими снарядами подряд; на канате: уголок.	Через гимнастическую стенку и спуск с ее противоположной стороны.

на веревочной лестнице «улитка».		
Акробатические упражнения		
«Улитка в домике», «Улитка на замке».	«Кольцо» (стоя)	Полу шпагат.
Построение		
В колонну по одному; одновременная остановка после ходьбы.	В несколько колонн, звеньев.	Равнение в колонне, шеренге, круге.

II квартал

Цель.

Совершенствовать координацию движений, равновесие, ориентировку в пространстве; учить перелезанию по диагонали с пролета на пролет гимнастической стенки⁴ закреплять умение анализировать движения (самоконтроль, самооценка, контроль и оценка других детей); учить чувствовать свои движения, направлять мысли на выполнение конкретного движения; воспитывать честность, дружелюбие. Самостоятельность в процессе подвижных игр и выполнения упражнений.

Декабрь	Январь	Февраль
Ходьба		
Приставным шагом вперед, назад.	В приседе, в кругу, шеренге.	Спиной вперед.
Бег		
Со скакалкой, с мячом по доске.	Челночный бег (5 по 10м).	Широким шагом через препятствия. (высота 10-15см.)
Упражнения в равновесии		
Ходьба по скамейке с остановкой посередине. Чтобы перешагнуть палку(обруч) в руке; гимнастическое упражнение на скамейке «верблюды»; на турнике «улитка».	Ходьба по скамейке с приседанием и поворотом кругом.	Ходьба по скамейке, перепрыгивая через ленточки; балансирование на набивном мяче; на турнике «улитка в домике»; подтягивание с выполнением уголка и других упражнений для ног.
Прыжки		
Через 6-8 набивных мячей; с разведением прямых ног в стороны («Маугли»).	Вверх из глубокого приседа; с прогибанием туловища назад («космонавт»).	На месте и с разбега, с целью достать предмет, подвешенный выше поднятой руки на 25-30см.
Упражнения с мячом		
Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4м), сидя «по-турецки» через сетку.	Бросание мяча вверх и ловля его левой, правой рукой; ударение мяча об пол и ловля его правой, левой рукой.	Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в ходьбе; ведение мяча в разных направлениях.
Лазанье		

С пролете на пролет гимнастической стенки по диагонали; на канате: шпагат в вися на руках из положения «уголок».	В обруч разными способами; ползание с опорой рук («крокодил»).	На канате: влезать на доступную высоту; свободные упражнения.
Акробатические упражнения		
«Спящий лебедь».	«Мостик».	«Аист».
Построение		
Из одной колонны в другую на ходу, из одного круга в другой.	Повороты направо, налево.	Из одной шеренги в две, рассчитываясь на « первый второй».

III квартал

Цель.

Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений; учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках в длину, высоту; развивать глазомер, используя разные виды метания; добиваться активного движения кисти руки при броске; воспитывать морально-волевые качества: выдержку, настойчивость в достижении положительных результатов; поддерживать интерес к событиям физкультурной и спортивной жизни страны.

Март	Апрель	Май
Ходьба		
С выпадами; по кругу, делая концентрические круги один в другом.	В сочетании с другими видами движений.	Во встречном направлении: в одном кругу – по часовой стрелке, в другом – против.
Бег		
Спиной вперед, сохраняя направление и равновесие; наперегонки.	С ходьбой, прыжками, подлезанием, с преодолением препятствий в естественных условиях.	На скорость (30м), в среднем темпе, по пересеченной местности (300м).
Упражнения в равновесии		
Гимнастические фигуры после кружения с закрытыми глазами; на скамейке- «мостик», на турнике –«уголок» вверх ногами.	Прыжки на скамейке-«стрела».	Прыжки вперед на двух ногах по наклонной поверхности; на кубе: стойка на одной ноге, закрыв глаза. на носках; на турнике – подтягивание несколько раз подряд.
Прыжки		
С разбега в три шага на предметы (высота до 40см.). спрыгивание с них; через большой обруч как через скакалку.	В длину с места; в длину с разбега (не менее 180-190см); в высоту с разбега (не менее 50см).	Через длинную скакалку: бег под вращающейся скакалкой, прыжки через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, прыжки через нее несколько раз, бег под скакалкой парами.
Упражнения с мячом		

Бросок мяча о стену, бросая из-за спины, из-за головы и ловля его; бросание в цель: стоя на коленях, сидя.	Метание в горизонтальную вертикальную цель (расстояние 4-5м) ударение мяча о стену бросая его из - под ноги.	Метание вдаль (расстояние не менее 6-12м); в движущуюся цель.
Лазанье		
По гимнастической стенке с выполнением заданий: снять предмет, повесить предмет, на веревочной лестнице шпагат.	На лестницу. Быстрый спуск, изменение темпа лазанья, используя перекрестную и одновременную координацию движений рук и ног.	На веревочной лестнице: уголок; лазанье на скорость.
Акробатические упражнения		
«Стрела»- стоя, «Стрела»- лежа на боку.	«Ласточка»	«Замок»-стоя у стены.
Построение		
Повороты на углах во время движения.	Размыкание в три колонны и смыкание приставными шагами.	

СТАРШАЯ ГРУППА

I квартал

Цель.

Добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов движений; учить бегать на перегонки, с преодолением препятствий, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка; развивать быстроту и общую выносливость, желание самостоятельно проводить и организовывать подвижные игры со сверстниками.

Сентябрь	Октябрь	Ноябрь
Ходьба		
Перекатом с пятки на носок.	С задержкой на носке («петушинный шаг»)	С заданиями (с хлопками, различным положением рук).
Бег		
На носках («птица»); с остановками («собачка»).	Между предметами; из разных исходных позиций (сидя, стоя на коленях).	С препятствиями.
Упражнения в равновесии		
Ходьба через предметы (высота 20-25см); гимнастические упражнения на скамейке: «улитка в домике»	Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через предметы	Ходьба по гимнастической скамейке с закрытыми глазами, поворотом, различными движениями рук, остановкой; на кубе: кружение.
Прыжки		
Через 5-6 предметов на двух ногах (высота 15-20см); прыжки попеременно на правой и левой ноге (4-5м).	На предметы (высота 20см); прыжки на двух ногах с высоким подниманием колен и продвижением вперед («кенгуру»).	До предметов, подвешенных на 15-20см выше поднятой руки.
Упражнения с мячом		
Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами (ширина 30-40см, длина 3-4м).	Прокатывание набивных мячей; перебрасывание из одной руки в другую.	Бросание вверх, ударение об пол и ловля двумя руками (10 раз подряд); одной рукой (4-6 раз подряд).
Лазанье		
Ползание на четвереньках по скамье.	Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна).	Передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на скамье.
Акробатические упражнения		
«Лебедь».	«Кольцо».	«Стрела»
Построение		
Из шеренги в колонну.	В две колонны.	

II квартал

Цель.

Формировать правильную осанку, умение выполнять движения осознанно, быстро, ловко, красиво; развивать чувство равновесия, полета, способность легко владеть своим телом; учить отбивать мяч о стену, об пол в движении; совершенствовать ранее освоенные движения в играх – эстафетах; развивать умение анализировать, контролировать и оценивать движения своих сверстников.

Декабрь	Январь	Февраль
Ходьба		
С закрытыми глазами (3-4м)	Приставным шагом в правую и левую сторону.	Приставным шагом с приседанием.
Бег		
Приставным шагом в правую и левую сторону («боковой галоп»)	Бег прыжковым широким Шагом («тигр и лев»).	Бег поскаками («обезьянки»)
Упражнения в равновесии		
Ходьба по наклонной доске прямо и боком на носках; танцевальные упражнения на скамейке: приставной шаг с полуприседом, переменный шаг.	Ходьба по шнуру прямо, приставным шагом и боком.	Ходьба по скамейке, раскладывая и собирая предметы.
Прыжки		
В глубину (с куба высотой 30-40см) в указанное место.	Продвигаясь вперед 95-6м) с зажатым между ног предметом.	На месте: ноги скрестно-ноги врозь; одна нога вперед, другая назад.
Упражнения с мячом		
Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя разными способами (снизу, от груди).	Отбивание мяча на месте 10раз подряд; в движении (5-6м).	Отбивание мяча о стену и ловля его после хлопка в ладоши.
Лазанье		
Подлезание под дуги, веревки (40-50см); упражнения на веревочной лестнице («птичка на ветке»).		Ползание по скамье, опираясь на колени и предплечья; упражнения на веревочной лестнице («колечко»)
Акробатические упражнения		
	«Березка».	
Построение		
«Змейка» без ориентиров.	По диагонали.	В два круга

III квартал

Цель.

Формировать у детей умение распределять различные функции в играх с разными типами взаимодействия, подчиняться нормам справедливого распределения функций, взаимно контролировать действия в игре; учить сочетать замах с броском при метании; побуждать к пробуждению творчества в двигательной деятельности; воспитывать справедливость, дружелюбие, организованность.

Март	Апрель	Май
Ходьба		
Ходьба с высоким подниманием колен, выпрямляя ногу вперед.	Наступая на всю ступню, с продвижением вперед, в кружении.	С развернутыми ногами ног во внешнюю сторону до прямой линии.
Бег		
Челночный (3*10) в медленном темпе(1,5-2мин)	В медленном темпе по пересеченной местности (350м)	В быстром темпе (10м 3-4р) 20-30м. 2-3 раза)
Упражнения в равновесии		
Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом; гимнастическое упражнение на скамье: «улитка на замке».	Прыжки и бег на гимнастической скамейке; «ласточка» на одной ноге.	Ходьба по гимнастической скамье, прокатывая перед собой мяч; кружение парами, держась за руки; на турнике «улитка»
Прыжки		
В длину с места (80-90см); прыжковый шаг с опорой на руки и стопы («лягушка»)	В высоту (30-40см) с разбега (6-8м); прыжки в длину с разбега 8м (130-150см)	Через длинную скакалку вперед, назад.
Метание		
В горизонтальную цель (высота 2,2м. расстояние 3,5-4м); отбивание мяча о стену и ловля его двумя руками после отскока от пола.	В вертикальную цель (3,5-4м); отбивание мяча о стену и ловля его двумя руками после хлопка в ладоши и отскока от пола	Вдаль (5-9м)
Лазанье		
В обруч прямо и боком на канате; вис на руках с прогибанием туловища (ноги сгибаются в коленях, а носки тянутся к голове).	По веревочной лестнице попеременным шагом.	По канату свободным способом.
Акробатические упражнения		
	«Стульчик»	«Верблюд»
Построение		
Повороты направо, налево, на месте.	Повороты направо, налево в движении.	

