

Филиал муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад «Звездочка» «Созвездие»

ПРИНЯТА:

на Совете педагогов

Протокол от 17.08.2023 г. № 1



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по образовательной области «Физическое развитие»
Физическая культура
на 2023-2024 учебный год

Составитель:
Инструктор по физической культуре:
Баюнова О.В.
Категория: высшая
Срок реализации: 1 год
Возраст воспитанников: от 3 до 7 лет

Направленность групп:
Общеразвивающая, комбинированная, компенсирующая

г. Новый Уренгой
2023 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1.	Цель и задачи рабочей программы	4
1.1.2.	Принципы и подходы к формированию программы	4
1.1.3.	Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста	5
1.1.4.	Планируемые результаты реализации образовательной области «Физическое развитие»	11
1.1.5.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	13
1.2	Часть, формируемая участниками образовательных отношений	13
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	18
2.1.	Планирование образовательной деятельности детей по физическому развитию образовательной области ФГОС ДО и ФОП ДО	18
2.2.	Поддержка детской индивидуальности	38
2.3.	Активный отдых. Физкультурные праздники и досуги	39
2.4.	Формирование основ здорового образа жизни (Взаимодействие с педагогами)	40
2.5.	Планирование взаимодействия с семьями воспитанников по реализации образовательной программы	42
2.6.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы	43
2.7.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	44
2.8.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	51
2.8.	Рабочая программа воспитания	52
2.9.1.	Пояснительная записка	52
2.9.2.	Целевой раздел Программы воспитания	53
2.9.3.	Содержательный раздел Программы воспитания	53
2.9.4.	Организационный раздел Программы воспитания	56
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	57
3.1.	Материально-техническое обеспечение	57
3.2.	Информационное обеспечение	58
3.3.	Методическое обеспечение	59

1.ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Дошкольный возраст – важнейший период формирования личности, когда закладывается прочная основа физического здоровья человека. Состояние здоровья ребёнка – это ведущий фактор, который определяет способность успешно выполнять требования, предъявляемые к нему условиями жизни и воспитания. Сущность общеразвивающей работы в условиях дошкольного учреждения заключается в формировании гармонично развитой личности.

Программа реализуется на государственном языке Российской Федерации и построена на основе:

- 1) Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 2) Федерального закона от 24.09.2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статьи 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»;
- 3) Приказа Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- 4) Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ п. 6 ст.28;
- 5) Закона «Об образовании в Российской Федерации» ст. 48 «Обязанности и ответственность педагогических работников»;
- 6) Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г., №1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации от 14 .11.2013 г., регистрационный №30384) с изменениями, внесёнными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 .01.2019 г., №31(зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации от 13 .02.2019 г., регистрационный №53776)в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования;
- 7) Конвенцией о правах ребёнка ООН;
- 8) Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 г., №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (зарегистрирован 28.12.22г., №71847);
- 9) Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 г., №1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (зарегистрирован 27.01.23г., №72149);
- 10) СП 2.2.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и

молодежи».

- 11) Рабочая программа соотнесена с образовательной программой филиала МАДОУ «ДС «Звездочка» «Созвездие», построенная на основе ФОП ДО и ФГОС ДО.

1.1.1. Цель и задачи рабочей программы

Целью рабочей программы является разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно- нравственных ценностей народов РФ, исторических и национально-культурных традиций.

Цель программы достигается через решение следующих *задач*:

1) обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;

2) приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям русского народа – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;

3) построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;

4) создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;

5) обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;

6) достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;

7) охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

8) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы

Рабочая программа построена на следующих принципах

Федеральной программы ДО, установленных ФГОС ДО:

- 1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) сотрудничество Организации с семьёй;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 9) учёт этнокультурной ситуации развития детей.

1.1.3. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Вторая младшая группа (четвертый год жизни)

Росто- весовые характеристики. Средний вес у мальчиков к четырем годам достигает 17 кг, у девочек – 16 кг. Средний рост у мальчиков к четырем годам достигает 102 см, а у девочек - 100,6 см.

Функциональное созревание. В данном возрасте уровень развития скелета и мышечной системы определяет возможность формирования осанки, свода стопы, базовых двигательных стереотипов.

Психические функции. В три-четыре года память ребенка носит произвольный, непосредственный характер. Наряду с произвольной памятью, начинает формироваться и произвольная память. Ребенок запоминает эмоционально значимую информацию. На основе накопления представлений о предметах окружающего мира у ребенка интенсивно развивается образное мышление, воображение.

В три-четыре года внимание ребёнка носит произвольный, непосредственный характер. Отмечается двусторонняя связь восприятия и внимания – внимание регулируется восприятием (увидел яркое – обратил внимание). К концу младшего дошкольного возраста дети могут

ориентироваться в пространстве.

Система значимых отношений ребенка с социальной средой определяется возможностями познавательной сферы, наличием образного мышления, наличием самосознания и начальными формами произвольного поведения (действие по инструкции, действие по образцу). Социальная ситуация развития характеризуется выраженным интересом ребенка к системе социальных отношений между людьми, ребенок хочет подражать взрослому, быть «как взрослый».

Коммуникация и социализация. В общении со взрослыми, наряду с ситуативно-деловой формой общения, начинает интенсивно формироваться внеситуативно-познавательная форма общения, формируются основы познавательного общения. Со сверстниками интенсивно формируется ситуативно-деловая форма общения, что определяется становлением игровой деятельности и необходимостью согласовывать действия с другим ребенком в ходе игрового взаимодействия. Положительно-индифферентное отношение к сверстнику, преобладающее в раннем возрасте, сменяется конкурентным типом отношения к сверстнику, где другой ребенок выступает в качестве средства самопознания.

Саморегуляция. В три года у ребенка преобладает ситуативное поведение, произвольное поведение, в основном, регулируется взрослым. При этом, ребенок может действовать по инструкции, состоящей из 2-3 указаний. Слово играет в большей степени побудительную функцию, по сравнению с функцией торможения. Эмоции выполняют регулирующую роль, накапливается эмоциональный опыт, позволяющий предвосхищать действия ребенка.

Личность и самооценка. У ребенка начинает формироваться периферия самосознания, дифференцированная самооценка. Ребенок, при осознании собственных умений, опирается на оценку взрослого, к четырем годам ребенок начинает сравнивать свои достижения с достижениями сверстников, что может повышать конфликтность между детьми. Данный возраст связан с дебютом личности.

Средняя группа (пятый год жизни)

Росто- весовые характеристики. Средний вес девочек изменяется от 16 кг в четыре года до 18,4 кг в пять лет, у мальчиков – от 17 кг в четыре года до 19,7 кг в пять лет. Средняя длина тела у девочек изменяется от 100 см в четыре года до 109 см в пять лет, у мальчиков – от 102 см в четыре года до 110 см в пять лет.

Функциональное созревание. Продолжается развитие скелета, мышц, изменяются пропорции тела. Слабо, но проявляются различия в строении тела мальчиков и девочек.

Психические функции. Ведущим психическим процессом в данном возрасте является память. В четыре-пять лет интенсивно формируется произвольная память, но эффективность произвольного запоминания

выше, чем произвольного. Начинает формироваться опосредованная память, но непосредственное запоминание преобладает. Возрастает объем памяти, дети запоминают до 7-8 названий предметов.

К концу пятого года жизни восприятие становится более развитым. Совершенствуется ориентация в пространстве. Основной характеристикой мышления детей четырех-пяти лет является эгоцентризм. Наряду с интенсивным развитием образного мышления и расширением кругозора, начинает формироваться наглядно-схематическое мышление. Интенсивно формируется воображение. Формируются такие его особенности, как беглость, гибкость. С четырех лет внимание становится произвольным, увеличивается устойчивость произвольного внимания.

Детские виды деятельности. На пятом году жизни ребенок осваивает сложную систему норм и правил, принятых в социуме. Формируется развернутая сюжетно-ролевая игра, где центральным содержанием выступает моделирование системы человеческих отношений в ходе выполнения игровой роли. В данном возрасте в игре дети различают игровые и реальные отношения, характерна ролевая речь. Конфликты чаще возникают в ходе распределения ролей, роли могут меняться в ходе игры. Игра носит процессуальный, творческий характер. Детям доступны игры с правилами, дидактические игры.

Коммуникация и социализация. В общении со взрослыми интенсивно формируются внеситуативные формы общения, в частности - внеситуативно-познавательная форма общения, возраст «почемучек» приходится именно на четыре-пять лет. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Со сверстниками продолжает формироваться ситуативно-деловая форма общения, что определяется развитием развернутой сюжетно-ролевой игры и совместными видами деятельности со сверстниками. При этом, характер межличностных отношений отличает ярко выраженный интерес по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, ребенок болезненно реагирует на похвалу другого ребенка со стороны взрослых, конфликтность со сверстниками также характерна для данного возраста. В группе формируется стабильная структура взаимоотношений между детьми, определяющая социометрический статус каждого ребенка.

Саморегуляция. Потребность в самовыражении (стремление быть компетентным в доступных видах деятельности) определяет развитие

произвольности. В игре ребенок может управлять собственным поведением, опираясь на систему правил, заложенных в данной роли. Ребенку доступно осознание основных правил поведения в ходе общения и поведения в социуме. Интенсивно формируются социальные эмоции (чувство стыда, смущение, гордость, зависть, переживание успеха-неуспеха и др.).

Личность и самооценка. У ребенка интенсивно формируется периферия самосознания, продолжает формироваться дифференцированная самооценка. Оценка взрослого, оценка взрослым других детей, а также механизм сравнения своих результатов деятельности с результатами других детей оказывают существенное влияние на характер самооценки и самосознания. Появляется краткосрочная временная перспектива (вчера-сегодня-завтра, было-будет).

Старшая группа (шестой год жизни)

Росто- весовые характеристики. Средний вес у мальчиков изменяется от 19,7 кг в пять лет до 21,9 кг в шесть лет, у девочек – от 18,5 кг в пять лет до 21,3 кг в шесть лет. Средняя длина тела у мальчиков от 110,4 см в пять лет до 115,9 см в шесть лет, у девочек – от 109,0 см в пять лет до 115,7 см в шесть лет.

Функциональное созревание. Развитие центральной нервной и опорно-двигательной систем, зрительно-моторной координации позволяет ребенку значительно расширить доступный набор двигательных стереотипов.

Психические функции. В период от пяти до шести лет детям доступно опосредованное запоминание. Эффективность запоминания с помощью внешних средств (картинок, пиктограмм) может возрасти в 2 раза. В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т.д. Эгоцентризм детского мышления сохраняется. Основой развития мыслительных способностей в данном возрасте является наглядно-схематическое мышление, начинают развиваться основы логического мышления. Интенсивно формируется творческое воображение. Наряду с образной креативностью, интенсивно развивается и вербальная креативность по параметрам беглости, гибкости, оригинальности и разработанности. Увеличивается устойчивость, распределение, переключаемость внимания.

Детские виды деятельности. У детей шестого года жизни отмечается существенное расширение регулятивных способностей поведения, за счет усложнения системы взаимоотношений со взрослыми и со сверстниками. Творческая сюжетно-ролевая игра имеет сложную структуру.

В игре могут принимать участие несколько детей (до 5-6 человек). Дети шестого года жизни могут планировать и распределять роли до начала игры и строят свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей взятой роли по содержанию и интонационно. Нарушение логики игры не принимается и обосновывается. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения, а также нарушением правил. Сюжеты игр становятся более разнообразными, содержание игр определяется логикой игры и системой правил.

Коммуникация и социализация. В общении со взрослыми интенсивно формируются внеситуативно-познавательная и внеситуативно-личностная форма общения. У детей формируется потребность в самоутверждении через возможность соответствовать нормам, правилам, ожиданиям, транслируемым со стороны взрослых. Со сверстниками начинает формироваться внеситуативно-деловая форма общения, что определяется возрастающим интересом к личности сверстника, появляются избирательные отношения, чувство привязанности к определенным детям, дружба. Характер межличностных отношений отличается выраженным интересом по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, возрастанием просоциальных форм поведения. Детские группы характеризуются стабильной структурой взаимоотношений между детьми.

Саморегуляция. В период от пяти до шести лет начинают формироваться устойчивые представления о том, «что такое хорошо» и «что такое плохо», которые становятся внутренними регуляторами поведения ребенка. Формируется произвольность поведения, социально значимые мотивы начинают управлять личными мотивами.

Личность и самооценка. Формируется дифференцированность самооценки. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки.

Подготовительная к школе группа (седьмой год жизни)

Росто-весовые характеристики. Средний вес мальчиков к семи годам достигает 24,9 кг, девочек – 24,7 кг. Средняя длина тела у мальчиков к семи годам достигает 123,9, у девочек – 123,6 см.

В период от пяти до семи лет наблюдается выраженное увеличение скорости роста тела ребенка в длину, причем конечности в это время растут быстрее, чем туловище. Изменяются кости, формирующие облик лица.

Функциональное созревание. Уровень развития костной и мышечной систем, наработка двигательных стереотипов отвечают требованиям длительных подвижных игр. Скелетные мышцы детей этого возраста хорошо приспособлены к длительным, но не слишком высоким по точности и мощности нагрузкам.

Важнейшим признаком морфофункциональной зрелости становится формирование тонкой биомеханики работы кисти ребенка. К

этому возрасту начинает формироваться способность к сложным пространственным программам движения.

К пяти-шести годам в значительной степени развивается глазомер.

Процессы возбуждения и торможения становятся лучше сбалансированными. К этому возрасту значительно развиваются такие свойства нервной системы, как сила, подвижность, уравновешенность. В то же время все эти свойства нервных процессов характеризуются неустойчивостью, высокой истощаемостью нервных центров.

Психические функции. Время сосредоточенного внимания, работы без отвлечений по инструкции достигает 10-15 минут.

Детям становятся доступны формы опосредованной памяти, где средствами могут выступать не только внешние объекты (картинки, пиктограммы), но и некоторые мыслительные операции (классификация). Существенно повышается роль словесного мышления, как основы умственной деятельности ребенка, все более обособляющегося от мышления предметного, наглядно-образного. Формируются основы словесно-логического мышления, логические операции классификации, сериации, сравнения. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они еще ограничиваются наглядными признаками ситуации. Увеличивается длительность произвольного внимания (до 30 минут).

Детские виды деятельности. Процессуальная сюжетно-ролевая игра сменяется результативной игрой (игры с правилами, настольные игры). Игровое пространство усложняется. Система взаимоотношений в игре усложняется, дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем.

Коммуникация и социализация. В общении со взрослыми интенсивно проявляется внеситуативно-личностная форма общения. В общении со сверстниками преобладает внеситуативно-деловая форма общения. Характер межличностных отношений отличает выраженный интерес по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, возрастание просоциальных форм поведения, феномен детской дружбы, активно проявляется эмпатия, сочувствие, содействие, сопереживание. Детские группы характеризуются стабильной структурой взаимоотношений между детьми.

Саморегуляция. Формируется соподчинение мотивов. Социально значимые мотивы регулируют личные мотивы, «надо» начинает управлять «хочу». Выражено стремление ребенка заниматься социально значимой деятельностью. Происходит «потеря непосредственности» (по Л.С. Выготскому), поведение ребенка опосредуется системой внутренних норм, правил и представлений. Формируется система реально действующих мотивов, связанных с формированием социальных эмоций, актуализируется способность к «эмоциональной коррекции» поведения. Постепенно формируются предпосылки к произвольной регуляции поведения по

внешним инструкциям. От преобладающей роли эмоциональных механизмов регуляции постепенно намечается переход к рациональным, волевым формам.

Личность и самооценка. Формируется дифференцированность самооценки и уровень притязаний. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки. Формируются внутренняя позиция школьника; гендерная и полоролевая идентичность, основы гражданской идентичности (представление о принадлежности к своей семье, национальная, религиозная принадлежность, соотнесение с названием своего места жительства, со своей культурой и страной); первичная картина мира, которая включает представление о себе, о других людях и мире в целом, чувство справедливости.

1.1.4. Планируемые результаты реализации образовательной области «Физическое развитие»

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

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

К четырем годам: ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм; ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку; ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе; ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье.

К пяти годам: ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями,

настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности; ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность; ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания; ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.

К шести годам: ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха; ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений; ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру; ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов; ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и др.); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих.

Планируемые результаты на этапе завершения освоения программы (к концу дошкольного возраста): у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества; ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими; ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены; ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пешим прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности; ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; ребенок проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности; ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта; ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает,

как поддержать, укрепить и сохранить его; ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям.

1.1.5. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

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

Цель: Получить оперативные данные о текущем реальном состоянии и тенденциях изменения объекта диагностирования. Это не столько изучение детей, сколько раскрытие ресурсов образовательной деятельности и эффективности их использования в дошкольной организации.

Задача педагогической диагностики – получить наиболее полную информацию об индивидуальных особенностях развития детей, на основании которой могут быть разработаны рекомендации по совершенствованию образовательной деятельности.

Периодичность проведения педагогической диагностики – в начале (сентябрь - октябрь) и в конце (апрель – май) учебного года. При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребенка в группе. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка.

Основным методом педагогической диагностики является наблюдение и тестирование. Ориентирами для наблюдения являются возрастные характеристики развития ребенка. Они выступают как обобщенные показатели возможных достижений детей на разных этапах дошкольного детства в соответствующих образовательных областях.

Результаты наблюдения фиксируются в карте развития ребенка. Фиксация данных наблюдения позволяет выявить и проанализировать динамику в развитии ребенка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учетом индивидуальных особенностей развития ребенка и его потребностей.

Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых выстраивается взаимодействие с детьми, организуется РППС, мотивирующая активную творческую деятельность обучающихся, составляются индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, целенаправленно проектируется образовательный процесс.

1.2 Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Выбор данных направлений соответствует потребностям и интересам детей, и социальному запросу родителей (законных представителей).

Работа по реализации вариативной части Программы строится на основе парциальных программ.

Парциальная программа «Развитие через движение: формирование двигательных способностей детей 3 – 7 лет»

Цель Программы – создание у детей устойчивой мотивации к систематической двигательной активности, расширение знаний о физической культуре, улучшение показателей физической подготовленности, обогащение двигательного опыта с помощью разнообразных упражнений, формирование социально значимых личностных качеств и развития творческих начал в двигательном самообразовании.

Задачи:

Оздоровительные:

- укрепление здоровья;
- физическое развитие;
- коррекция нарушений физического развития детей.

Образовательные:

- создание «школы движений», включающей формирование и совершенствование жизненно важных умений и навыков;
- дифференцированное воспитание у детей различных физических способностей, обеспечивающих должный уровень общей физической подготовленности;
- формирование умений реализовать свой физический потенциал в различных двигательных ситуациях, обогащающих общий двигательный опыт;
- приобретение знаний в области физической культуры, необходимых для самостоятельных занятий физическими упражнениями, сознательного использования их в повседневной жизни.

Воспитательные:

- формирование осознанной потребности в каждодневных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- содействие гармоничному развитию личности ребенка, включая воспитание духовно-нравственных, эстетических и волевых качеств.

Программа реализует основные общепедагогические **принципы** (активности, постепенности, систематичности, последовательности, наглядности, доступности), а также специальные принципы, отражающие специфические закономерности физического воспитания:

- всестороннего развития каждого ребенка, в том числе развитие социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических

качеств; инициативности, самостоятельности и ответственности;

– личностно-ориентированного взаимодействия взрослого с ребенком, что означает понимание (признание) уникальности, неповторимости каждого ребенка; поддержку и развитие инициативы в различных видах деятельности;

– интеграции образовательных областей;

– развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;

– возрастной адекватности и индивидуализации в процессе физического воспитания, то есть учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;

– непрерывности, обеспечивающий последовательность занятий и преемственность между ними;

– системного чередования нагрузок и отдыха, состоящий в сочетании высокой активности и отдыха в разных формах двигательной деятельности ребенка;

– цикличности, который заключается в повторяющейся последовательности занятий, что позволяет повысить тренированность, улучшить физическую подготовленность ребенка;

– оздоровительной направленности, дающий возможность решать задачи укрепления детского здоровья.

Особенности структуры Программы

Программа включает следующие разделы:

- «Знания о физической культуре»;
- «Способы двигательной деятельности»;
- «Физическое совершенствование».

Раздел «Знания о физической культуре» посвящен истории физической культуры и спорта, строению человека, личной гигиене, физическим способностям человека.

В разделе «Способы физкультурной деятельности» дети знакомятся с возможными движениями человека, осваивают основные жизненно важных умения и навыки.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» направлено на гармоничное физическое развитие дошкольников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья.

Одна из особенностей Программы – модульное распределение материала. Это позволяет в зависимости от погодных условий, материально-технической базы и интересов детей выбрать занятия физической культурой с элементами того или иного вида спорта либо сочетать компоненты представленных модулей.

Планируемые результаты освоения Программы

Требования ФГОС ДО к результатам освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики

возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

В предлагаемой Программе они разработаны в соответствии с требованиями ФГОС ДО к освоению образовательной области «Физическое развитие».

Целевые ориентиры физического развития на этапе завершения дошкольного образования (согласно ФГОС ДО):

– ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности, в том числе двигательной; способен выбирать себе род занятий, участников по двигательным играм;

– ребенок обладает установкой положительного отношения к двигательной активности;

– активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных двигательных 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 во время двигательных игр;

– ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в двигательной деятельности;

– 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 двигательной деятельности; может соблюдать правила безопасного поведения во время физических упражнений и двигательных игр, правила личной гигиены; – осознает пользу занятий физической культурой, ее роль в сохранении и укреплении здоровья;

– осознает необходимость здорового образа жизни, стремится к нему;

– владеет гимнастическими упражнениями;

– у ребенка сформировано целостное восприятие своих потенциальных возможностей.

Итогом освоения программы является:

активизация двигательной активности детей и приведение объема двигательного режима к возрастным нормам;

- развитие эмоционально-волевой сферы детей дошкольного возраста в процессе физического воспитания преимущественно через игровую деятельность;
- развитие двигательных способностей дошкольников в соответствии с возрастными нормами;
- сформированность интереса к выполнению физических упражнений;
- освоение двигательных умений и упражнений, направленных

на формирование правильной осанки, и профилактику плоскостопия.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Планирование образовательной деятельности детей по физическому развитию образовательной области ФГОС ДО и ФОП ДО

Задачи	Содержание	Виды деятельности	Инструментарий (формы, приёмы и методы)	ППРС (условия и средства)
От 3 до 4 лет				
<p>• Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других</p>	<p>Основные движения. Бросание, катание, ловля, метание. Прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку. Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках на расстоянии 4-5-6 м до кегли (взять ее, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3- 4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или</p>	<p>Двигательная, игровая, коммуникативная, трудовая, музыкальная.</p>	<p>Традиционные формы (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия). Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3–4 года). Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. Пензулаева Л. И.</p>	<p>Мячи, обручи, флажки, ленты на колечках, тонкий канат, кубики, дуги для подлезания, массажные мячи, кольцоброс</p>

<p>детей, соблюдать правила в игре.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал. • Формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность. • Укрепляют здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного 	<p>гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола.</p> <p>Ходьба. Ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом.</p> <p>Бег. Бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убежание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50–60 сек; быстрый бег 10- 15 м; медленный бег 120-150 м.</p> <p>Прыжки. Прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2- 3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см).</p> <p>Упражнение в равновесии. Ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15–20 см, длина 2–2,5 м.), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на</p>		<p>Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–4 лет.</p> <p>Степаненкова Э. Я.</p> <p>Комплексы упражнений для детей 3-4 лет.</p> <p>Федорова С. Ю.</p> <p>Малоподвижные игры и игровые упражнения (3-7 лет).</p>	
---	---	--	---	--

<p>поведения в двигательной деятельности.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Закрепить культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни. 	<p>носках, с остановкой.</p> <p>Общеразвивающие упражнения. Выполнение вместе с педагогом упражнений из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и др.).</p> <p>Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); перекладывание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук.</p> <p>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно.</p> <p>Упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад.</p> <p>Музыкально-ритмические упражнения. Включение в содержание физкультурных занятий отдельных музыкально-ритмических упражнений, разученных на музыкальных занятиях, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения — разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый</p>			
--	--	--	--	--

	<p>котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и т.д.).</p> <p>Строевые упражнения. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, врассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.</p> <p>Подвижные игры. Поддержание активности детей в процессе двигательной деятельности, организация сюжетных и несюжетных подвижных игр. Воспитание умения действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).</p> <p>Спортивные упражнения. Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.</p> <p>Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.</p> <p>Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.</p> <p>Плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.</p>			
От 4 до 5 лет				
<ul style="list-style-type: none"> • обогащают двигательный опыт детей, способствуя техническому выполнению упражнений основной гимнастики (строевые 	<p>Основные движения.</p> <p>Бросание, катание, ловля, метание. Прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в</p>	<p>Двигательная, игровая, коммуникативная, трудовая, музыкальная.</p>	<p>Традиционные формы (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия). Пензулаева Л. И. Физическая культура в</p>	<p>Мячи, обручи, гимнастические палки, флажки, ленты на колечках, тонкий канат,</p>

<p>упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;</p> <ul style="list-style-type: none"> • формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве; • воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность 	<p>паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м.</p> <p>Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком.</p> <p>Ходьба. Ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной).</p> <p>Бег. Бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в</p>		<p>детском саду: Средняя группа (4–5 лет). Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров Развивающая педагогика оздоровления. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 4–5 лет. Оздоровительная гимнастика. Степаненкова Э. Я.</p>	<p>кубики, дуги для подлезания, массажные мячи, кегли, кольцоброс, массажные дорожки, гимнастическая лестница, мишени</p>
--	--	--	--	---

<p>при выполнении физических упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> • продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта; • укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания; • формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, 	<p>чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег врассыпную с ловлей и увертыванием.</p> <p>Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой.</p> <p>Упражнение в равновесии. Ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.</p> <p>Общеразвивающие упражнения. Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Выполнение общеразвивающих упражнений из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и др. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы</p>		<p>Комплексы упражнений для детей 4-5 лет. Федорова С. Ю. Малоподвижные игры и игровые упражнения (3-7 лет).</p>	
---	--	--	--	--

<p>способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.</p>	<p>физкультурно-оздоровительной работы.</p> <p>Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы.</p> <p>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднимание ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках.</p> <p>Упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднимание на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.</p> <p>Ритмическая гимнастика. Включение в комплексы общеразвивающих упражнений музыкально-ритмических упражнений, разученных на музыкальном занятии, (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры.</p> <p>Упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное</p>			
--	---	--	--	--

	<p>«выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.</p> <p>Строевые упражнения. Построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.</p> <p>Подвижные игры. Продолжать закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощрять желание выполнять роль водящего, развивать пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучать к выполнению правил, поощрять проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).</p> <p>Спортивные упражнения. Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга. Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.</p> <p>Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступаящим шагом» и «полуелочкой».</p> <p>Плавание: погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.</p>			
--	--	--	--	--

От 5 до 6 лет				
<ul style="list-style-type: none"> • обогащают двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки; • развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и 	<p>Основные движения. Бросание, катание, ловля, метание. Прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и др.); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину.</p> <p>Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом.</p> <p>Ходьба. Ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты.</p> <p>Бег. Бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением</p>	<p>Двигательная, игровая, коммуникативная, трудовая, музыкальная.</p>	<p>Традиционные формы (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия). Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет). Пензулаева Л. И. Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров Развивающая педагогика оздоровления.</p>	<p>Мячи, обручи, гимнастические палки, флажки, ленты на колечках, тонкий канат, кубики, дуги для подлезания, массажные мячи, кегли, кольцоброс, массажные дорожки, гимнастическая лестница, мишени, баскетбольная корзина, скакалки, летающие тарелки</p>

<p>самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;</p> <ul style="list-style-type: none"> • воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха; • продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов; • укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, 	<p>на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой.</p> <p>Прыжки. Подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега. Прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3–5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку.</p> <p>Упражнения в равновесии. Ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и</p>		<p>Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 5–6 лет. Степаненкова Э. Я. Комплексы упражнений для детей 5-6 лет. Е.А.Алябьева Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5 – 7 лет. Федорова С. Ю. Малоподвижные игры и игровые упражнения (3-7 лет). Волошина</p>	
--	--	--	---	--

<p>укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;</p> <ul style="list-style-type: none"> • расширять представление о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха; • воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских 	<p>расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».</p> <p>Общеразвивающие упражнения. Поддержка со стороны педагога стремления детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и др.). Упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.</p> <p>Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднятие рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднятие рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжатие и разжатие кистей.</p> <p>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднятие рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднятие ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине.</p> <p>Упражнения для развития и укрепления мышц ног и</p>			
--	--	--	--	--

<p>прогулок и экскурсий.</p>	<p>брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место.</p> <p>Ритмическая гимнастика. Включение в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры музыкально-ритмических упражнений и комплексов общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики).</p> <p>Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.</p> <p>Строевые упражнения. Продолжать обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.</p> <p>Подвижные игры. Продолжать закреплять и</p>			
------------------------------	---	--	--	--

	<p>совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Педагог оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность. Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.</p> <p>Спортивные игры. Обучение детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от погодных условий.</p> <p>Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур. Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам. Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.</p> <p>Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой</p>			
--	---	--	--	--

	<p>друг другу (3–5 м); игра по упрощенным правилам.</p> <p>Спортивные упражнения. Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.</p> <p>Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуелочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.</p> <p>Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.</p> <p>Плавание: с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом.</p>			
От 6 до 7 лет				
<ul style="list-style-type: none"> • обогащают двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять 	<p>Основные движения. Бросание, катание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой</p>	<p>Двигательная, игровая, коммуникативная, трудовая, музыкальная.</p>	<p>Традиционные формы (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия). Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе</p>	<p>Мячи, обручи, гимнастические палки, флажки, ленты на колечках, тонкий канат, кубики, дуги для подлезания,</p>

<p>физические упражнения, осваивать туристские навыки;</p> <ul style="list-style-type: none"> • развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; • способствовать развитию самоконтроля, самостоятельности, творчества; • поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимодействие в команде; • воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной 	<p>ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).</p> <p>Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; взлезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); взлезание по канату на доступную высоту.</p> <p>Ходьба. Ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях.</p> <p>Бег. Бег в колонне по одному, враспынную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности.</p> <p>Прыжки. Подпрыгивания на двух ногах 30 раз в</p>		<p>группа (6–7 лет). Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ. В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров Развивающая педагогика оздоровления. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 6–7 лет. Оздоровительная гимнастика. Степаненкова Э. Я. Комплексы упражнений</p>	<p>массажные мячи, кегли, кольцоброс, массажные дорожки, гимнастическая лестница, мишени, баскетбольная корзина, скакалки, летающие тарелки, бадминтон, городки</p>
--	--	--	---	---

<p>деятельности и различных формах активного отдыха;</p> <ul style="list-style-type: none"> • формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта; • сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, 	<p>чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование. Прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку – прыжок – выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.</p> <p>Упражнение в равновесии. Подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».</p> <p>Общеразвивающие упражнения. Разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных</p>		<p>для детей 6-7 лет. Е.А.Алябьева Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5 – 7 лет. Федорова С. Ю. Малоподвижные игры и игровые упражнения (3-7 лет). Степаненкова Э. Я. Сборник подвижных игр для занятий с детьми</p>	
---	---	--	---	--

<p>спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;</p> <ul style="list-style-type: none"> • воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям. 	<p>исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и др.).</p> <p>Поддержка и поощрение инициативы, самостоятельности и творчества детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы. Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики.</p> <p>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине. Упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место.</p> <p>Ритмическая гимнастика. Включение в содержание</p>			
--	---	--	--	--

	<p>физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры музыкально-ритмических упражнений и комплексов общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики).</p> <p>Упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.</p> <p>Строевые упражнения. Совершенствуются навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); расчет на первый – второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.</p> <p>Подвижные игры. Продолжается знакомство детей с подвижными играми, поощряется использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игрэстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве. Поддержка стремления детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры</p>			
--	--	--	--	--

	<p>со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждать проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощрение творчества детей, желания детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжается воспитание сплоченности, взаимопомощи, чувства ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствовать формированию духовнонравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.</p> <p>Спортивные игры. Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4–5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.</p> <p>Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.</p> <p>Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяча «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.</p> <p>Элементы хоккея: (без коньков – на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание</p>			
--	--	--	--	--

	<p>шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.</p> <p>Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.</p> <p>Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.</p> <p>Спортивные упражнения. Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.</p> <p>Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднятие на горку «лесенкой», «елочкой».</p> <p>Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.</p> <p>Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.</p> <p>Плавание: погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх – вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10–15 м); упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.</p>			
--	---	--	--	--

2.2. Поддержка детской индивидуальности

Возраст	Направления
От 3 лет до 4 лет	Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения). Подвижные игры и игровые упражнения. Формирование основ здорового образа жизни. Активный отдых (Физкультурные досуги. Дни здоровья.)
От 4 лет до 5 лет	Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения). Подвижные игры. Спортивные упражнения. Формирование основ здорового образа жизни. Активный отдых (Физкультурные досуги. Дни здоровья.)
От 5 лет до 6 лет	Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения). Подвижные игры. Спортивные игры. Спортивные упражнения. Формирование основ здорового образа жизни. Активный отдых (Физкультурные досуги. Дни здоровья. Туристские прогулки и экскурсии)
От 6 лет до 7 лет	Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения). Подвижные игры и игровые упражнения. Формирование основ здорового образа жизни. Активный отдых (Физкультурные досуги. Дни здоровья.) Активный отдых (Физкультурные досуги. Дни здоровья. Туристские прогулки и экскурсии. Пешеходные прогулки.

2.3. Активный отдых. Физкультурные праздники и досуги

Месяц	Праздники, досуги, развлечения	Спортивная работа. Городские соревнования (Поддержка детской одарённости)
сентябрь	1. Спортивное состязание: «Быстрее, выше, сильнее» (старшие, подготовительные группы)	_____
октябрь	1. Турнир по настольному хоккею (средние группы)	Муниципальный фестиваль подвижных игр
ноябрь	1. День Здоровья (Все возрастные группы)	_____
декабрь	Досуг «Теремок» (II-мл группы)	Спартакиада среди воспитанников ДОУ мо г.Новый Уренгой «Папа, мама, я – спортивная семья»
январь	1. Квест-игра по безопасности «Азбука безопасности»	
февраль	1. Физкультурно-музыкальный праздник, посвящённый Дню защитника Отечества	1. Спартакиада среди воспитанников ДОУ мо г.Новый Уренгой «Легкоатлетическая эстафета», «Челночный бег». 2. Интеллектуально-спортивное многоборье «Олимпионик»
март	1. Досуг «Игры народов Севера» (старшие, подготовительные группы)	Спартакиада среди воспитанников ДОУ мо г.Новый Уренгой «Прыжки в длину»
апрель	1. Досуг «Космонавтом быть хочу – пусть меня научат»	1. Спартакиада среди воспитанников ДОУ мо г.Новый Уренгой «Весёлые старты» 2. Муниципальные соревнования по Роуп-скиппингу
май	1. Досуг «В гостях у Светофора» (с целью профилактики ДДТТ в летне-оздоровительный период) 2. Физкультурно-музыкальный праздник, посвящённый Дню защиты детей	_____

2.4. Формирование основ здорового образа жизни (Взаимодействие с педагогами)

Содержание	Инструментарий (формы, методы и приёмы)
От 3 до 4 лет	
<p>Педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).</p>	<p>Наглядно-дидактический комплект «Культурно-гигиенические и трудовые навыки»: алгоритм в картинках. 3 - 4 года. ФГОС ДО</p>
От 4 до 5 лет	
<p>Педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и др.), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.</p>	<p>В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров Развивающая педагогика оздоровления.</p>
От 5 до 6 лет	
<p>Педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и др.) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет</p>	<p>О.Б.Соковиков, Л.А.Новикова, Т.В.Левченкова «Развитие через движение: формирование двигательных способностей детей 3-7 лет», парциальная программа, Москва,</p>

<p>представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивными инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).</p>	<p>ВАРСОН. Раздел «Знания о физической культуре» Раздел «Способы физкультурной деятельности» Раздел «Физическое совершенствование»</p>
<p>От 6 до 7 лет</p>	
<p>Педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и др.), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивными инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.</p>	<p>О.Б.Соковиков, Л.А.Новикова, Т.В.Левченкова «Развитие через движение: формирование двигательных способностей детей 3-7 лет», парциальная программа, Москва, ВАРСОН. Раздел «Знания о физической культуре» Раздел «Способы физкультурной деятельности» Раздел «Физическое совершенствование»</p>

2.5. Планирование взаимодействия с семьями воспитанников по реализации образовательной программы

Месяц	Форма взаимодействия
сентябрь	Памятка «Требования к спортивной одежде для занятий физической культурой в ДОУ»
октябрь	Беседа: «Ваш ребенок на занятиях по физической культуре»
ноябрь	Рекомендации: «Профилактика ОРЗ и гриппа»
декабрь	Беседа: «Зимние прогулки». Спартакиада среди воспитанников ДОУ мо г.Новый Уренгой «Папа, мама, я – спортивная семья»
январь	Консультация: «Игры с мячом»
февраль	Брошюра – рекомендация: “Дыхательная гимнастика и её плюсы”
март	Консультация, практическое занятие: «Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата»
апрель	Рекомендации: «Домашний «стадион»
май	Беседа «Активный семейный отдых летом»

2.6. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы

Согласно ФГОС ДО, при осуществлении физического воспитания дошкольников, используются следующие формы реализации программы в соответствии с возрастными особенностями детей:

- игровая подвижная деятельность;
- общение с взрослым (ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное) и сверстниками (ситуативно-деловое, внеситуативно-деловое);
- речевая деятельность (слушание речи взрослого и сверстников, активная диалогическая и монологическая речь);
- двигательная деятельность (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр и др.);
- элементарная трудовая деятельность (помощь педагогу при расстановке и уборке спортивного инвентаря);
- музыкальная деятельность (музыкально-ритмические движения).

Для достижения задач воспитания в ходе реализации программы применяются следующие методы:

- организации опыта поведения и деятельности (приучение к положительным формам общественного поведения, игровые методы);
- осознания детьми опыта поведения и деятельности (разъяснение норм и правил поведения, этические беседы, обсуждение поступков, личный пример);
- мотивации опыта поведения и деятельности (поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы).

При организации обучения целесообразно дополнять традиционные методы (словесные, наглядные, практические) методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

- информационно-рецептивный метод – предъявление информации, организация действий ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, демонстрация мультфильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагога или детей);
- репродуктивный метод – создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца педагога);

- метод проблемного изложения – постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе преодоления двигательного препятствия;
- эвристический метод (частично-поисковый) – проблемная задача делится на части – проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях).

Для решения задач воспитания и обучения широко применяется метод проектов. Он способствует развитию у детей исследовательской активности, познавательных интересов, коммуникативных и творческих способностей, навыков сотрудничества и др. Выполняя совместные проекты, дети получают представления о своих возможностях, умениях, потребностях. При выборе методов воспитания и обучения, учитываются возрастные и личностные особенности детей, педагогический потенциал каждого метода, условия его применения, реализуемые цели и задачи, прогнозируются возможные результаты. Для решения задач воспитания и обучения целесообразно использовать комплекс методов.

При реализации программы используются различные средства, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов: демонстрационные; визуальные, аудиальные, аудиовизуальные; естественные и искусственные; реальные и виртуальные.

Вариативность форм, методов и средств реализации программы зависит не только от учета возрастных особенностей обучающихся, их индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и от личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей. Важное значение имеет признание приоритетной субъективной позиции ребенка в образовательном процессе.

При выборе форм, методов, средств реализации программы учитываются субъектные проявления ребенка в деятельности:

- интерес к миру и культуре;
- избирательное отношение к социокультурным объектам и разным видам деятельности;
- инициативность и желание заниматься той или иной деятельностью;
- самостоятельность в выборе и осуществлении деятельности;
- творчество в создании продуктов деятельности.

Выбор педагогически обоснованных форм, методов, средств реализации программы, адекватных образовательным потребностям и предпочтениям детей, их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает их вариативность.

2.7. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

КРР и/или инклюзивное образование направлено на обеспечение

коррекции нарушений развития у различных категорий детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ и детей-инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации. КРР представляет собой комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития.

Задачи КРР:

- определение ООП обучающихся, в том числе с трудностями освоения образовательной программы;
- осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с учетом особенностей их психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями ПМПК или ППК;
- оказание родителям (законным представителям) обучающихся консультативной психолого-педагогической помощи по вопросам развития и воспитания детей дошкольного возраста;
- содействие поиску и отбору одаренных обучающихся, их творческому развитию;
- реализация комплекса индивидуально ориентированных мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений в развитии и проблем поведения.

КРР организуется:

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

КРР реализуется в форме групповых и/или индивидуальных коррекционно-развивающих занятий.

Содержание КРР для каждого обучающегося определяется с учетом его ООП на основе рекомендаций ППК ДОО.

В образовательной практике определяются нижеследующие категории целевых групп обучающихся для оказания им адресной психологической помощи и включения их в программы психолого-педагогического сопровождения:

1. Нормотипичные дети с нормативным кризисом развития.
2. Обучающиеся с ООП: с ОВЗ и/или инвалидностью, получившие статус в установленном порядке; обучающиеся по индивидуальному учебному плану/учебному расписанию на основании медицинского заключения (ЧБД); обучающиеся, испытывающие трудности в освоении образовательных

программ, развитии, социальной адаптации; одаренные обучающиеся.

3. Дети и/или семьи, находящиеся в трудной жизненной ситуации, признанные таковыми в нормативно установленном порядке.

4. Дети и/или семьи, находящиеся в социально опасном положении (безнадзорные, беспризорные, склонные к бродяжничеству), признанные таковыми в нормативно установленном порядке.

5. Обучающиеся «группы риска»: проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных проявлений (импульсивность, агрессивность, неустойчивая или крайне низкая/завышенная самооценка, завышенный уровень притязаний).

КРР с обучающимися целевых групп в осуществляется в ходе образовательного процесса, во всех видах и формах деятельности, как в совместной деятельности детей в условиях дошкольной группы, так и в форме коррекционноразвивающих групповых/индивидуальных занятий.

КРР строится дифференцированно в зависимости от имеющихся у обучающихся дисфункций и особенностей развития и предусматривает индивидуализацию психолого-педагогического сопровождения.

Содержание КРР на уровне ДО

Диагностическая работа включает:

- своевременное выявление детей, нуждающихся в психолого-педагогическом сопровождении;
- раннюю (с первых дней пребывания обучающегося в ДОО) диагностику отклонений в развитии и анализ причин трудностей социальной адаптации;
- комплексный сбор сведений об обучающемся на основании диагностической информации от специалистов разного профиля;
- определение уровня актуального и зоны ближайшего развития обучающегося с ОВЗ, с трудностями в обучении и социализации, выявление его резервных возможностей;
- изучение уровня общего развития обучающихся (с учетом особенностей нозологической группы), возможностей вербальной и невербальной коммуникации со сверстниками и взрослыми;
- изучение развития эмоционально-волевой сферы и личностных особенностей обучающихся;
- изучение индивидуальных образовательных и социально-коммуникативных потребностей обучающихся;
- изучение социальной ситуации развития и условий семейного воспитания ребенка;
- изучение направленности детской одаренности;
- изучение, констатацию в развитии ребенка его интересов и склонностей, одаренности;
- мониторинг развития детей и предупреждение возникновения

психолого-педагогических проблем в их развитии;

- выявление детей-мигрантов, имеющих трудности в обучении и социально-психологической адаптации, дифференциальная диагностика и оценка этнокультурной природы имеющихся трудностей;
- всестороннее психолого-педагогическое изучение личности ребенка;
- выявление и изучение неблагоприятных факторов социальной среды и рисков образовательной среды;
- системный разносторонний контроль специалистов за уровнем и динамикой развития обучающегося, а также за созданием необходимых условий, соответствующих особым (индивидуальным) образовательным потребностям обучающегося.

КРР включает:

- выбор оптимальных для развития обучающегося коррекционно-развивающих программ/методик психолого-педагогического сопровождения в соответствии с его особыми (индивидуальными) образовательными потребностями;
- организацию, разработку и проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, необходимых для преодоления нарушений поведения и развития, трудностей в освоении образовательной программы и социализации;
- коррекцию и развитие высших психических функций;
- развитие эмоционально-волевой и личностной сферы обучающегося и психологическую коррекцию его поведения;
- развитие коммуникативных способностей, социального и эмоционального интеллекта обучающихся, формирование их коммуникативной компетентности;
- коррекцию и развитие психомоторной сферы, координации и регуляции движений;
- создание условий, обеспечивающих развитие, обучение и воспитание детей с ярко выраженной познавательной направленностью, высоким уровнем умственного развития или иной направленностью одаренности;
- создание насыщенной РППС для разных видов деятельности;
- формирование инклюзивной образовательной среды, в том числе обеспечивающей включение детей иностранных граждан в российское образовательное пространство с сохранением культуры и идентичности, связанных со страной исхода\происхождения;
- оказание поддержки ребенку в случаях неблагоприятных

условий жизни, психотравмирующих обстоятельствах при условии информирования соответствующих структур социальной защиты;

- преодоление педагогической запущенности в работе с обучающимся, стремление устранить неадекватные методы воспитания в семье во взаимодействии родителей (законных представителей) с детьми;
- помощь в устранении психотравмирующих ситуаций в жизни ребенка.

Консультативная работа включает:

- разработку рекомендаций по основным направлениям работы с обучающимся с трудностями в обучении и социализации, единых для всех участников образовательных отношений;
- консультирование специалистами педагогов по выбору индивидуально ориентированных методов и приемов работы с обучающимся;
- консультативную помощь семье в вопросах выбора оптимальной стратегии воспитания и приемов КРР с ребенком.

Информационно-просветительская работа предусматривает:

- различные формы просветительской деятельности (лекции, беседы, информационные стенды, печатные материалы, электронные ресурсы), направленные на разъяснение участникам образовательных отношений – обучающимся (в доступной для дошкольного возраста форме), их родителям (законным представителям), педагогическим работникам – вопросов, связанных с особенностями образовательного процесса и психолого-педагогического сопровождения обучающихся, в том числе с ОВЗ, трудностями в обучении и социализации;
- проведение тематических выступлений, онлайн-консультаций для педагогов и родителей по разъяснению индивидуально-типологических особенностей различных категорий обучающихся, в том числе с ОВЗ, трудностями в обучении и социализации.

Реализация КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми – инвалидами согласно нозологическим группам, осуществляется в соответствии с ФАОП ДО.

КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами предусматривает предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся, коррекцию нарушений психического и физического развития средствами коррекционной педагогики, специальной психологии и медицины; формирование у обучающихся механизмов компенсации

дефицитарных функций, не поддающихся коррекции, в том числе с использованием ассистивных технологий.

КРР с ЧБД имеет выраженную специфику. ЧБД характеризуются повышенной заболеваемостью вирусными и вирусно-бактериальными респираторными инфекциями, которые не связаны с врожденными, наследственными или приобретенными патологическими состояниями, приводящими к большому количеству пропусков ребенком в посещение ДОО.

ЧБД свойственны выраженная тревожность, боязливость, неуверенность в себе, быстрая утомляемость. Специфические особенности межличностного взаимодействия и деятельности ЧБД: ограниченность круга общения больного ребенка, объективная зависимость от взрослых (родителей, педагогов), стремление постоянно получать от них помощь. Для ЧБД старшего дошкольного возраста характерны изменения в отношении ведущего вида деятельности – игры, что оказывает негативное влияние на развитие его личности и эмоциональное благополучие. В итоге у ребенка появляются сложности в освоении программы и социальной адаптации.

Направленность КРР с ЧБД:

- коррекция/развитие коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сфер, познавательных процессов;
- снижение тревожности;
- помощь в разрешении поведенческих проблем;
- создание условий для успешной социализации, оптимизация межличностного взаимодействия со взрослыми и сверстниками.

Включение ЧБД в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основании медицинского заключения и рекомендаций ППК по результатам психологической и педагогической диагностики.

Направленность КРР с одаренными обучающимися на дошкольном уровне образования:

- определение вида одаренности, интеллектуальных и личностных особенностей детей, прогноз возможных проблем и потенциала развития;
- вовлечение родителей в образовательный процесс и установление с ними отношений сотрудничества как обязательного условия поддержки и развития одаренного ребенка, как в ДОО, так и в условиях семейного воспитания;
- создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку, обстановки, формирующей у ребенка чувство собственной значимости, поощряющей проявление его индивидуальности;
- сохранение и поддержка индивидуальности ребёнка, развитие его индивидуальных способностей и творческого

потенциала как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой;

- формирование коммуникативных навыков и развитие эмоциональной устойчивости;
- организация предметно-развивающей, обогащённой образовательной среды в условиях ДОО, благоприятную для развития различных видов способностей и одаренности.

Включение ребенка в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК по результатам психологической и педагогической диагностики.

Направленность КРР с билингвальными обучающимися, детьми мигрантов, испытывающими трудности с пониманием государственного языка РФ на дошкольном уровне образования:

- развитие коммуникативных навыков, формирование чувствительности к сверстнику, его эмоциональному состоянию, намерениям и желаниям;
- формирование уверенного поведения и социальной успешности;
- коррекцию деструктивных эмоциональных состояний, возникающих вследствие попадания в новую языковую и культурную среду (тревога, неуверенность, агрессия);
- создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку.

Таким образом, работа по социализации и языковой адаптации детей иностранных граждан, организуется с учетом особенностей социальной ситуации каждого ребенка персонально.

Психолого-педагогическое сопровождение детей данной целевой группы может осуществляться в контексте общей программы адаптации ребенка к ДОО.

В случаях выраженных проблем социализации, личностного развития и общей дезадаптации ребенка, его включение в программу КРР может быть осуществлено на основе заключения ППК по результатам психологической диагностики или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.

К целевой группе обучающихся «группы риска» могут быть отнесены дети, имеющие проблемы с психологическим здоровьем;

- эмоциональные проблемы (повышенная возбудимость, апатия, раздражительность, тревога, появление фобий);
- поведенческие проблемы (грубость, агрессия, обман);
- проблемы неврологического характера (потеря аппетита);
- проблемы общения (стеснительность, замкнутость, излишняя чувствительность, выраженная нереализованная потребность в лидерстве);

- проблемы регуляторного характера (расстройство сна, быстрая утомляемость, навязчивые движения, двигательная расторможенность, снижение произвольности внимания).

Направленность КРР с обучающимися, имеющими девиации развития и поведения на дошкольном уровне образования:

- коррекция/развитие социально-коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сферы;
- помощь в решении поведенческих проблем;
- формирование адекватных, социально-приемлемых способов поведения;
- развитие рефлексивных способностей;
- совершенствование способов саморегуляции.

Включение ребенка из «группы риска» в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК по результатам психологической диагностики или по обоснованному запросу педагога/родителей (законных представителей).

2.8. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		Самостоятельная деятельность детей	Образовательная деятельность в семье
Организованная образовательная деятельность	Образовательная деятельность в режимных моментах		
<p>Физкультурные Занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - традиционные; - игровые; - сюжетные; <p>тематические (с одним предметом); комплексные (с элементами развития речи, математики, конструирования)</p> <p>;</p> <ul style="list-style-type: none"> -контрольно-учётные; -круговые тренировки; 	<p>Индивидуальная работа с детьми.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Игровые ситуации.</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - классическая - игровая - полоса препятствий <p>-музыкально-ритмическая</p> <ul style="list-style-type: none"> -аэробика, - имитационные движения. <p>Физкультминутки.</p> <p>Динамические паузы.</p> <p>Подвижные игры.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Игровые ситуации.</p> <p>Проблемные ситуации.</p> <p>Имитационные движения.</p>	<p>Спортивные уголки в группах с набором оборудования для двигательной деятельности детей в режиме дня.</p> <p>Атрибуты для подвижных игр.</p> <p>Оборудование для спортивных игр.</p>	<p>Беседы, совместные игры походы, занятия в спортивных секциях.</p> <p>Подвижные игры, игровые упражнения, имитационные движения.</p>

<p>-прогулки -на спортивных комплексах и тренажёрах; -на танцевальном материале -из серии «Забочусь о своём здоровье»; -на воздухе.</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - с предметами, - без предметов - имитационные <ul style="list-style-type: none"> - Игры с элементами спорта. <p>Спортивные упражнения.</p>	<p>Спортивные праздники и развлечения.</p> <p>Гимнастика после дневного сна.</p> <p>Упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> -корректирующие <ul style="list-style-type: none"> - классические -коррекционные: <ul style="list-style-type: none"> двигательно-игровой час, <ul style="list-style-type: none"> - эстафеты -народные игры - спортивные упражнения <ul style="list-style-type: none"> - спортивные игры (городки, элементы баскетбола, бадминтон, элементы хоккея, элементы футбола, элементы настольного тенниса) - беседы о спорте, спортивных достижениях - продуктивная деятельность (рисование, лепка, аппликация и др.) на спортивные темы 		
---	---	--	--

2.9. Рабочая программа воспитания

2.9.1. Пояснительная записка

Программа воспитания основана на воплощении национального воспитательного идеала, который понимается как высшая цель образования, нравственное (идеальное) представление о человеке.

Ценности жизнь и здоровье лежат в основе физического и оздоровительного направления воспитания.

Целевые ориентиры воспитания следует рассматривать как возрастные характеристики возможных достижений ребенка, которые коррелируют с портретом выпускника ДОО и с традиционными ценностями российского общества.

С учетом особенностей социокультурной среды, в которой воспитывается ребенок, в программе воспитания находит отражение взаимодействие всех субъектов воспитательных отношений. Реализация Программы воспитания предполагает социальное партнерство ДОО с другими учреждениями образования и культуры, в т. ч. системой дополнительного образования детей.

Структура Программы воспитания включает три раздела —

целевой, содержательный и организационный.

2.9.2. Целевой раздел Программы воспитания

Цели и задачи физического и оздоровительного направления воспитания

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

Ценности жизнь и здоровье лежит в основе физического и оздоровительного направления воспитания. Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становления осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.

Целевые ориентиры воспитания

Деятельность педагога нацелена на перспективу становления личности и развития ребенка. Поэтому планируемые результаты представлены в виде целевых ориентиров как обобщенные «портреты» ребенка к концу дошкольного возраста.

В соответствии с ФГОС ДО оценка результатов воспитательной работы не осуществляется, так как целевые ориентиры основной образовательной программы дошкольного образования не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей.

Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения программы

Направления воспитания - физическое и оздоровительное.

Ценности - здоровье, жизнь.

Целевые ориентиры - владеющий основными навыками личной и общественной гигиены. Стремящийся соблюдать правила безопасного поведения в быту, социуме (в том числе в цифровой среде), природе.

2.9.3. Содержательный раздел Программы воспитания

Правила безопасности в детском саду и на улице. Абсолютно безопасной среды для детей не существует. Дети исследуют своё окружение, изучают границы своих возможностей, приобретают умения и навыки через определённые вызовы.

Например, самостоятельность может развиваться при условии свободной деятельности, что потенциально связано с возможностью возникновения неизвестных ситуаций.

Только так могут развиваться саморегуляция, осознание своих

возможностей, границ, чувство опасности и осторожное осмотрительное поведение.

Компонент культуры безопасности: формирование системы знаний об источниках опасности, средствах их предупреждения и преодоления.

Виды детской деятельности, формы их организации: детское экспериментирование, организация наблюдений, трудовая деятельность, подвижные игры и др.

Компонент культуры безопасности: формирование компетенций безопасного поведения.

Виды детской деятельности, формы их организации: анализ ситуации (естественных, специально созданных, воображаемых), погружение в игровые проблемные ситуации, ситуации морального выбора общения и взаимодействия, практическая деятельность детей по решению повседневных, трудовых, коммуникативных, интеллектуальных творческих задач.

Образовательная область «Физическое развитие» соотносится с физическим и оздоровительным направлениями воспитания.

Решение задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- формирование у ребенка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническими нормам и правилами;
- воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребенка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

Компонент культуры безопасности: физическая готовность к преодолению опасных ситуаций.

Виды детской деятельности, формы их организации: подвижные игры, упражнения, трудовая и продуктивная деятельность, игры имитационного характера, развитие физических качеств, специализированные упражнения по формированию двигательных умений, которые могут пригодиться в опасных ситуациях.

Формы совместной деятельности в образовательной организации

Работа с родителями. Работа с родителями (законными представителями) детей дошкольного возраста строится на принципах ценностного единства и сотрудничества всех субъектов социокультурного окружения ДОО.

Виды и формы деятельности по организации сотрудничества с родителями (законными представителями): родительское собрание; консультации, детско-родительский клуб «Все – на старт!», физкультурно-музыкальные праздники.

Виды организации совместной деятельности взрослого и ребенка в образовательных ситуациях: ситуативная беседа, советы, вопросы; воспитывающая (проблемная) ситуация, демонстрация собственной нравственной позиции педагогом, личный пример педагога, приучение к вежливому общению, поощрение (одобрение, тактильный контакт, похвала, поощряющий взгляд).

Взаимодействие с социальными партнёрами различных социокультурных институтов

Организации, учреждения	Формы сотрудничества
ЦНК «Монтажник»	Досуги, беседы из цикла «Коренные жители Ямала» (Реализация направления регионального компонента).
Управление физической культуры и спорта Администрации города Новый Уренгой	Участие в городской Спартакиаде среди ДОУ «Старты надежд»
Отдел государственной инспекции безопасности дорожного движения ОМВД России по городу Новый Уренгой (ОГИБДД ОМВД по городу Новый Уренгой)	Профилактическая работа по сохранению жизни и здоровья детей с сотрудниками МАДОУ, детьми и родителями. Проведение экскурсий. Организация и проведение акций. Движение «Родительский патруль». Отряд ЮИДД (юные инспекторы дорожного движения)
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Городской Дворец творчества «Академия талантов»	Участие в интеллектуально-спортивных многоборьях (Реализация направления регионального компонента). Участие в фестивале подвижных игр.

2.9.4. Организационный раздел Программы воспитания

1. Лыкова, И.А. Парциальная образовательная программа «Мир Без Опасности». — М.: Цветной мир, 2017.
2. Лыкова И.А. Детская безопасность. Вторая младшая группа. Учебнометодическое пособие для реализации парциальной программы «Мир Без Опасности». — М.: Цветной мир, 2017.
3. Лыкова И.А. Детская безопасность. Средняя группа. Учебнометодическое пособие для реализации парциальной программы «Мир Без Опасности». — М.: Цветной мир, 2017.
4. Лыкова И.А. Детская безопасность. Старшая группа. Учебнометодическое пособие для реализации парциальной программы «Мир Без Опасности». — М.: Цветной мир, 2017.
5. Лыкова И.А. Детская безопасность. Подготовительная к школе группа. Учебнометодическое пособие для реализации парциальной программы «Мир Без Опасности». — М.: Цветной мир, 2017.
6. Комплексная образовательная программа воспитания детей раннего возраста «Теремок» / Науч. рук. И.А. Лыкова; науч. ред. А.И. Буренина, И.А. Лыкова, О.С. Ушакова и др. — М.: Цветной мир, 2017. поведения. Учебнометодическое пособие для реализации парциальной программы «Мир Без Опасности». — М.: Цветной мир, 2015.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Развивающая предметно-пространственная среда соответствует:

- требованиям ФГОС ДО;
- образовательной программе ДОО;
- материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в ДОО; возрастным особенностям детей;
- воспитывающему характеру обучения детей в ДОО;
- требованиям безопасности и надежности.

Развивающая предметно-пространственная среда в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства детского сада для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учёта особенностей и коррекции недостатков их развития.

Предметно-развивающая среда отвечает требованиям Программы и является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной, здоровьесберегающей, эстетически-привлекательной.

№ n/n	Наименование оборудования	Количество
Физкультурный зал		
1.	Мешочки для метания с гранулами 100г	6
2.	Мячи резиновые малые	9
3.	Мячи резиновые большие	16
4.	Мячи набивные (1кг)	2
5.	Мячи баскетбольные	3
6.	Прыгающий мяч с ручкой	15
7.	Мяч-фитбол	10
8.	Степы	8
9.	Булавы	20
10.	Гимнастические ленты	10
11.	Баскетбольная стойка	2
12.	Диск «Здоровье»	10
13.	Фишки для разметки	20
14.	Стойки для разметки	8
15.	Обруч пластмассовый плоский диаметром 50 см	16
16.	Обруч диаметром 100 см	20

17.	Набор для игры Городки	2
18.	Гимнастические палки	22
19.	Гимнастические скамейки	2
20.	Ребристые дорожки	2
21.	Дуги (набор из разновысоких)	2
22.	Верёвки короткие	10
23.	Скакалки	26
24.	Балансиры «Рыбка»	2
25.	Балансиры круглые	25
26.	Клюшки	12
27.	Канат для перетягивания	1
28.	Мат гимнастический	3
29.	Скалодром	2
30.	Эспандеры	8
31.	Аудиоустройство	1
	Физкультурная площадка	
1.	Верёвочная лестница	2
2.	Наклонная доска	1
3.	Лабиринт	1
4.	Футбольные ворота	2
5.	Баскетбольная стойка	2
6.	Прыжковая яма	1
7.	Рукоход	1
8.	Щит с мишенями для метания	1
9.	Вертикальная лестница	3

3.2. Информационное обеспечение

Цифровые (электронные) библиотеки, обеспечивающие доступ к профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам, а также иным информационным ресурсам:

<http://detstvovid.ru/formirovanie-u-doshkolnikov-otvetstvennosti-za-svoe-zdorove/.html>

<http://gdou.shko.la/osnovnye-napravlenia-razvitia-rebenka/fiziceskoe>

<https://www.covenok.ru/kids/fgos/physic/>

<http://kids.covenok.ru/130399.htm>

<http://www.doumarx.ru/publ/1>

<http://detstvovid.ru/category/pedagogam/fizicheskoe-razvitie>

<http://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura>

<http://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2014/09/24/fizicheskoe-razvitie-doshkolnikov-v-kontekste-fgos-konsultatsiya>

<http://gdou.shko.la/osnovnye-napravlenia-razvitia-ebenka/fiziceskoe>

<https://www.covenok.ru/kids/fgos/physic/> <http://www.doumarx.ru/publ/1>

3.3.Методическое обеспечение

№ п/п	Название	Авторы
1.	Малоподвижные игры и игровые упражнения: Для занятий с детьми 3–7 лет.	Борисова М. М.
2.	Воспитание здорового ребёнка	М. Д. Маханёва
3.	Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях	Н.Н.Кожухова, Л.А.Рыжкова, М.М.Самодурова
4.	Детский фитнес	Е.В.Сулим
5.	Занятия по физкультуре в детском саду	Е.В.Сулим
6.	Занятия физической культурой в ДОУ	Л.Г.Горькова Л.А.Обухова
7.	Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе	И.В.Чупаха, Е.З.Пужаева, И.Ю.Соколова
8.	Здоровый дошкольник	Ю. Змановский
9.	Играйте на здоровье	Л.Н.Волошина, Т.В.Курилова
10.	Игры и развлечения детей на воздухе	Т.И.Осокина
11.	Как воспитать здорового ребёнка	В. Г. Алямовская
12.	Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников	Н.Б.Муллаева
13.	Контроль физического состояния детей дошкольного возраста	Т.А.Тарасова
14.	Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении	Н.С.Голицына
15.	Нескучная гимнастика	Е.А.Алябьева
16.	Общеразвивающие упражнения в детском саду	П.П.Буцинская
17.	Осанка	И.С.Красикова
18.	От рождения до школы. Инновационная программа дошкольного образования	Н.Е.Веракса, Т.С.Комарова. Э.М.Дорофеева
19.	Парциальная программа физического развития в группе коменсирующей направленности для детей с тяжёлыми нарушениями речи (ОНР) с 3 до 7 лет	Ю.А.Кириллова
20.	Организация спортивного досуга дошкольников 4-7лет	Н.М.Соломенникова

21.	Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–4 лет.	Пензулаева Л. И.
22.	Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 4–5 лет.	Пензулаева Л. И.
23.	Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 5–6 лет.	Пензулаева Л. И.
24.	Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 6–7 лет.	Пензулаева Л. И.
25.	Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3–4 года).	Пензулаева Л. И.
26.	Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4–5 лет).	Пензулаева Л. И.
27.	Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5–6 лет).	Пензулаева Л. И.
28.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6–7 лет).	Пензулаева Л. И.
29.	Плоскостопие у детей 6-7лет	В.С.Лосева
30.	Подвижные игры и игровые упражнения для детей	Л.И.Пензулаева
31.	Профилактика нарушений осанки у детей	Н.Г.Коновалова
32.	Профилактика и коррекция плоскостопия у детей	Н.П.Недовесова
33.	Развивающая педагогика оздоровления	В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров
34.	Спортивные игры и упражнения в детском саду	Э.Й.Адашквичене
35.	Спортивные праздники в детском саду	Т.Е.Харченко
36.	Спортивные праздники и развлечения	В.Я.Лысова, Т.С.Яковлева и др
37.	Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика	Н.А.Фомина
38.	Техника безопасности на уроках физкультуры	В.А.Муравьёв
39.	Учите бегать, прыгать, лазать, метать	Е.Н.Вавилова
40.	Физическая культура в детском саду	Т.И.Осокина
41.	Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке	В.Г.Фролов
42.	Физкультурные сюжетные занятия с детьми	В.И.Анферова

Диагностическая карта
«Физическое развитие» (3-4года)

Учебный год _____ Группа _____ Инструктор по фк _____

№ п/п	ФИО ребенка	Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, в разных направлениях по указанию взрослого		Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом		Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места		Катает мяч в заданном направлении с расстояния, бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударяет мячом об пол, бросает вверх и ловит; метает предметы правой и левой руками		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
2											
3											
4											
5											
Итоговый показатель по группе (среднее значение)											

Выводы

(сентябрь) _____

Выводы

(май) _____

**Диагностическая карта
«Физическое развитие» (4-5 лет)**

Учебный год _____ Группа _____ Инструктор по фк _____

№ п/п	ФИО ребенка	Строится по заданию взрослого в шеренгу, в колонну по одному, парами, в круг		Определяет положение предметов в пространстве, умеет двигаться в нужном направлении, находит правую и левую руки		Энергично отталкивается и правильно приземляется в прыжках на двух ногах, прыгает в длину и в высоту с места		Ловит мяч с расстояния. Метает мяч разными способами правой и левой руками, отбивает о пол		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
2											
3											
4											
5											
Итоговый показатель по группе (среднее значение)											

Выводы

(сентябрь) _____

Выводы

(май) _____

**Диагностическая карта
«Физическое развитие» (5-6лет)**

Учебный год _____ Группа _____ Инструктор по фк _____

№ п/п	ФИО ребенка	Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, размыкаться, выполнять повороты в колонне		Умеет лазать по гимнастической стенке		Умеет прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, через скакалку		Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, отбивает и ловит мяч		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
2											
3											
4											
5											
Итоговый показатель по группе (среднее значение)											

Выводы

(сентябрь) _____

Выводы

(май) _____

**Диагностическая карта
«Физическое развитие» (6-7лет)**

Учебный год _____ Группа _____ Инструктор по фк _____

№ п/п	ФИО ребенка	Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в 2 шеренги после пересчета, соблюдает интервалы в передвижении		Выполняет ОРУ по собственной инициативе, согласует движения рук и ног		Умеет прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, через скакалку		Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, в движущуюся цель, отбивает и ловит мяч		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
2											
3											
4											
5											
Итоговый показатель по группе (среднее значение)											

Выводы

(сентябрь) _____

Выводы

(май) _____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 29506604513842569967847282462287250401048067675

Владелец Кириллова Ульяна Геннадьевна

Действителен с 10.03.2023 по 09.03.2024