Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Малыш» с. Александров-Гай Александрово-Гайского муниципального района Саратовской области

Приложение 5 к Основной образовательной программе МБДОУ детский сад «Малыш»

ПРИНЯТА
педагогическим советом
протокол № 1
от 30 августа 2018 г.

Рассмотрена на заседании
Совета родителей
Протокол № 1
от « 29 » августа 2018 г.

УТВЕРЖДЕНО приказом
№ 99 от « 30 » августа 2018 г.
Заведующий МБДОУ детский сад «Малыш»
А.А. Елизарова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по реализации образовательной области «Физическое развитие»

413370, Российская Федерация,
Саратовская область, Александрово-Гайский район,
с. Александров- Гай, Дома Газовиков, Д. № 6в
Телефон: 8(84578) 2-29-86,
e-mail: algsadmalysch@yandex.ru
Адрес сайта в сети Интернет:
http://detsad-malish.okis.ru

Разработчики программы:
Бородина Е.В., старший воспитатель
Полянина Л.С., воспитатель
Новикова Л.Н., воспитатель
Рослякова В.В., воспитатель
Габдрашитова Ф.З., воспитатель
Жаворонкова Н.В., инструктор по физической культуре

с. Александров-Гай
2018

СОДЕРЖАНИЕ

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ **3**

1.1 Пояснительная записка 3

1.2. Цели и задачи образовательной деятельности по образовательной области 3

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы. 4

1.4. Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста, значимые для разработки и реализации рабочей программы 5

1.5. Планируемые результаты освоения образовательной области 11

2. **СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ** 16

2.1. Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области 16

2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы 28

2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы 34

2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников 36

2.5. Содержание части, формируемой участниками образовательных отношений 39

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ **34**

3.1. Особенности ежедневной организации жизни и деятельности детей 46

3.2. Циклограмма непрерывной образовательной деятельности по физической культуре 49

Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий 50

Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды 56

Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания 64

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Настоящая Рабочая программа разработана на основе Основной образовательной программы муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад «Малыш» с. Александров-Гай, в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее - ФГОС ДО), с учетом Примерной основной образовательной программы дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15), основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности с детьми в группах общеразвивающей направленности по образовательной области «Физическое развитие».

Рабочая программа построена на основе учёта конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития детей дошкольного возраста.

При разработке Рабочей программы учитывались следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 - ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155);
- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций». (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. №26 г. Москва);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014);
- Устав Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад «Малыш».

В Программе отражена обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими и необходимыми с точки зрения реализации требований ФГОС ДО.

При составлении обязательной части Программы использовались методические материалы из комплексной основной образовательной программы «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. - 3-е изд., испр. и доп. - М.: Мозаика-Синтез, 2015 (далее - программа «От рождения до школы»), которая охватывает все аспекты реализации ФГОС ДО. Цели и задачи данной программы соответствуют целям и задачам *Примерной программы.*

При составлении части Программы, формируемой участниками образовательных отношений, учитывались потребности, интересы и мотивы воспитанников, членов их семей, возможности педагогов и сложившиеся в МБДОУ традиционные направления образовательной деятельности:

- Сохранение и укрепление здоровья детей - Региональная образовательная программа «Основы здорового образа жизни», О.П.Аккузина, А.Х.Болтаг, О.М. Гришанова, М.В.Загородняя, М.В.Лысогорская, М.Ю.Михайлина, Е.В.Нагаева, М.М.Орлова, М.А.Павлова, Г.Ю.Рахманова, Е.А.Сорокина, Т.Ф.Сергеева, А.В.Серякина, Н.П.Смирнова. – 3-е изд., перераб. и доп. – Саратов: ООО «Издательство «Научная книга», 2014

1.2. Цели и задачи реализации Планирования ОД

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

Цель Рабочей программы - формирование физической культуры детей дошкольного возраста, культуры здоровья, первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека в соответствии и с целостным подходом к здоровью человека как единству его физического, психологического и социального благополучия.

Основные задачи реализации Рабочей программы:

1. Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.
2. Формирование личности, способное реализовать себя в современном мире максимально эффективно и безопасно.
3. Формирование личности, творчески относящейся к возникающим проблемам, владеющей навыкам саморегуляции.
4. Формирование навыков безопасного поведения эффективного взаимодействия с людьми.
5. Получение знаний и навыков , необходимых для создания семейных отношений и воспитания детей.
6. Формирование потребности в здоровом образе жизни, навыков гигиены и профилактики заболеваний ухода за больными.
7. Формирование навыков рационального питания, закаливания, физической культуры и других способов самосовершенствования собственного здоровья.
8. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
9. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
10. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
11. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

1.3. Принципы и подходы:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;

- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;
- строится с учетом региональных особенностей организации образовательного процесса;
- строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

Планирование ОД по физической культуре учитывает следующие подходы:

Деятельностный подход: организация образовательного процесса строится на основе ведущих видов детской деятельности: общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмах развития ребенка. Деятельность развивается от возраста к возрасту, меняются ее содержание и форма.

Индивидуально-дифференцированный подход: все воспитательные мероприятия, приемы обучения дошкольников направлены на утверждение самоценности личности ребенка, на создание условий для включения в успешную деятельность каждого ребенка. Обучение и воспитание соматически ослабленных детей в образовательно-воспитательном процессе ДОУ имеют реабилитационную направленность. Педагог владеет информацией о состоянии здоровья, знанием возрастных и индивидуальных особенностей, специфических возможностей развития каждого ребенка.

Компетентностный подход позволяет структурировать содержание и организацию образовательного процесса в соответствии с потребностями, интересами воспитанников.

Интегративный подход дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребенка.

1.4. Значимые характеристики особенностей развития детей.

Соответствуют программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой.

Возрастные особенности детей от 2 до 3 лет. Вторая группа раннего возраста.

На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее.

Продолжают развиваться предметная деятельность, деловое сотрудничество ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление, в конце года появляются основы наглядно-образного мышления.

Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Совершенствуются соотносящие и орудийные действия.

Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта для подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка.

В ходе совместной с взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети

продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять словесные просьбы взрослых, ориентируясь в пределах ближайшего окружения.

Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых.

Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить сложные и сложноподчиненные предложения, в разговоре с взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1500-2500 слов.

К концу третьего года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками. В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование.

Игра носит процессуальный характер, главное в ней — действия, которые совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. В середине третьего года жизни широко используются действия с предметами-заместителями.

Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» — окружности и отходящих от нее линий.

На третьем году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из 2-3 предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь.

Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления является наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами.

К концу третьего года жизни у детей появляются зачатки нагляднообразного мышления. Ребенок в ходе предметно-игровой деятельности ставит перед собой цель, намечает план действия и т. п.

Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом трех лет. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения с взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет. Младшая группа.

В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится внеситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться. Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети уже могут использовать цвет.

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Младшие дошкольники способны под руководством взрослого вылепить простые предметы.

Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппликации.

Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу.

В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования предэталонов — индивидуальных единиц восприятия, переходят к сенсорным эталонам — культурно-выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса — и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3-4 слова и 5-6 названий предметов. К концу младшего дошкольного возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие.

Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Возрастные особенности детей от 4 до 5 лет. Средняя группа.

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, а ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Значительное развитие получает изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. Совершенствуется техническая

сторона изобразительной деятельности. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т. д.

Усложняется конструирование. Постройки могут включать 5-6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве.

Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7-8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т. д.

Начинает развиваться образное мышление. Дети способны использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. Развивается предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

Для детей этого возраста особенно характерны известные феномены Ж. Пиаже: сохранение количества, объема и величины. Например, если им предъявить три черных кружка из бумаги и семь белых кружков из бумаги и спросить: «Каких кружков больше — черных или белых?», большинство ответят, что белых больше. Но если спросить: «Каких больше — белых или бумажных?», ответ будет таким же — больше белых.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы.

Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении с взрослым становится внеситуативной.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность.

Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками; дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

Возрастные особенности детей от 5 до 6 лет. Старшая группа.

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». (В игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» — зал стрижки, а зал ожидания выступает в качестве периферии игрового пространства.) Действия детей в играх становятся разнообразными.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. В течение года дети способны создать до двух тысяч рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к фильмам и книгам. Обычно рисунки представляют собой схематичные изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют различные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности.

Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: 1) от природного материала к художественному образу (ребенок «достраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями); 2) от художественного образа к природному материалу (ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд — по возрастанию или убыванию — до 10 различных предметов.

Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для

дошкольников известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

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. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т. д. Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно-логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т. д.

Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключае- мость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни.

Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы.

Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

Характеристики особенностей развития детей 3-7 лет

У ребенка с 3 до 7 лет жизни под воздействием обучения условные связи закрепляются и совершенствуются. Повышается физическая подготовленность, совершенствуются психофизические качества. Таким образом, понимание особенностей развития нервной системы ребенка позволяет педагогом посредством упражнений и подвижных игр укреплять и совершенствовать его нервную систему. За период дошкольного детства непрерывно изменяются

показатели физического развития: роста, массы тела, окружности головы, грудной клетки. За первый год жизни рост ребенка увеличивается примерно на 25 см. К 5 годам он удваивается по сравнению с первоначальным. После года отмечаются прибавки массы тела на каждом году жизни по 2 – 2,5 кг. К 6 -7 годам она удваивается по сравнению с показателями годовалого ребенка. Костная система ребенка богата хрящевой тканью. Кости его мягкие, гибкие, недостаточно прочные, поэтому они легко поддаются как благоприятным, так и неблагоприятным воздействиям. Эти особенности костной системы требуют внимания педагогов к подбору физических упражнений, мебели, одежды и обуви в соответствии с функциональными и возрастными возможностями ребенка. Окостенение опорно-двигательного аппарата начинается с 2 – 3 лет. Оно происходит постепенно в течение всего дошкольного детства. В этот период формируются изгибы в шейном, грудном, поясничном отделах позвоночника. Физиологическое развитие позвоночника играет жизненно важную роль и влияет на формирование правильной осанки, техники движений, состояние внутренних органов, дыхательную и нервную системы. S – образный изгиб позвоночника предохраняет скелет от травм при выполнении физических упражнений. В дошкольном детстве происходит формирование свода стопы. Оно начинается на первом году жизни и интенсивно продолжается с освоением ребенком ходьбы весь дошкольный период. В укреплении свода стопы важнейшую роль играют физические упражнения. Важно также подобрать ребенку соответствующую обувь. В младшем возрасте у ребенка мышцы-сгибатели развиты больше, чем разгибатели, поэтому часто его движения и осанка бывают неправильными: сутулая спина, опущенная голова, сведенные плечи и т.д. К 5 годам увеличивается мышечная масса, нарастает мускулатура нижних конечностей, увеличиваются сила и работоспособность мышц. Сила мышц увеличивается с 3,5 – 4 кг к 7 годам. С 4 лет появляются различия в показателях у мальчиков и девочек. Значительно увеличивается становая сила - сила мышц туловища. Она увеличивается к 7 годам до 32 – 34 кг по сравнению с 15 – 17 кг в 3 – 4 года. Статическое состояние мышц называется мышечным тонусом. Мышечный тонус в дошкольном возрасте имеет большое значение для формирования правильной осанки. Мышечный тонус туловища создает естественный «мышечный корсет». С годами у ребенка укрепляются мышцы спины и живота. Это является результатом, как регулярного функционирования центральной нервной системы, так и положительным воздействием физических упражнений. В старшем дошкольном возрасте отмечается бурное развитие и перестройка в работе всех физиологических систем организма ребенка: нервной, сердечнососудистой, эндокринной, опорно-двигательной. Организм дошкольника развивается очень интенсивно. Ребенок быстро прибавляет в росте и весе, изменяются пропорции тела. На протяжении первых семи лет у него не только увеличиваются все внутренние органы, но и совершенствуются их функции. Происходят существенные изменения высшей нервной деятельности. По своим характеристикам головной мозг шестилетнего ребенка в большей степени приближается к показателям мозга взрослого человека. Организм ребенка в этот период свидетельствует о готовности к переходу на более высокую ступень возрастного развития, предполагающую более интенсивные умственные и физические нагрузки. После пяти лет резко возрастает потребность ребенка в общении со сверстниками. В игре и других видах совместной деятельности дети осуществляют обмен информацией, планирование, разделение и координацию функций. Постепенно складывается достаточно сплоченное детское общество. Существенно увеличиваются интенсивность и широта круга общения.

Проявления в психическом развитии:

- хочет заниматься интересными делами, умеет сам их находить;

-стремится к контактам, проявляет доброжелательность в общении со взрослыми и сверстниками, адекватность в поведении, эмоциональную отзывчивость;

- стремится к освоению нового (информации, игр, способов действия с различными предметами).

Старшие дошкольники отличаются высокой двигательной активностью, обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков; им лучше удаются движения, требующие скорости и гибкости, а их сила и выносливость пока еще не велики.

1.5. Планируемые результаты

Целевые ориентиры дошкольного образования

Целевые ориентиры, сформулированные в ФГОС дошкольного образования

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

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариан

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

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

Целевые ориентиры образования в раннем возрасте:

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

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

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

построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Планируемые результаты освоения образовательной области «Физическое развитие»

Ребенок 2-3 лет:

Умеет ходить и бегать в прямом направлении, по кругу, врассыпную, между двумя шнурами (линиями), в колонне по одному, с остановкой по сигналу; ходить по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с изменением направления, кружится в медленном темпе с предметом в руках; ходить по прямой дорожке с перешагиванием через предметы, по гимнастической скамейке.

Умеет метать мяч правой и левой рукой; катать мяч 2-мя руками стоя, сидя; метать набивные мешочки правой и левой рукой; бросать мяч через шнур (натянутый на уровне груди ребёнка); метать предметы в горизонтальную цель 2-мя руками (разными способами); прокатывать мяч одной рукой.

Может ползать на четвереньках с опорой на ладони и колени; по доске; подлезать под дугу, воротца; ползать по наклонной доске; лазать по лестнице-стремянке вверх-вниз; ползать на четвереньках по гимнастической скамейке.

Ребенок 3-4 лет:

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

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

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

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

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

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

Ребенок 4-5 лет:

Принимает правильное исходное положение при метании; может метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд. Может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м.

Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу. Может скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м).

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

Ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны. Выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

Ребенок 5-6 лет:

Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.

Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп. Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2.5 м) с изменением темпа.

Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.

Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м).

Владеет школой мяча. Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие. Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

Ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами. Умеет кататься на самокате. Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей. Умеет плавать (произвольно).

Планируемые результаты части, формируемой участниками образовательных отношений освоения программы «Основы здорового образа жизни»

- Сформированы представления том, что все люди разные, и необходимо ко всем относиться терпимо и доброжелательно.
- Ребёнок осознанно относится к своим поступкам и к общепринятым нормам поведения;
- Способен охарактеризовать человека с позиции норм морали;
- Характеризует понятия «насилие» и «жестокость»;
- Знает элементарные правила безопасности в быту.
- Знает элементарные правила безопасности на улице.
- Знает элементарные правила безопасности в экстренных ситуациях.
- Имеет элементарные представления о дыхательной, пищеварительной и выделительной системе человека.
- Имеет элементарные представления о правильном питании.
- Осознанно относится к своему здоровью.

1.6. Инструменты для проведения диагностики и отслеживания процесса развития детей

Освоение содержания образовательных областей не сопровождается проведением промежуточных и итоговой аттестаций детей. При реализации ООП ДО педагогическими работниками проводится оценка индивидуального развития детей в рамках педагогической диагностики (мониторинга).

Показатели (промежуточные планируемые результаты освоения образовательной области «Физическое развитие») используются для оценки индивидуального развития детей, которая производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика позволяет своевременно выявить успешные и проблемные области (зоны) в развитии каждого ребенка, организовать мероприятия по коррекции выявленных проблемных зон.

Диагностика осуществляется в форме регулярных наблюдений педагога за детьми в повседневной жизни или в процессе непрерывной образовательной деятельности.

Основным механизмом оценки является фиксация показателей развития воспитанника, посредством наблюдения.

Фиксация показателей развития выражается в словесной (опосредованной) форме:

- не сформирован;
- находится в стадии формирования;
- сформирован.

Результаты педагогической диагностики используются для решения следующих образовательных задач: индивидуализация образования (например, выстраивания индивидуального образовательного маршрута); оптимизация работы с группой детей.

Инструментом педагогической диагностики являются Карты индивидуального развития - Карта развития умений и навыков в образовательной области «Физическое развитие».

Оценка индивидуального физического развития проводится два раза в год – в сентябре и апреле, в течение двух недель.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание образовательной деятельности

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.) (п.2.6. ФГОС ДО).

Решение образовательных задач предусматривается не только в рамках непрерывной образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов – как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности дошкольников, а также через организацию взаимодействия с семьями детей и другими социальными партнерами.

Содержание образовательной области «Физическое развитие»

Образовательная область «Физическое развитие»	
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Физическая культура

Содержание образовательной области «Физическое развитие»

Вторая группа раннего возраста

Обязательная часть содержания	Часть, формируемая участниками образовательных отношений
1. Тематический модуль «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»	
– Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.	Региональная образовательная программа «Основы здорового образа жизни», О.П.Аккузина,

	Н.П.Смирнова и др.
2. Тематический модуль «Физическая культура»	
– Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку. – Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога. – Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. – **Подвижные игры.** Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.). – **Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений** – <u>Основные движения</u> – **Ходьба.** Ходьба подгруппами и всей группой, парами, по кругу, взявшись за руки, с изменением темпа, с переходом на бег, и наоборот, с изменением направления, врассыпную (после 2 лет 6 месяцев), обходя предметы, приставным шагом вперед, в стороны. – **Упражнения в равновесии.** Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м) с перешагиванием через предметы (высота 10-15 см); по доске, гимнастической скамейке, бревну (ширина 20-25 см). Кружение в медленном темпе (с предметом в руках). – **Бег.** Бег подгруппами и всей группой в прямом направлении, друг за другом, в колонне по одному, в медленном темпе в течение 30-40 секунд (непрерывно), с изменением темпа. Бег между двумя шнурами, линиями (расстояние между ними 25-30 см). – **Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 3-4 м); по доске, лежащей на полу; по наклонной доске, приподнятой одним концом на высоту 20-30 см; по гимнастической скамейке. Подлезание под воротца, веревку (высота 30-40 см), перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1,5 м) удобным для ребенка способом. – **Катание, бросание, метание.** Катание мяча двумя руками и одной рукой педагогу, друг другу, под дугу, стоя и сидя (расстояние 50-100 см); бросание мяча вперед двумя руками снизу, от груди, из-за головы, через шнур, натянутый на уровне груди ребенка, с расстояния 1-1,5 м, через сетку, натянутую на уровне роста ребенка. Метание мячей, набивных мешочков, шишек на дальность правой и левой рукой; в горизонтальную цель — двумя руками, правой (левой) рукой с расстояния 1 м. Ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния 50-100 см. – **Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте, слегка продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах через шнур (линию); через две параллельные линии (10-30 см). Прыжки вверх с касанием предмета, находящегося на 10-15 см выше поднятой руки ребенка. – <u>Общеразвивающие упражнения</u>	

– **Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать руки вперед, вверх, в стороны; скрещивать их перед грудью и разводить в стороны. Отводить руки назад, за спину; сгибать и разгибать их. Хлопать руками перед собой, над головой, размахивать вперед-назад, вниз-вверх. – **Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Поворачиваться вправо-влево, передавая предметы рядом стоящему (сидящему). Наклоняться вперед и в стороны. Поочередно сгибать и разгибать ноги, сидя на полу. Поднимать и опускать ноги, лежа на спине. Стоя на коленях, садиться на пятки и подниматься. – **Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** – Ходить на месте. Сгибать левую (правую) ноги в колене (с поддержкой) из исходного положения стоя. Приседать, держась за опору; потягиваться, поднимаясь на носки. Выставлять ногу вперед на пятку. Шевелить пальцами ног (сидя). – Подвижные игры – **С ходьбой и бегом.** «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет». – **С ползанием.** «Доползи до погремушки», «Проползти в воротца», «Не переползай линию!», «Обезьянки». – **С бросанием и ловлей мяча.** «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!». – **С подпрыгиванием.** «Мой веселый, звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек». – **На ориентировку в пространстве.** «Где звенит?», «Найди флажок». – **Движение под музыку и пение.** «Поезд», «Заинька», «Флажок».	

Младшая группа

Обязательная часть содержания	Часть, формируемая участниками образовательных отношений
1. Тематический модуль «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»	
– Развитие умения различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), представления об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними. – Представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека. – Формирование представления о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы. – Ознакомление детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания. – Представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. – Формирование умения сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения. – Формирование потребности в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.	Региональная образовательная программа «Основы здорового образа жизни», О.П.Аккузина, Н.П.Смирнова и др. Формировать у детей навыки рационального дыхания, правильной осанки, профилактики плоскостопия

2. Тематический модуль «Физическая культура»	
– Развитие разнообразных видов движений. Обучение умению детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучение действовать совместно. – Обучение умению строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. – Обучение умению энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см. – Закрепление умения энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Обучение умению ловить мяч двумя руками одновременно. – Обучение хвату за перекладину во время лазанья. Закрепление умения ползать. – Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. – Обучение умению кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. – Обучение умению детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место. – Обучение умению реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. – Развитие самостоятельности и творчества при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. – **Подвижные игры.** Развитие активности и творчества детей в процессе двигательной деятельности. Организация игр с правилами. – Поощрение самостоятельных игр с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развитие навыков лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Введение в игры более сложных правил со сменой видов движений. – Воспитание у детей умения соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве. – **Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений** – Основные движения – **Ходьба.** Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны. – **Бег.** Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м). – **Катание, бросание, ловля, метание**. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние 1-1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см). Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд). – **Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м), между предметами, вокруг них; подлезание под	

препятствие (высота 50 см), не касаясь руками пола; пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м). – **Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребенка; через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см. – **Групповые упражнения с переходами.** Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием, – Общеразвивающие упражнения – **Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами. – **Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться, положить предмет позади себя, повернуться и взять его, наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны. – **Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни. – Спортивные упражнения – **Катание на санках.** Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки. – **Скольжение.** Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых. – **Ходьба на лыжах.** Ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием. – **Катание на велосипеде.** Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево. – Подвижные игры – **С бегом.** «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», **«**Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках». – **С прыжками.** «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку»**.** – **С подлезанием и лазаньем.** «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики». – **С бросанием и ловлей.** «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг**»,** «Сбей кеглю», «Береги предмет». – **На ориентировку в пространстве.** «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».	

Средняя группа (4-5 лет)

Обязательная часть содержания	Часть, формируемая участниками образовательных отношений
1. Тематический модуль «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»	
– Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. – Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). – Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. – Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. – Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». – Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). – Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. – Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.	Региональная образовательная программа «Основы здорового образа жизни», О.П.Аккузина, Н.П.Смирнова и др Формировать у детей навыки правильной осанки, профилактики плоскостопия
2. Тематический модуль «Физическая культура»	
– Формировать правильную осанку. – Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. – Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. – Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). – Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при	Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать традиционные игры и забавы родного края. Проект по ознакомлению с родным краем

приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. – Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). – Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. – Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. – Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. – Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. – Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. – Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. – **Подвижные игры.** Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. – Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. – Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. – Приучать к выполнению действий по сигналу. – **Основные движения** – **Ходьба.** Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего. – **Упражнения в равновесии.** Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5-3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе). – **Бег.** Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1-1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд; к концу года). – **Ползание, лазанье.** Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево). – **Прыжки.** Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через	

линию, поочередно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой. – **Катание, бросание, ловля, метание.** Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее **5** раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2-2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5-2 м. – **Групповые упражнения с переходами.** Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание. – **Ритмическая гимнастика.** Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и цикличных движений под музыку. – Общеразвивающие упражнения – **Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны. – **Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе. – **Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног. – **Статические упражнения.** Сохранять равновесие в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5-7 секунд). – Спортивные упражнения – **Катание на санках.** Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору. **Скольжение.** Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам. – **Ходьба на лыжах.** Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полуелочкой (прямо и наискось). Проходить на лыжах до	

500 м. – **Игры на лыжах.** «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца». – **Катание на велосипеде.** Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо и налево. – **Плавание.** Выполнять движения ногами вверх и вниз, сидя в воде. Приседая, погружаться в воду до уровня подбородка, глаз. Опускать в воду лицо, дуть на воду, погружаться в нее с головой. Пытаться плавать произвольным способом. – **Игры на воде.** «Цапли», «Дровосек в воде», «Карусели», «Футбол в воде», «Бегом за мячом», «Покажи пятки», «Катание на кругах». – **Гидроаэробика.** Продолжать учить различным движениям в воде под музыку и без нее. – Подвижные игры – **С бегом.** «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки». – **С прыжками.** «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается». – **С ползанием и лазаньем.** «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята». – **С бросанием и ловлей.** «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку». – **На ориентировку в пространстве, на внимание.** «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки». – **Народные игры.** «У медведя во бору» и др.	

Старшая группа (5-6 лет)

Обязательная часть содержания	Часть, формируемая участниками образовательных отношений
1. Тематический модуль «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»	
– Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»). – Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. – Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях. – Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. – Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.	Региональная образовательная программа «Основы здорового образа жизни», О.П.Аккузина, Н.П.Смирнова и др Формировать у детей навыки правильной осанки, профилактики плоскостопия

– Знакомить детей с возможностями здорового человека. – Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. – Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. – Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.	
2. Тематический модуль «Физическая культура»	
– Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. – Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. – Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. – Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. – Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. – Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. – Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. – Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. – Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. – Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. – Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. – Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны. – **Подвижные игры.** Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. – Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. – Учить спортивным играм и упражнениям. – **Основные движения** – **Ходьба.** Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. – **Упражнения в равновесии.** Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком. – на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с	

мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки. – **Бег.** Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки. – **Ползание и лазанье.** Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой, пролезание между рейками. – **Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед — другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3-4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов — поочередно через каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся). – **Бросание, ловля, метание.** Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперед (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м. – **Групповые упражнения с переходами.** Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение. – в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперед, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком. – **Ритмическая гимнастика.** Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением. – Общеразвивающие упражнения – **Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы. – **Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Поднимать руки вверх и опускать	

вниз, стоя у стены и касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за рейку на уровне пояса. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ноги к груди (группироваться). – **Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат). – **Статические упражнения.** Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе. – Спортивные упражнения – **Катание на санках.** Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске. – **Скольжение.** Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения. – **Ходьба на лыжах.** Ходить на лыжах скользящим шагом. Выполнять повороты на месте и в движении. Подниматься на горку лесенкой, спус каться с нее в низкой стойке. Проходить на лыжах в медленном темпе дистанцию 1-2 км. – **Игры на лыжах.** «Кто первый повернется?», «Слалом», «Подними», «Догонялки». – **Катание на велосипеде и самокате.** Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой. – **Плавание.** Двигать ногами вверх-вниз, сидя в воде на мелком месте, и лежа, опираясь руками. Выполнять разнообразные движения руками в воде. Скользить на груди и на спине, выполнять выдох в воду. Плавать произвольным способом. – **Игры на воде.** «Фонтан», «Коробочка», «Море волнуется», «Качели», «Поезд в тоннеле», «Поймай воду», «Волны на море». – **Гидроаэробика.** Двигаться в воде, выполняя повороты, прыжки. – Спортивные игры – **Городки.** Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3-4 фигуры. Выбивать городки с полукона (2-3 м) и кона (5-6 м). – **Элементы баскетбола.** Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди. – **Бадминтон.** Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем. – **Элементы футбола.** Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд. – **Элементы хоккея.** Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах. – Подвижные игры – **С бегом.** «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».	

– **С прыжками.** «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы». – **С лазаньем и ползанием.** «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье». – **С метанием.** «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо». – **Эстафеты.** «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий». – **С элементами соревнования.** «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?». – **Народные игры.** «Гори, гори ясно!» и др.	

Перспективное планирование отражено
в «Планировании образовательной деятельности по тематическому модулю «Физическая культура»

2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации

Содержание образовательной деятельности в контексте требований ФГОС дошкольного образования

Образовательные области (ФГОС)	**Тематический модуль**	**Деятельностный модуль**	
		Виды детской деятельности (в соответствии с ФГОС, п. 2.7)	**Формы и приемы организации образовательной деятельности**
Физическое развитие	«Физическая культура» «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»	*двигательная* (овладение основными движениями) формы активности ребенка (дети дошкольного возраста)	**Совместная образовательная деятельность педагогов и детей** – непрерывная образовательная деятельность – образовательная деятельность в режимных моментах **Самостоятельная деятельность детей** **Образовательная деятельность в семье**
		двигательная активность (дети раннего возраста)	

Организация образовательного процесса

Основные направления развития, образовательная область	**Тематические модули**	**Виды детской деятельности**	**Формы образовательной деятельности**

Физическое развитие	«Физическая культура»	Двигательная (овладение основными движениями), коммуникативная, игровая, познавательно-исследовательская, музыкальная (дети дошкольного возраста)	Подвижные игры, игровые упражнения, спортивные игры и упражнения, двигательная активность на прогулке, физкультурные занятия, гимнастика, физкультминутки, игры-имитации, физкультурные. Досуги и праздники, эстафеты, соревнования, дни здоровья, туристические прогулки, экскурсии, реализация проектов.
		Двигательная активность, общение со взрослым и совместные игры со сверстниками под руководством взрослого, экспериментирование с материалами и веществами, предметная деятельность и игры с составными и динамическими игрушками, восприятие смысла музыки (дети раннего возраста)	
	«Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»	Двигательная, игровая, коммуникативная, самообслуживание и элементарный бытовой труд, познавательно-исследовательская, музыкальная, изобразительная, восприятие художественной литературы и фольклора (дети дошкольного возраста)	Игровые упражнения, упражнения на развитие мелкой моторики, дидактические игры, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, двигательная активность на прогулке, беседы, игровые проблемные ситуации, викторины, реализация проектов
		Двигательная активность, общение со взрослым и совместные игры со сверстниками под руководством взрослого, экспериментирование с материалами и веществами, предметная деятельность и игры с составными и динамическими игрушками, восприятие смысла музыки, самообслуживание и действия с бытовыми предметами-орудиями (дети раннего возраста)	

Направления физического развития:

1) Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:
- связанной с выполнением упражнений;
- направленной на развитие таких физических качеств как координация и гибкость;
- способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики;
- связанной с правильным, не наносящим вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

2) Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

3) Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Принципы физического развития

1) Дидактические:	2) Специальные	3) Гигиенические:
- систематичность и последовательность; - развивающее обучение; - доступность; - воспитывающее обучение; - учет индивидуальных и возрастных особенностей; - сознательность и активность ребенка; - наглядность.	- непрерывность; - последовательность наращивания тренирующих воздействий; - цикличность.	- сбалансированность нагрузок; - рациональность чередования деятельности и отдыха; - возрастная адекватность; - оздоровительная направленность всего образовательного процесса; - осуществление личностно-ориентированного обучения и воспитания.

Методы физического развития

1) Наглядные:	**2)** Словесные:	**3)** Практические:
- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); - наглядно-слуховые приемы (музыка, песни); - тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).	- объяснения, пояснения, указания; - подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к детям; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция.	- Повторение упражнений без изменения и с изменениями; - Проведение упражнений в игровой форме; - Проведение упражнений в соревновательной форме.

Формы деятельности образовательной области «Физическая культура»

Цели:

- формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Режимные моменты	**Совместная деятельность с педагогом**	**Самостоятельная деятельность детей**	**Совместная деятельность с семьёй**
Интегрированная детская деятельность	Утренняя гимнастика		Утренняя гимнастика
Игры	Подвижные игры	Самостоятельные подвижные игры и игровые упражнения	Совместные физкультурные досуги и праздники

Игровые упражнения	Физкультминутки. Подвижные и спортивные игры и упражнения. Гимнастика после дневного сна. Физкультурные досуги. Физкультурные праздники Неделя здоровья. Индивидуальные занятия с ребёнком.	Спортивные игры и упражнения (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.)	Совместные занятия спортом. Семейный туризм

Особенности организации образовательного процесса

При **организации взаимодействия** взрослого с детьми выстраиваются **партнерские отношения.**

В соответствии с исследованиями Н.А. Коротковой «партнерская деятельность» – это:

– включенность воспитателя в деятельность наравне с детьми;
– добровольное присоединение детей к деятельности (без психического и дисциплинарного принуждения);
– свободное общение и перемещение детей во время деятельности (при соответствии организации рабочего пространства);
– открытый временной конец занятия (каждый работает в своем темпе).

Формы работы определяются с учетом основных видов детской деятельности

Виды деятельности		**Примерные формы работы**
Дети раннего возраста (1 год – 3 года)	**Дети дошкольного возраста (3 года – 8 лет)**	
Предметная деятельность и игры с составными и динамическими игрушками	Игровая	Сюжетные игры. Игры с правилами.
Общение со взрослым и сверстниками под руководством взрослого	Коммуникативная	Беседы. Ситуативный разговор. Речевая ситуация. Составление и отгадывание загадок. Сюжетные игры. Игры с правилами.
Самообслуживание и действия с бытовыми предметами-орудиями	Самообслуживание и элементарный бытовой труд	Совместные действия. Дежурство. Поручение. Задание. Реализация проектов.
Экспериментирование с материалами и веществами	Познавательно-исследовательская	Наблюдение. Экскурсия. Решение проблемных ситуаций. Экспериментирование. Коллекционирование. Моделирование. Реализация проекта. Игры с правилами.

	Изобразительная, конструирование	Мастерская по изготовлению продуктов детского творчества. Реализация проектов.
Восприятие смысла музыки	Музыкальная	Слушание. Исполнение. Импровизация. Экспериментирование. Подвижные игры (с музыкальным сопровождением).
Восприятие смысла сказок, стихов, рассматривание картинок	Восприятие художественной литературы и фольклора	Чтение. Обсуждение. Разучивание.
Двигательная активность	Двигательная	Игровые упражнения. Соревнования. Подвижные дидактические игры. Подвижные игры с правилами.

Виды детской деятельности, используемые в образовательном процессе с воспитанниками

№	Деятельность	Виды деятельности
1	***Игровая деятельность*** – форма активности ребенка, направленная не на результат, а на процесс действия и способы осуществления и характеризующаяся принятием ребенком условной (в отличие от его реальной жизненной) позиции	***Творческие игры:*** – режиссерские (на основе готового содержания, предложенного взрослым; по мотивам литературных произведений; с сюжетами, самостоятельно придуманными детьми); – сюжетно-ролевые; игры-драматизации; театрализованные; – игры со строительным материалом (со специально созданным материалом: напольным и настольным строительным материалом, строительными наборами, конструкторами и т.п.; с природным материалом; с бросовым материалом); – игры-фантазирование; – импровизационные игры-этюды.
		Игры с правилами: – дидактические (по содержанию: математические, речевые, экологические; по дидактическому материалу: игры с предметами, настольно-печатные, словесные — игры-поручения, игры-беседы, игры-путешествия, игры-предположения, игры-загадки); – подвижные (по степени подвижности: малой, средней и большой подвижности; по преобладающим движениям: игры с прыжками, с бегом, лазаньем и т.п.; по предметам: игры с мячом, с обручем, скакалкой и т. д.); – развивающие; – музыкальные; – компьютерные (основанные на сюжетах художественных произведений; стратегии; обучающие)

2	***Познавательно-исследовательская деятельность —*** форма активности ребенка, направленная на познание свойств и связей объектов и явлений, освоение способов познания, способствующая формированию целостной картины мира	***Экспериментирование, исследование; моделирование:*** – замещение; – составление моделей; – деятельность с использованием моделей; – по характеру моделей (предметное, знаковое, мысленное)
3	***Коммуникативная деятельность*** — форма активности ребенка, направленная на взаимодействие с другим человеком как субъектом, потенциальным партнером по общению, предполагающая согласование и объединение усилий с целью налаживания отношений и достижения общего результата	***Формы общения со взрослым:*** – ситуативно-деловая; – внеситуативно-познавательная; – внеситуативно-личностная. ***Формы общения со сверстником:*** – эмоционально-практическая; – внеситуативно-деловая; – ситуативно-деловая. ***Конструктивное общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками, устная речь как основное средство общения***
4	***Двигательная деятельность*** — форма активности ребенка, позволяющая ему решать двигательные задачи путем реализации двигательной функции	***Гимнастика:*** – основные движения (ходьба, бег, метание, прыжки, лазанье, равновесие); – строевые упражнения; – танцевальные упражнения; – с элементами спортивных игр (летние и зимние виды спорта). ***Игры:*** подвижные; элементами спорта. ***Простейший туризм*** ***Катание на самокате, санках, велосипеде, ходьба на лыжах*** и др.
5	***Самообслуживание и элементы бытового труда*** — это форма активности ребенка, требующая приложения усилий для удовлетворения физиологических и моральных потребностей и приносящая конкретный результат, который можно увидеть/ потрогать/ почувствовать	– самообслуживание; – хозяйственно-бытовой труд; – труд в природе; – ручной труд

6	***Изобразительная деятельность*** — форма активности ребенка, в результате которой создается материальный или идеальный продукт	– рисование; – лепка; – аппликация
7	***Конструирование из различных материалов —*** форма активности ребенка, которая развивает у него пространственное мышление, формирует способность предвидеть будущий результат, дает возможность для развития творчества, обогащает речь	***Конструирование:*** – из строительных материалов; – из коробок, катушек и другого бросового материала; – из природного материала.
8	***Музыкальная деятельность*** — это форма активности ребенка, дающая ему возможность выбирать наиболее близкие и успешные в реализации позиции: слушателя, исполнителя, сочинителя	***Восприятие музыки.*** ***Исполнительство*** (вокальное, инструментальное): – пение; – музыкально-ритмические движения; – игра на детских музыкальных инструментах. ***Творчество*** (вокальное, инструментальное): – пение; – музыкально-ритмические движения; – музыкально-игровая деятельность; – игра на музыкальных инструментах
9	***Восприятие художественной литературы и фольклора*** — форма активности ребенка, предполагающая не пассивное созерцание, а деятельность, которая воплощается во внутреннем содействии, сопереживании героям, в воображаемом перенесении на себя событий, в «мысленном действии», в результате чего возникает эффект личного присутствия, личного участия в событиях	– чтение (слушание); – обсуждение (рассуждение); – рассказывание (пересказывание), декламация; – разучивание; – ситуативный разговор

2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы

Построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка является главным условием развития и поддержки детской инициативы.

Чтобы дети верили в себя, развивались и экспериментировали, взрослые – и педагоги, и родители, должны подкреплять детскую инициативу, даже когда она сопровождается ошибками, поскольку, развитие - это всегда что-то новое, а новое всегда сопровождается и ошибками в том числе.

Способы поддержки инициативы детей:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности.

Направления поддержки детской инициативы:

- творческая инициатива – предполагает включенность ребенка в игру как основную творческую деятельность, где развиваются воображение, образное мышление;
- инициатива как целеполагание и волевое усилие – предполагает включенность ребенка в разные виды продуктивной деятельности;
- коммуникативная инициатива – предполагает включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи;
- познавательная инициатива – предполагает любознательность, включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения.

Сферы и способы поддержки детской инициативы

Сферы инициативы	Способы поддержки детской инициативы
Творческая инициатива (включенность в сюжетную игру как основную творческую деятельность ребенка, где развиваются воображение, образное мышление)	– поддержка спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства; – поддержка самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности
Инициатива как целеполагание и волевое усилие (включенность в разные виды продуктивной деятельности – рисование, лепку, конструирование, требующие усилий по преодолению «сопротивления» материала, где развиваются произвольность, планирующая функция речи)	– недирективная помощь детям, поддержка детской самостоятельности в разных видах изобразительной, проектной, конструктивной деятельности; – создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности, материалов
Коммуникативная инициатива (включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи)	– поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности; – установление правил поведения и взаимодействия в разных ситуациях

Познавательная инициатива – любознательность (включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно следственные и родовидовые отношения)	– создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей; – создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности, материалов

2.4. Особенности взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

Ведущие цели взаимодействия с семьей – создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания.

Наличие разных категорий семей требует проведения дифференцированного подхода во взаимодействии с родителями, изучение их интересов, мнений и запросов на оказание образовательных услуг, направлен на взаимодействие с семьей. С целью построения эффективного взаимодействия семьи и ДОУ педагогическим коллективом созданы следующие условия:

–**социально-правовые (**построение всей работы основывается на федеральных, региональных, муниципальных нормативно-правовых документах, а также с Уставом ДОУ, договорами сотрудничества, регламентирующими и определяющими функции, права и обязанности семьи и дошкольного образовательного учреждения);

–**информационно-коммуникативные (**предоставление родителям возможности быть в курсе реализуемых программ, быть осведомленными в вопросах специфики образовательного процесса, достижений и проблем в развитии ребенка, безопасности его пребывания в ДОУ);

–**перспективно-целевые (**наличие планов работы с семьями на ближайшую и дальнейшую перспективу, обеспечение прозрачности и доступности для педагогов и родителей в изучении данных планов, предоставление права родителям участвовать в разработке индивидуальных проектов, программ и выборе точек пересечения семьи и ДОУ в интересах развития ребенка).

Основные формы взаимодействия с семьей

- Знакомство с семьей: встречи-знакомства, анкетирование семей.
- Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, приглашение родителей на спортивные праздники, создание памяток, интернет-журналов, переписка по электронной почте.
- Образование родителей: организация «материнской/отцовской школы», «школы для родителей» (лекции, семинары, семинары-практикумы), проведение мастер-классов, тренингов, создание библиотеки (медиатеки).
- Совместная деятельность: привлечение родителей к организации семейных объединений (клуб, студия, секция), семейных праздников,

прогулок, экскурсий, к участию в детской исследовательской и проектной деятельности.

«Физическая культура»

- Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.
- Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку);
- Стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; Создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.
- Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.
- Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.
- Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом, открывая разнообразные секции и клубы (любителей туризма, плавания и пр.).
- Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).

Взаимодействие инструктора по физической культуре с семьями воспитанников

Сроки	**Вторая группа раннего возраста**		**Младшая группа**		**Средняя группа**		**Старшая группа**	
	Тема	**Форма реализации**	**Тема**	**Форма реализации**	**Тема**	**Форма реализации**	**Тема**	**Форма реализации**
Сентябрь	«Организация физического воспитания детей в семье»	Консультация на стенде для родителей	Плоскостопие. Игровые упражнения для профилактики	Консультация на стенде для родителей	«Физическое развитие детей пятого года жизни»	Сообщение на родительском собрании	Организация физического воспитания детей в семье	Консультация на стенде для родителей
Октябрь	Анкетирование:	В группе	Проведение	На стенде для	Оформление	В уголке для	Проведение	На стенде для

	«О здоровье всерьез»		диагностики развития движений	родителей	индивидуальных карт развития движений	родителей.	диагностики развития движений	родителей
Ноябрь	«Как организовать выходной с ребенком»	Консультация на стенде для родителей	Эмоциональное здоровье дошкольника	Консультация на стенде для родителей	«Как сделать спортивное оборудование дома»	Консультация		Консультация на стенде для родителей
Декабрь	Анкетирование: «О здоровье всерьез»	В группе		Консультация на стенде для родителей	«Как правильно выбрать лыжи для дошкольника»	Консультация	Музыка и гиперактивность	Консультация на стенде для родителей
Январь		Консультация на стенде для родителей	«Устройство мини-стадиона»	Консультация на стенде для родителей	Укрепление здоровья детей и снижение заболеваемости	Консультация	«На лыжню - всей семьей»	Консультация на стенде для родителей
Февраль	«Зимние игры и развлечения»	Консультация на стенде для родителей	«Что можно использовать в межсезонье, чтобы не болеть»	Консультация на стенде для родителей	«Влияние пальчиковой гимнастики на умственное развитие ребенка»	Консультация	«Формирование нравственного здоровья дошкольников»	Консультация на стенде для родителей
Март	«Как предупредить весенний авитаминоз»	Консультация на стенде для родителей	«Как предупредить весенний авитаминоз»	Консультация на стенде для родителей	«Двигательная активность, как средство развития познавательных процессов»	Консультация		

Апрель	«Без лекарств и докторов»	Консультация на стенде для родителей	«Как учитывать в семье особенности детей»	В течении дня	«Сохраним здоровую осанку детей»	Консультация		
Май	«Как организовать летний отдых детей»	Консультация на стенде для родителей	Проведение диагностики развития движений. Знакомство с планом летнее – оздоровительной работы.	На стенде	Оформление индивидуальных карт развития движений	Консультация	Заполнение диагностических карт развития движений.	Папка для родителей
Июнь	«Закаливание детей силами природы»	Консультация	«Закаливание детей силами природы»	Консультация	«Активный семейный отдых летом»	Консультация	«Закаливание детей»	Консультация
Июль	«Босохождение – эффективный метод коррекции плоскостопия»	Консультация	Босохождение – эффективный метод коррекции плоскостопия	Консультация	«Нетрадиционные методы оздоровления детей»	Консультация	«Пути оптимизации здоровья дошкольников»	Консультация
Август	«Обеспечение безопасности детей»	Консультация	Обеспечение безопасности детей	Консультация	«Забота о здоровье детей – задача общая»	Консультация	Формирование основ ЗОЖ у дошкольников	Консультация

2.5. Содержание части, формируемой участниками образовательных отношений

Данная часть Программы учитывает образовательные потребности, интересы и мотивы воспитанников, членов их семей и педагогов и

ориентирована на:

- специфику национальных, социокультурных, экономических, климатических условий, в которых осуществляется образовательный процесс;
- выбор тех парциальных программ и форм организации работы с детьми, которые в наибольшей степени соответствуют потребностям и интересам воспитанников МБДОУ, а также возможностям педагогического коллектива;
- поддержку интересов педагогических работников МБДОУ, реализация которых соответствует целям и задачам Программы;
- сложившиеся традиции МБДОУ.

В части, формируемой участниками образовательных отношений, в соответствии с п. 2.9. ФГОС ДО, представлены выбранные и разработанные самостоятельно участниками образовательных отношений Программы, направленные на развитие детей в одной или нескольких образовательных областях, видах деятельности и/или культурных практиках, методики, формы организации образовательной работы.

➢ **Региональная образовательная программа «Основы здорового образа жизни»,** О.П.Аккузина, А.Х.Болтаг, О.М. Гришанова, М.В.Загородняя, М.В.Лысогорская, М.Ю.Михайлина, Е.В.Нагаева, М.М.Орлова, М.А.Павлова, Г.Ю.Рахманова, Е.А.Сорокина, Т.Ф.Сергеева, А.В.Серякина, Н.П.Смирнова. – 3-е изд., перераб. и доп. – Саратов: ООО «Издательство «Научная книга», 2014 составлена с учетом возрастных особенностей детей, в ней соблюдается последовательное усложнение и расширение изучаемых понятий по мере взросления ребенка и охватывает период с 3-х до 7 лет. Программа содержит блоки: мировоззренческий, психологический, правовой, семьеведческий, медицинский.

1. Этический блок включает основные философские понятия о мире, жизни, закономерностях существования Вселенной, Космоса. Дает понятия таким категориям, как: забота, ответственность, бережность, любовь, красота, гармония, счастье, творчество свобода, добро и зло.

2. Психологический блок: дает понятия о строении и проявлениях психики, структуре личности, самоанализе и саморегуляции. Включает формирование и развитие умений приводить в гармонию, и единство различные стороны своей души, самоценности своей личности.

3. Правовой блок: обеспечивает необходимое знание и понимание своих прав и обязанностей в обществе и семье; формирует навыки правового поведения, что обеспечивает безопасность и сохранение здоровья, правильное понимание свободы и необходимости.

4. Семьеведческий блок: дает комплексные знания о механизмах создания, развития и функционирования семьи. Формирует ценность и потребность в семье, развивает навыки эффективного семейного взаимодействия. Грамотного и ответственного воспитания детей. Способствует развитию полоролевого поведения, мужественности и женственности.

5. Медицинский блок: дает основные знания об анатомии и физиологии организма, гигиене и профилактике болезней. Формирует отношение к своему телу как ценности. Развивает навыки ухода за своим телом, правильного питания, режима труда и отдыха и т.д.

Цель: формирование представлений о здоровом образе жизни и воспитание навыков здоровьесбережения.

Задачи:

- Формирование личности способной реализовать себя в современном мире максимально эффективно и безопасно.
- формирование личности творчески относящейся к возникающим проблемам, владеющей навыками саморегуляции
- формирование навыков безопасного поведения, эффективного взаимодействия с людьми
- получение знаний и навыков, необходимых для создания семейных отношений и воспитания детей
- формирование потребности в здоровом образе жизни, навыков гигиены и профилактики заболеваний, ухода за больными.

- формирование навыков рационального питания, закаливания физической культурой и других способов самосовершенствования собственного здоровья.

Тематический план работы по региональной программе «Основы здорового образа жизни» во второй группе раннего возраста

	Темы	Формы и виды деятельности	Материал и оборудование
1	Исследование и наблюдение красоты окружающего мира	Беседы «Кто живет в нашем лесу» Сюжетно-ролевая игра «Плывёт корабль вокруг света»	Звуки природы, аудиозапись «Песня Красной шапочки», картины (горы, лес, река), атлас для малышей
	Я – часть мира	Беседы «Как красиво вокруг» Сюжетно-ролевая игра «Кто я», дидактическая игра «Что где растет»	Слайды с изображением разных ландшафтов, аудиозапись песни С. Намина «Как прекрасен этот мир», детские энциклопедии
2	Формирование игровых действий	Совместная игра воспитателя и детей	Перечень игрушек, необходимых для формирования игровых действий, с.32-33 Программы
	Формирование игровых отношений	Совместные фронтальные игры воспитателя и детей, разыгрывание индивидуальных эмоциональных этюдов на выражение различных чувств	Чистякова М.И. Психогимнастика
	Как выражать сочувствие, радость, заботу	Коллективные подвижные игры, этюды на выразительные движения «Тише!», «Иди ко мне», «Уходи!», «Спящий котенок», отрабатывание выразительных движений, развитие психомоторики детей	Аудиозапись музыки, с. 34 Программы, атрибуты сюжетно-ролевой игры в зависимости от тематики
3	Правила поведения	Беседа «Что такое хорошо и что такое плохо». Дидактическая игра «Поищем и найдем волшебные слова», сюжетно-ролевая игра «Поедем в гости»	Дами Э. «Хорошие манеры для самых маленьких», Е. Благинина «Посидим в тишине», «Не мешайте мне трудиться»
	Какие мы разные	Беседы «Какие мы разные!», дидактическая игра «А кого мы загадали»	Чистякова М.И. Психогимнастика
4	Фотография своей семьи	Беседа по семейным фотографиям, Картины и иллюстрации с изображением семьи за обедом, на прогулке, на отдыхе с. 36 Программы	Картины и иллюстрации с изображением семьи за обедом, на прогулке, на отдыхе. Фотоальбом «Моя семья»
	Понятие различий между мальчиками и девочками	Дидактическая игра «Мальчик или девочка», «Хозяюшка», сюжетно-ролевая игра «Большая семья»	Фотографии родителей, детей, куклы – девочки и мальчики
5	Как я устроен	В рамках режимных моментов создавать ситуации, наглядно демонстрирующие эффект бытовых гигиенических процедур и их необходимость, развитие двигательных качеств ребенка Беседа «Правила хорошего питания»	Энциклопедия для дошкольников Зайцев Г.К. «Уроки Мойдодыра», пособия к книге, методический кабинет

		Дидактическая игра «Части тела», «Чем опасны грязные руки»	
	Мои полезные привычки	Имитационные игры с куклами, сюжетно-ролевая игра «Дочки-матери», этюды по психогимнастике	Зайцев Г.К. «Уроки Мойдодыра», пособия к книге, методический кабинет
	Закаливание	Использование игровых приемов обучения для усвоения основных режимных моментов в детском саду Ознакомление родителей с системой закаливания в детском саду	Необходимое оборудование
	Физическое здоровье	Тематические беседы для воспитателей под руководством медицинского работника, опросы и анкетирование родителей	Медико-педагогический контроль
6	Родительский лекторий	а) Что такое детская игра б) Особенности половозрастного развития 3 летних детей в) Стиль родительского поведения и кризис 3-х лет	Консультирование по актуальным проблемам, с. 40-41 Программы

Тематический план работы по региональной программе «Основы здорового образа жизни» в младшей группе

	Темы	**Формы и виды деятельности**	**Материал и оборудование**
1	Исследование и наблюдение красоты окружающего мира	Беседы «Кто живет в нашем лесу», «Не хотите ль дети в Африку гулять?», «Где живет пингвин?» Сюжетно-ролевая игра «Плывёт корабль вокруг света»	Глобус, атлас для малышей, звуки природы, аудиозапись «Песня Красной шапочки», «В Антарктиде льдины Землю скрыли», картины (горы, лес, болото).
	Я – часть мира	Беседы «Природа - наш дом», «Как прекрасен этот мир» Сюжетно-ролевая игра «Кто я», дидактическая игра «Живое – неживое», «Что где растет»	Слайды с изображением разных ландшафтов, аудиозапись песни С. Намина «Как прекрасен этот мир», детские энциклопедии
2	Формирование игровых действий	Совместная игра воспитателя и детей	Перечень игрушек, необходимых для формирования игровых действий, с.32-33 Программы
	Формирование игровых отношений	Совместные фронтальные игры воспитателя и детей, разыгрывание индивидуальных эмоциональных этюдов на выражение различных чувств	Чистякова М.И. Психогимнастика
	Как выражать сочувствие, радость, заботу	Коллективные подвижные игры, этюды на выразительные движения «Тише!», «Иди ко мне», «Уходи!», «Спящий котенок», отрабатывание выразительных движений, развитие психомоторики детей	Аудиозапись музыки, с. 34 Программы, атрибуты сюжетно-ролевой игры в зависимости от тематики
3	Правила поведения	Беседы «Что такое правила поведения», «С чего начинается добро», «Что такое хорошо и что такое плохо», Дидактическая игра	Дами Э. «Хорошие манеры для самых маленьких», Е. Благинина «Посидим в тишине»,

		«Поищем и найдем волшебные слова», «Путешествие по маршруту добрых чувств и поступков», с/р игра «Поедем в гости»	«Не мешайте мне трудиться», Пермяк Е. «Самое страшное»
	«Надо» как забота о других	Беседы «Кому нужна моя забота», «Какие мы разные!», практическое занятие «Свет мой зеркальце, скажи!» (определение цвета волос, глаз, черт характера), дидактическая игра «А кого мы загадали»	Чистякова М.И. Психогимнастика
4	Рисунок своей семьи	Беседа «Кто научил родителей быть самыми главными?» Рисунок своей семьи, с. 36 Программы	Картины и иллюстрации с изображением семьи за обедом, на прогулке, на отдыхе
	Понятие различий между мальчиками и девочками	Беседа «Чем отличаются девочки и мальчики», дидактическая игра «Мальчик или девочка», «Хозяюшка», сюжетно-ролевая игра «Большая семья»	Фотографии родителей, детей, куклы – девочки и мальчики
5	Как я устроен	В рамках режимных моментов создавать ситуации, наглядно демонстрирующие эффект бытовых гигиенических процедур и их необходимость, развитие двигательных качеств ребенка Беседа «Правила хорошего питания» Дидактическая игра «Части тела», «Чем опасны грязные руки»	Энциклопедия для дошкольников Зайцев Г.К. «Уроки Мойдодыра», пособия к книге, методический кабинет
	Мои полезные привычки	Имитационные игры с куклами, сюжетно-ролевая игра «Дочки-матери», этюды по психогимнастике	Зайцев Г.К. «Уроки Мойдодыра», пособия к книге, методический кабинет
	Закаливание	Использование игровых приемов обучения для усвоения основных режимных моментов в детском саду Ознакомление родителей с системой закаливания в детском саду	Необходимое оборудование
	Физическое здоровье	Тематические беседы для воспитателей под руководством медицинского работника, опросы и анкетирование родителей	Медико-педагогический контроль
6	Родительский лекторий	а) Что такое детская игра б) Особенности половозрастного развития 3-4 летних детей в) Стиль родительского поведения и кризис 3-х лет	Консультирование по актуальным проблемам, с. 40-41 Программы

Тематический план работы по региональной программе «Основы здорового образа жизни» в средней группе

	Темы	Формы и виды деятельности	Материал и оборудование
1	Жизнь на Земле. Все живое	Беседа «Наша Земля большая и красивая» Дидактическая игра «Живое-неживое»	Глобус, атлас для малышей, звуки природы
	Жизнь растений, рыб, птиц, животных	Сюжетно-ролевая игра «Зоопарк»	Презентации, книги, игрушки, картины о растениях, птицах, животных
	Уход за растениями и животными	Прогулки, работа и наблюдения в «живых» уголках Наблюдение за трудом взрослых, рассматривание картин	Шапочки-маски насекомых, растений Уголок природы в группе, оборудование

			для ухода Картины о растениях, птицах, животных и уходе за ними
2	Настроение. Как поделиться радостью. Как утешить	Беседы «Что я умею чувствовать», «Мои желания» Распознавание эмоций в музыкальных отрывках Сюжетно-ролевая игра «Любящие родители» Чтение произведений К.И. Чуковского «Тараканище», «Федорино горе», «Телефон» Сюжетные этюды «Смелый заяц», «Вежливый ребенок», «Жадный пес»	Карточки и картинки с эмоциями К.И. Чуковского «Тараканище», «Федорино горе», «Телефон»
	Вежливость и уважение – как они проявляются	Развлечение «Вежливые малыши» Мимические и пантомимические этюды Дидактическая игра «Поищем и найдем волшебные слова»	Карточки с изображением различных поступков героев (просьба, угроза, насмешки, уговоры, похвала)
	Основы саморегуляции	Игры «Замри» Релаксационные упражнения и игры М.И. Чистяковой «Смотри на руки», «Кто за кем», «Слушай команду», «Сова»	Пособие к игре «Замри»
3	Правила здоровья и здоровая жизнь	ОД «Тело человека» Беседы «Важные помощники человека», «Что и как мы едим», «Чем опасны грязные руки» Дидактические игры «Части тела», «Скажи наоборот» Сюжетно-ролевая игра «На приеме у врача»	Плакаты и картинки «Я и мое тело», «Что такое хорошо и что такое плохо»
	Правила безопасного поведения на улице, дома, в детском саду	Беседы «Один дома», «Безопасность на улице», «Наш любимый детский сад» Дидактическая игра «Безопасное лото»	Картинки с изображением «опасных» предметов, пособия к дидактическим играм
4	Моя семья. Я в моей семье.	ОД «Моя семья», с. 55 Дидактическая игра «Чтобы я хотел подарить своим близким» Семейное чаепитие «Сладкий вечер»	Альбом «Моя семья» Произведения по теме «Семья»
5	Как живет мое тело	В рамках режимных моментов создавать ситуации, наглядно демонстрирующие эффект бытовых гигиенических процедур и их необходимость Беседа «Правила хорошего питания» Дидактическая игра «Скажи наоборот» Сюжетно-ролевая игра «Скорая помощь»	Энциклопедия для дошкольников Зайцев Г.К. «Уроки Мойдодыра», пособия к книге
	Гигиена тела. Правила личной гигиены.	ОД «Тело человека» Беседа «Есть у фруктов кожура, а у человека кожа»	Плакат «Правила гигиены» Зайцев Г.К. «Уроки Мойдодыра», пособия к

		Дидактическая игры «Вижу, слушаю, нюхаю, трогаю, пробую»	книге
	Солнце, воздух и вода – мои лучшие друзья	Развлечение «Солнце, воздух и вода – мои лучшие друзья» Дыхательные упражнения	Презентация «Солнце, воздух и вода – мои лучшие друзья» Зайцев Г.К. «Уроки Мойдодыра», пособия к книге

Тематический план работы по региональной программе «Основы здорового образа жизни» в старшей группе

№	Темы	Формы и методы работы				
		ОД	**Беседы**	**Сюжетно-ролевые игры**	**Дидактические игры**	**Художественная литература**
1.	Такой разный мир людей	«Земля – наш дом», «Какие мы?»	«Почему мы все разные»	«Путешествие за границу»	«Путешествие»	Сказки разных народов
2.	Я и мои поступки		«Если с другом вышел в путь»		Игры на выражение эмоций, черт характера	
3.	Папа, мама, я – дружная семья	«Папа, мама, я – дружная семья»		«Семья»	«Закончи предложение»	Произведения о семье
4.	Расти здоровым	«Учись быть здоровым»	«Твое тело», «Секреты скелета», «Чистота-залог здоровья»	«Спортивные соревнования»,	«Вопрос-ответ»	Произведения о спорте, пословицы и поговорки о здоровье
5.	Внутренняя кухня человека		«Как ты ешь», «Куда девается еда», «Правила приема пищи», «Как растут зубы»	«Семья на праздничном обеде», «Кафе», «На приеме у стоматолога»	«Хозяюшка», «Слово на ладошке» (анатомический букварь), «Скажи наоборот»	
6.	Как мы дышим	«Как мы дышим»	«Кто как дышит», «Если хочешь быть здоров»		«Угадай по запаху»	

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Особенности ежедневной организации жизни и деятельности детей

Режим работы МБДОУ: пятидневная рабочая неделя. Выходные дни – суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни. МБДОУ детский сад «Малыш» работает в условиях полного дня (10,5-часового пребывания) – с 7 ч 30 мин. до 18 ч 00 мин.

Программа реализуется в течение всего пребывания детей в ДОУ.

Образовательный процесс осуществляется с первого сентября по тридцать первое мая. Летний период – с первого июня по тридцать первое августа.

Распорядок (режим дня) на холодное время года

	Вторая группа раннего возраста «Вишенки»	**Младшая группа «Гномики»**	**Средняя группа «Матрёшки»**	**Старшая группа «Смородинки»**
Прием детей на воздухе, осмотр, игры, наблюдения, самостоятельная деятельность	7.30-8.15	7.30-8.15	7.30-8.15	7.30-8.15
Утренняя гимнастика	8.15-8.19 (4-5 мин)	8.15-8.20 (5-6 мин)	8.15-8.21(6-8 мин)	8.15-8.23 (8-10)
Подготовка к завтраку, завтрак	8.19-8.45	8.20-8.40	8.21-8.41	8.23-8.43
Игры, подготовка к занятиям	8.45-9.15	8.40-9.15	8.41-9.15	8.43-9.15
Непрерывная образовательная деятельность - НОД (общая длительность, включая перерывы)	9.15-9.45 (по подгруппам)	9.15-9.55	9.15-10.05	9.15-10.10 Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня – 45 минут
Второй завтрак	9.45-10.00	9.55-10.05	10.05-10.15	10.10-10.20
Игры, подготовка к прогулке, прогулка.	10.00-11.25	10.05-11.50	10.15-12.10	10.20-12.25
Возвращение с прогулки	11.25-11.35	11.50-12.00	12.10-12.30	12.25-12.40
Подготовка к обеду, обед	11.35 -12.00	12.00 -12.30	12.30-12.50	12.40-13.00
Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон.	12.00-15.00	12.30-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъём, гимнастика после сна.	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25

Подготовка к полднику, полдник.	15.25-15.45	15.25-15.45	15.25-15.45	15.25-15.40
Игры, самостоятельная и организованная деятельность детей. Чтение художественной литературы.	15.45-16.30 5-8 минут	15.45-16.30 5-10 минут	15.45-16.30 10 -15 минут	15.40-16.30 10-15 минут
Непрерывная образовательная деятельность - НОД (общая длительность, включая перерывы)	15.45-16.15 (по подгруппам)	_	_	15.45-16.10
Подготовка к прогулке, прогулка. Постепенный уход детей домой.	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00
На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов.				
Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.				

Распорядок (режим) на теплое время

	Вторая группа раннего возраста «Вишенки»	**Младшая группа «Гномики»**	**Средняя группа «Матрёшки»**	**Старшая группа «Смородинки»**
Прием детей, взаимодействие с родителями, совместная деятельность, самостоятельная деятельность	7.30-8.15	7.30-8.15	7.30-8.15	7.30-8.15
Утренняя гимнастика на воздухе	8.15-8.19 (4-5)	8.15-8.20 (5-6)	8.15-8.21 (6-8)	8.15-8.23 (8-10)
Подготовка к завтраку, завтрак, гигиенические процедуры	8.19-8.45	8.20-8.40	8.21-8.41	8.23-8.43
Игры, самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке, выход на прогулку	8.45-9.15	8.40-9.15	8.41-9.15	8.43-9.15
Прогулка (игры, игры-экспериментирования, труд, наблюдения, индивидуальная работа, закаливающие процедуры, самостоятельная деятельность)	9.15-11.25	9.15-11.50	9.15-12.00	9.15-12.10
Непрерывная образовательная деятельность (НОД)	9.15-9.45 (по подгруппам)	9.15-9.30	9.15-9.35	9.15-9.40
Подготовка к завтраку, второй завтрак	9.45-10.00	9.55-10.05	10.05-10.15	10.10-10.20
Возвращение с прогулки	11.25-11.35	11.50-12.00	12.00-12.10	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед	11.35 -12.00	12.00 -12.25	12.10-12.30	12.20-12.40
Спокойные игры, подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон.	12.00-15.00	12.25-15.00	12.30-15.00	12.40-15.00
Постепенный подъём, гимнастика после сна.	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник.	15.25-15.45	15.25-15.45	15.25-15.45	15.25-15.40

Игры, самостоятельная и организованная деятельность детей. Чтение художественной литературы.	15.45-16.30 5-8 минут	15.45-16.30 5-10 минут	15.45-16.30 10-15 минут	15.40-16.30 10-15 минут
Подготовка к прогулке, прогулка. Постепенный уход детей домой.	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00	16.30-18.00
На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов. Продолжительность прогулок варьируется в зависимости от погодных условий. В теплое время образовательная деятельность может проводиться на участке во время прогулки.				

Формы работы с учетом основных видов детской деятельности дошкольника

Формы организации непрерывной образовательной деятельности:
- для детей с 1 года до 3 лет – подгрупповая;
- в дошкольных группах - подгрупповые, фронтальные.

-Чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций.
-Двигательная активность в течение дня.
-Тренировки в основных видах движений.
-Соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей.
-Различные виды непрерывной образовательной деятельности (использование тренажеров и спортивных комплексов, и другие).

При работе с детьми планируются формы организации образовательного процесса:

Занятия тренировочного типа, которые направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др. Используется стандартное и нестандартное оборудование.

Контрольно-проверочные занятия, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений (бег на скорость на I0 м с хода, прыжки в длину с места, метание мешочка вдаль, бросание мяча вверх и ловля его, бросание набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками и т.д).

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Групповой способ. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет: в младшей группе – 15 мин.; в средней группе – 20 мин.; в старшей группе – 25 мин.

С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляют по подгруппам 2-3 раза в неделю. С детьми второго года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы проводят в групповом помещении, с детьми третьего года жизни - в групповом помещении или в физкультурном зале (Санпин п. 12.4.). Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность непрерывной образовательной деятельности не должна превышать 10 мин (Санпин п. 11.9.).

Циклограмма непрерывной образовательной деятельности по физической культуре

			Неделя / год			
№	**Образовательная область**	**Тематический модуль**	**Вторая группа раннего возраста**	**Младшая группа**	**Средняя группа**	**Старшая группа**
1	Физическое развитие	Физическая культура	2 / 72	3/108	3/108	3/108
		Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Совместная и самостоятельная деятельность (режимные моменты)	Совместная и самостоятельная деятельность (режимные моменты)	Совместная и самостоятельная деятельность (режимные моменты)	Совместная и самостоятельная деятельность (режимные моменты)
Часть, формируемая участниками образовательных отношений						
2	Парциальная программа дошкольного образования	Региональная образовательная программа «Основы здорового образа жизни», О.П.Аккузина, Н.П.Смирнова и др.	Совместная и самостоятельная деятельность (режимные моменты)			

Расписание непрерывной образовательной деятельности

	Вторая группа раннего возраста «Вишенки»	**Младшая группа «Гномики»**	**Средняя группа «Матрешки»**	**Старшая группа «Смородинки»**
д е п	1.Развитие речи	**1. Физическая культура**	1. Рисование 9.15-9.35	1. Познавательное развитие 9.15-9.38

	9.15-9.25 (*I* подгруппа) 9.35-9.45 (II подгруппа) 2. Лепка 15.45-15.55 (*I* подгруппа) 16.05-16.15 (II подгруппа)	**9.15-9.30** 2. Рисование 9.40-9.55	**2. Физическая культура 9.45-10.05**	**2. Физическая культура 10.10-10.32** 3. Рисование 15.45-16.10
Вторник	**1. Физическая культура** 9.15-9.25 (*I* подгруппа) 9.35-9.45 (II подгруппа) 2. Ознакомление с окружающим 15.45-15.55 (*I* подгруппа) 16.05-16.15 (II подгруппа)	1. ФЭМП 9.15-9.30 **2. Физическая культура 9.50-10.05**	1. ФЭМП 9.15-9.35 **2. Физическая культура на воздухе**	1. Развитие речи 9.15-9.38 **2. Физическая культура на воздухе** 3. Аппликация (лепка, чередуются через неделю) 15.45-16.10
Среда	1. Музыка 9.15-9.25 (*I* подгруппа) 9.35-9.45 (II подгруппа) 2. ФЭМП 15.45-15.55 (*I* подгруппа) 16.05-16.15 (II подгруппа)	1. Познавательное развитие 9.15-9.30 2. Музыка 9.40-9.55	1. Познавательное развитие 9.15-9.35 2. Музыка 9.45-10.05	1. ФЭМП 9.15-9.38 **2. Физическая культура 9.50-10.12** 3. Рисование 15.45-16.10
Четверг	**1. Физическая культура** 9.15-9.25 (*I* подгруппа) 9.35-9.45 (II подгруппа) 2. Развитие речи 15.45-15.55 (*I* подгруппа) 16.05-16.15 (II подгруппа)	1. Развитие речи 9.15-9.30 **2. Физическая культура на воздухе 9.40-9.55**	1. Музыка 9.15-9.35 2. Развитие речи 9.45-10.05	1. Познавательное развитие 9.15-9.38 2. Музыка 9.50-10.12
Пятница	1. Музыка 9.15-9.25 (*I* подгруппа) 9.35-9.45 (II подгруппа) 2. Рисование 15.45-15.55 (*I* подгруппа) 16.05-16.15 (II подгруппа)	1. Аппликация (лепка, чередуются через неделю) 9.15-9.30 2. Музыка 9.40-9.55	**1. Физическая культура 9.15-9.35** 2. Лепка (аппликация, чередуются через неделю) 9.45-10.05	1. Развитие речи 9.15-9.38 2. Музыка 9.50-10.12
	Длительность – **не более 10 мин.**	Длительность – не более **15 мин.** Перерыв – не менее 10 минут	Длительность – не более **20 мин.** Перерыв – не менее 10 минут	Длительность – не более **25 мин.** Перерыв – не менее 10 минут
	Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня			
	Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут).	не превышает 30 минут	не превышает 40 минут	не превышает 45 минут

3.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Планирование ОД предусматривает организацию культурно-досуговой деятельности детей, задачами которой являются:

– организация культурного отдыха детей, их эмоциональной разрядки;
– развитие детского творчества в различных видах деятельности и культурных практиках;
– создание условий для творческого взаимодействия детей и взрослых;
– обогащение личного опыта детей разнообразными впечатлениями, расширение их кругозора средствами интеграции содержания различных образовательных областей;
– формирование у детей представлений об активных формах культурного отдыха.

Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий обусловлены реализацией комплексно-тематического построения образовательного процесса.

Организационной основой реализации комплексно-тематического принципа построения Планирования ОД является примерный календарь праздников, тематика которых ориентирована на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящена различным сторонам человеческого бытия:

– традиционным для семьи, общества и государства праздничным событиям (Новый год, Праздник весны и труда, День матери и др.);
– наиболее «важным» профессиям (воспитатель, врач, строитель и др.);
– явлениям нравственной жизни ребенка (Дни «спасибо», доброты, друзей и др.);
– окружающей природе (вода, земля, птицы, животные и др.);
– миру искусства и литературы (Дни музыки, детской книги, театра и др.);
– событиям, формирующим чувство гражданской принадлежности ребенка (День России, День защитника Отечества и др.).

Мероприятия групповые, межгрупповые и общесадовские: походы; физкультурные досуги (проводятся 1 раза в месяц); спортивные праздники (проводятся 2-3 раза в год); соревнования; дни здоровья; тематические досуги; праздники; фестивали; театрализованные представления; смотры и конкурсы; экскурсии.

Комплексно-тематическое планирование.
Распределение образовательной деятельности по темам на учебный год

Сроки	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа
Сентябрь 1 нед. 01.09.-07.09.	Детский сад	До свидания, лето, здравствуй, детский сад!	День знаний	День знаний
Сентябрь 2 нед. 10.09.-14.09.	Я в мире человек	Я в мире человек	Я в мире человек	Я вырасту здоровым
Сентябрь 3 нед. 17.09-21.09.	Я в мире человек	Я в мире человек	Я в мире человек	Я вырасту здоровым

Диагностика (мониторинг) - 24.09.- 05.10.				
Сентябрь 4 нед. 24.09.-28.09.	Осень *(27 сентября - День воспитателя и всех дошкольных работников)*	Осень *(27 сентября - День воспитателя и всех дошкольных работников)*	Осень. Что растет в саду и огороде *(27 сентября - День воспитателя и всех дошкольных работников)*	Осень. Как хлеб на стол пришел *(27 сентября - День воспитателя и всех дошкольных работников)*
Октябрь 1 нед. 01.10-05.10.	Осень	Осень	Осень. Что растет в саду и огороде	Что растет в саду и огороде
Октябрь 2 нед. 08.10-12.10.	Осень	Осень	Осень в лесу, в степи (животные, растения)	Осень в лесу, степи (животные, растения)
Октябрь 3 нед. 15.10.19.10.	Осень	Осень	Осенние фантазии	Осенние фантазии
Октябрь 4 нед. 22.10-26.10.	Дружба. Что такое хорошо и что такое плохо.	Дружба. Что такое хорошо и что такое плохо.	Дружба. Что такое хорошо и что такое плохо.	Дружба. День народного единства.
Октябрь 5 нед. 29.10-02.11.	Мой дом	Мой дом, моё село	Моё село, моя страна	Мое село, моя страна
Ноябрь 1 нед. 05.11-09.11.	Мой дом	Мой дом, моё село	Моё село, моя страна	Мое село, моя страна
Ноябрь 2 нед. 12.11-16.11.	Детям о ПДД	Детям о ПДД	Детям о ПДД	Детям о ПДД
Ноябрь 3 нед. 19.11-23.11.	Детям о ПДД *(18 ноября – день рождения Деда Мороза)* *(День матери – последнее воскресенье ноября)*	Детям о ПДД *(18 ноября – день рождения Деда Мороза)* *(День матери – последнее воскресенье ноября)*	Детям о ПДД *(18 ноября – день рождения Деда Мороза)* *(День матери – последнее воскресенье ноября)*	Детям о ПДД *(18 ноября – день рождения Деда Мороза)* *(День матери – последнее воскресенье ноября)*
Ноябрь 4 нед. 26.11-30.11.	Новогодний праздник	Зимушка-зима Зимние забавы	Природа зимой	Природа зимой
Декабрь, 1 нед. 03.12-07.12.	Новогодний праздник	Зимушка-зима Зимние забавы	Зимние забавы	Зимние забавы, безопасность зимой
Декабрь, 2 нед. 10.12-14.12.	Новогодний праздник	Новогодний праздник	Новогодний праздник	Мастерская Деда Мороза Новый год
Декабрь, 3 нед.	Новогодний праздник	Новогодний праздник	Новогодний праздник	Мастерская Деда Мороза

17.12-21.12.				Новый год
Декабрь, 4 нед. 24.12-28.12.	Новогодний праздник	Новогодний праздник	Новогодний праздник	Мастерская Деда Мороза Новый год
Январь, 1 нед. 09.01-11.01.	Зимняя сказка	Зимняя сказка	Зимняя сказка	Зимние виды спорта.
Январь, 2 нед. 14.01.-18.01.	Зимняя сказка *(День снеговика – 18.01)*	Зимняя сказка *(День снеговика – 18.01)*	Зимняя сказка *(День снеговика – 18.01)*	Зимняя сказка *(День снеговика – 18.01)*
Январь, 3 нед. 21.01-25.01.	Зимняя сказка	Птицы и звери зимой	Лаборатория «Снежинка»	Лаборатория «Снежинка»
Февраль, 1 нед. 28.01-01.02.	Птицы и звери зимой	Птицы и звери зимой	Птицы и звери зимой	Птицы и звери зимой
Февраль, 2 нед. 04.02-08.02.	Птицы и звери зимой	День защитника Отечества	День защитника Отечества	На заставе богатырской
Февраль, 3 нед. 11.02-15.02.	Папин день *(Акция «День дарения книг»11.02-15.02)*	День защитника Отечества *(Акция «День дарения книг»11.02-15.02)*	День защитника Отечества *(Акция «День дарения книг»11.02-15.02)*	Российская Армия *(Акция «День дарения книг»11.02-15.02)*
Февраль, 4 нед. 18.02-22.02.	Папин день	День защитника Отечества	День защитника Отечества	Российская Армия
Март, 1 нед. 25.02-01.03.	Мамин день	8 Марта	8 Марта	Международный женский день
Март, 2 нед. 04.03-07.03.	Мамин день	8 Марта	8 Марта *(Масленица (04-10.03.2019)*	Международный женский день *(Масленица (04-10.03.2019)*
Март, 3 нед. 11.03-15.03.	Народная культура и традиции	Народная культура и традиции	Народная культура и традиции	Народная культура и традиции
Март, 4 нед. 18.03-22.03.	Я и окружающий мир	Я и окружающий мир	Я и окружающий мир	Я и окружающий мир
Март, 5 нед. 25.03-29.03.	Неделя театра	Неделя театра	Неделя театра	Неделя театра *(1 апреля - День смеха)*
Апрель, 1 нед. 01.04-05.04.	Неделя доброты	Неделя доброты	Неделя доброты	Неделя доброты
Апрель, 2 нед. 08.04-12.04.	Неделя доброты	Неделя доброты	Неделя доброты	Неделя доброты *(12 апреля - День*

				космонавтики)
Диагностика (мониторинг) – 08.04.– 19.04.				
Апрель, 3 нед. 15.04-19.04.	Весна	Весна	Весна	Весенние явления
Апрель, 4 нед. 22.04-26.04.	Весна	Весна	Весна	Прогулка в весенний лес, в степь (животные и растения)
Май, 1,2 нед. 06.05-08.05.	Родной край. Моя семья.	Родной край. Моя семья.	Родной край. День Победы	День Победы
Май, 2 нед. 13.05-17.05.	Скоро лето. Водичка-водичка	Скоро лето. Водичка-водичка	Скоро лето.	Скоро лето.
Май, 3,4 нед. 20.05-31.05.	Скоро лето. Водичка-водичка	Скоро лето. Водичка-водичка	Скоро лето.	Скоро лето.

План проведения спортивных праздников, развлечений и досугов на учебный год

№ п/п	Сроки	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа
1	Сентябрь	«Веселый мяч»	«Поступаем в школу Мишки - топтышки»	«Светофорчик»	«Сто затей для друзей»
2	Октябрь	«Большие деревья»	«Магазин игрушек»	«Веселые друзья»	«Праздник картошки»
3	Ноябрь	«Мы шли, шли, и нашли..»	«В гостях у матрешки»	«Сластена в гостях у ребят»	«Дружим со спортом»
4	Декабрь	«Хлопья снежные летят»	«Красный, желтый, голубой – не угнаться за тобой»	«Мы умеем дружно жить»	«Счастливы вместе» Спортивный праздник с участием родителей
5	Январь	«Прогулка в зимний лес»	«Зимние радости»	«Не боимся мы мороза»	«Зима - не помеха для игр и смеха»
6	Февраль	«В гостях у гнома»	«Ты скачи, скачи лошадка»	«Бравые солдаты»	Спортивный праздник «Три богатыря» ко Дню защитника Отечества

7	Март	«Озорные воробьи»	«Игрушки»	«Веселое путешествие на поляну игр»	«Масленица»
8	Апрель	«Волк и семеро козлят»	«Весна на улицу зовет»	«Делай как мы, делай лучше нас»	«Не здесь ли живет гражданин Незнайка»
9	Май	«Мы за солнышком шагаем»	«Птички на полянке»	«Отправляемся в поход»	Развлечение «Возьмемся за руки друзья» ко Дню весны и труда»
10	Июнь	«Здравствуй, лето»	«Волк и семеро козлят»	«Солнце встало» спортивный праздник	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья». Спортивный праздник
11	Июль	Вместе весело шагать»	«Как по радуге – дуге»	«Веселые звездочки»	«Круиз по черному морю»
12	Август	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	«Погремушки – звонкие игрушки»	«Мы – затейники»	«Спортивный огород»

Физкультурно-оздоровительная работа

Формы работы	**Виды занятий**	**Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей**			
		2-3 года	**3-4 года**	**4-5 лет**	**5-6 лет**
Физкультурные	а) в помещении	2 раза в неделю 10	2 раза в неделю 15	2 раза в неделю 20	2 раза в неделю 25
	б) на улице	Двигательная прогулка	1 раз в неделю 15	1 раз в неделю 20	1 раз в неделю 25
Физкультурно--оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 4-5	Ежедневно 5-6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10
	б) подвижные и спортивные игры и упр-ния на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25
	в) физкультминутки (в середине статической НОД)	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий			

Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 15	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-45
	б) физкультурный праздник	-	—	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал

Оздоровительные мероприятия

Содержание	Сроки
Утренняя гимнастика	Ежедневно в течение года
Гимнастика после сна	Ежедневно в течение года
Дыхательная гимнастика	2 раза в неделю
Гимнастика для глаз	2 раза в день (2-3 мин; 4-5 мин)
Воздушные ванны	Перед сном, после сна
Физкультурные занятия	3 раза в неделю
Пальчиковая гимнастика	Ежедневно
Хождение босиком по солевой и ребристой дорожке	По рекомендации врача детской поликлиники ЦРБ и под наблюдением медсестры ДОУ
Витаминизация: соки, фрукты, овощи, витаминизированные напитки	Ежедневно
Профилактические прививки (медсестра ЦРБ)	По графику
Хождение по «Дорожкам здоровья»	По плану
Профилактика плоскостопия	Ежедневно
Профилактика осанки детей	Ежедневно
Физкультминутки	Ежедневно
Подвижные игры	Ежедневно
Прогулки	2-3 раза в день
Работа с родителями по профилактике оздоровительных мероприятий	В течение года
Спортивные развлечения	1 раз в месяц
Спортивные праздники	2 раза в год

3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда является важным фактором воспитания и развития ребенка. Согласно ФГОС ДО развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, вариативной и безопасной. Развивающая предметно-пространственная среда ДОУ - это совокупность условий, оказывающих прямое и косвенное влияние на всестороннее развитие ребенка в детском саду, состояние его физического и психического здоровья, успешность его дальнейшего образования; а также на деятельность всех участников образовательного процесса в ДОУ. Принципиальным показателем высокого качества среды является ее способность обеспечивать весь комплекс потребностей детей, создавать мотивацию их активной деятельности. Использование разнообразных физкультурных и спортивно-игровых пособий повышает интерес детей к выполнению различных движений, ведет к увеличению интенсивности двигательной активности, что благотворно влияет на физическое, умственное развитие и на состояние здоровья ребенка. В совместной деятельности со сверстниками у детей воспитывается готовность помочь партнеру по игре, способность сопереживать его успехам или неудачам, умение радоваться общим достижениям в том или ином виде двигательной деятельности. В приоритете в нашем дошкольном учреждении выступает комплексное оснащение воспитательно-образовательного процесса, обеспечивающее возможности физического развития воспитанников.

Материалы и оборудование для двигательной активности включают оборудование для ходьбы, бега и равновесия; для прыжков; для катания, бросания и ловли; для ползания и лазания; для общеразвивающих упражнений.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей. Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) обеспечивает: двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно- пространственным окружением; возможность самовыражения детей. Трансформируемость пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

Безопасность предметно-пространственной среды физкультурного оборудования предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования. Физкультурно-оздоровительная среда помогает содействовать решению как специфических задач развития двигательной активности, моторики детей, так и задач их гармоничного развития. Использование разнообразных физкультурных и спортивно-игровых пособий повышает интерес детей к выполнению различных движений, ведет к увеличению интенсивности двигательной активности, что благотворно влияет на физическое, умственное развитие и на состояние здоровья ребенка.

Много физкультурно-оздоровительного оборудования воспитатели *изготавливают самостоятельно*: коврики для массажа стоп с наклеенными из кожи, меха, резины и т.д. стельками, нашитыми на коврик пуговицами разного диаметра или разноцветные полиэтиленовые пробки от пластиковых бутылок.

Для оздоровительной дорожки используются *ребристые коврики, гимнастические палки, веревки* .

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей.

В детском саду необходимо иметь *достаточное количество физкультурного оборудования* для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников. Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов.

Физкультурные пособия помогают детям добиваться более четкого представления о движении, которое складывается на основе ощущений и восприятий. Самостоятельная двигательная активность детей определяется наличием конкретных знаний о разных способах выполнения упражнений с использованием физкультурного оборудования. Важно, чтобы в процессе обучения детей движениям пособия способствовали более быстрому их освоению. В процессе выполнения двигательных заданий дети получают знания о свойствах разных предметов и пособий (форме, цвете, весе, качестве материала), знакомятся с особенностями движения в пространстве, с направлениями движений. Следует отметить положительную роль использования разнообразных физкультурных пособий в подвижных играх и упражнениях детей для восприятия пространства и времени, в том числе для формирования умений и навыков ориентировки в окружающей среде. Дети, проявляя свою двигательную активность, действуют в каком-то определенном пространстве, которое может быть разным по величине и форме, предметному насыщению. Эффективность использования оборудования значительно повышается при рациональном его размещении. Расстановка разных предметов оборудования зависит от их габаритов и предназначения. *Гимнастическая стенка* устанавливается стационарно, прочно крепится к стене. Крупные предметы оборудования *(мягкие модули, гимнастические скамейки, бумы, кубы* и т. д.) размещаются вдоль стен помещения. Для досок, лестниц с зацепами предусматривается место, где они могут быть подвешены или положены таким образом, чтобы не мешать детям проявлять свою двигательную активность. Мелкое физкультурное оборудование (*мячи, кольца, мешочки с грузом, кубики, булавы, обручи, гимнастические палки, скакалки, дуги для подлезания и перешагивания* и т. д.) хранятся в специальном помещении – комнате для хранения спортивного инвентаря, на специальных полках, стеллажах, в ящиках.

Первостепенной задачей для дошкольного учреждения является сочетание воспитательно-образовательного процесса с сохранением и укреплением здоровья детей. Перед детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и в целом физическому развитию детей как фундаментальной составляющей общечеловеческой культуры. Средствами решения данной задачи являются: разные формы организации двигательной деятельности детей, закаливающие мероприятия, оздоровительные мероприятия, оздоровительные мероприятия, познавательная непосредственно организованная деятельность. Развитие двигательной сферы обеспечивается через разного вида занятия физической культурой, утреннюю гимнастику на свежем воздухе, проведение спортивных и подвижных игр, спортивных праздников и т.д. для решения всех поставленных задач традиционных форм и методов работы по физическому развитию недостаточно, поэтому педагоги используют в своей работе новые эффективные технологии.

Непременным условием построения развивающей среды является опора на *личностно-ориентированную модель взаимодействия между детьми и взрослыми.* Взрослый в общении с детьми придерживается положения: «Не рядом, не над, а вместе!». Его цель – содействовать становлению ребёнка как личности. Это предполагает решение следующих задач:

- Обеспечить чувство психологической защищённости – доверие ребёнка к миру.
- Радости существования (психологическое здоровье).
- Формирование начал личности (базис личностной культуры).
- Развитие индивидуальности ребёнка – не «запрограммированность», а содействие развитию личности.
- Знания, умения, навыки рассматриваются не как цель, как средство полноценного развития личности.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения (п. 3.3.2, ФГОС ДО)

Перечень оборудования и материалов для образовательных организаций, реализующих Программу на основе ФГОС[1]

Двигательная деятельность. Вторая группа раннего возраста (2-3 года)

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Валик мягкий укороченный	Длина 30 см Диаметр 30 см	2
	Горка детская		1
	Коврики, дорожки массажные, со следочками (для профилактики плоскостопия)	180 х 140	2
	Шнур длинный	Длина 100-150 см	1
Для прыжков	Мини - мат	Длина 60 см Ширина 60 см Высота 7 см	2
	Куб деревянный малый	Ребро 15-30 см	5
	Обруч плоский (цветной)	Диаметр 40-50 см	5
	Палка гимнастическая длинная	Длина 150 см Сечение 3 см	2
	Шнур короткий плетеный	Длина 75 см	5
Для катания, бросания, ловли	Корзина для метания мячей		1
	Мяч резиновый	Диаметр 10-15 см	10
	Мяч-шар надувной	Диаметр 40 см	2
	Обруч малый	Диаметр 54-65 см	5
	Шарик пластмассовый	Диаметр 4 см	5
Для ползания и лазания	Лесенка-стремянка двухпролетная	Высота 103 см Ширина 80-85 см	1
	Лабиринт игровой (трансформер)		1
	Ящики для влезания (складирующиеся один в другой)		1 комплект
Для общеразвивающих упражнений	Мяч массажный	Диаметр 6-8 см	10
	Мяч резиновый	Диаметр 20-25 см	10
	Обруч плоский	Диаметр 20-25 см	10
	Палка гимнастическая короткая	Длина 60-80 см	10
	Колечко с лентой Кольцо резиновое	Диаметр 5 см Диаметр 5-6 см, 18 см	10 по 10

Двигательная деятельность. Младшая группа (3-4 года)

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега и равновесия	Валик мягкий	длина 150 см, диаметр 20 см	1
	Доска с ребристой поверхностью	длина 200 см, ширина 20 см, высота 4 см	1
	Модуль «Змейка»	длина 100 см высота 15 см	2
	Коврик, дорожка массажные, со следочками		4
	Кольцо мягкое	диаметр 120 см, высота 30 см, диаметр отверстия 60 см	1
	Куб деревянный	ребро 20 см	5
	Обруч большой	диаметр 95-100 см	1
Для прыжков	Куб деревянный	ребро 20 см	5
	Мяч-попрыгунчик	диаметр 50 см	2
	Обруч малый	диаметр 50-55 см	5
	Шнур короткий	длина 75 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		1
	Мешочек с грузом малый	масса 150-200 г	2
	Мяч резиновый	диаметр 10 см	5
	Шар цветной (фибропластиковый)	диаметр 20-25 см	2
Для ползанья и лазанья	Лабиринт игровой		1
	Полукольцо мягкое	диаметр 120 см высота 30 см диаметр 5-6 см	1
Для общеразвивающих упражнений	Колечко резиновое	диаметр 5-6 см	10
	Лента цветная (короткая)	длина 50 см	10
	Мяч массажный	диаметр 8-10 см	10
	Обруч плоский	диаметр 40 см	10
	Палка гимнастическая короткая	длина 75-80 см	10
	Флажок		10

Двигательная деятельность. Средняя группа (4-5 лет)

Тип материала	Наименование	Размеры, масса	Количество на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Коврик массажный	длина 75 см, ширина 70 см	10
	Шнур длинный	длина 150-см, диаметр 2 см	1
Для прыжков	Куб деревянный	ребро 20 см	5
	Мяч-попрыгунчик	диаметр 50 см	2
	Обруч плоский	диаметр 40 см	3

	Палка гимнастическая короткая	длина 75-80 см	10
	Скакалка короткая	длина 120-150 см	3
Для катания, бросания, ловли	Кегли		5
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек с грузом большой	масса 400 г	2
	Обруч большой	диаметр 100 см	2
	Серсо (набор)		1
	Шар цветной (фибропластиковый)	диаметр 20-25 см	4
Для ползания и лазанья	Полукольцо мягкое	диаметр 120 см, высота 30 см, диаметр 5-6 см	1
Для общеразвивающих упражнений	Колечко резиновое	диаметр 5-6 см	10
	Мешочек с грузом малый	масса 150-200 г	10
	Мяч-шар (цветной, прозрачный)	диаметр 10-12 см	5
	Обруч малый	диаметр 55-65 см	10
	Шнур короткий	длина 75 см	10

Двигательная деятельность. Старшая и подготовительная к школе группы (5-7 лет)

Тип материала	**Наименование**	**Размеры, масса**	**Количество на группу**
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансир-волчок		1
	Коврик массажный со следочками		10
	Шнур короткий (плетеный)	длина 75 см	5
Для прыжков	Обруч малый	диаметр 55-65 см	5
	Скакалка короткая	длина 100-120 см	5
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		3
	Кольцеброс (набор)		2
	Мешочек малый с грузом	масса 150-200 г	5
	Мяч большой	диаметр 18-20 см	5
	Мешочек с грузом большой	масса 400 г	2
	Мяч для мини-баскетбола	масса 0,5 кг	2
	Мяч утяжеленный (набивной)	масса 350 г, 500 г, 1 кг	1
	Мяч-массажер		2
	Обруч большой	диаметр 100 см	2
	Серсо (набор)		2
Для ползания и лазанья	Комплект мягких модулей (6-8 сегментов)		1
Для общеразвивающих упражнений	Гантели детские		10
	Кольцо малое	диаметр 13 см	10
	Лента короткая	длина 50-60 см	10

	Мяч средний	диаметр 10-12 см	10
	Палка гимнастическая короткая	длина 80 см	10

Здоровьесберегающее оборудование		
№ пп	Наименование оборудования	Количество
1	Палка гимнастическая	12
2	Гантели (пластмас.)	6
3	Комплект разноцветных кеглей	5
4	Скакалка детская	10
5	Ворота с сеткой	2
6	Мешочки для метания (набор)	10
7	Комплект мячей-массажеров	5
8	Лента гимнастическая с кольцом 0,6 м (разноцвет.)	10
9	Платки цветные (40х40 см)	10
10	Мячи резиновые (комплект)	2
11	Тоннель	1
12	Мяч прыгающий. Тип 1	1
13	Мяч прыгающий. Тип 2	1
14	Массажный диск (мягкий)	2
15	Мешок для прыжков с ручками, размер 25х25х60 см – для детей	12
16	Дуга для подлезания Н=40 см (метал.)	2
17	Дуга для подлезания Н=50 см (метал.)	2
18	Комплект тактильных ковриков	6
19	Мат детский 100х100х15	2
20	Комплект для детских спортивных игр (с тележкой)	1
21	Тележка для спортинвентаря	1
22	Флажки разноцветные	25
23	Комплект мячей-массажеров (4 мяча различного диаметра)	10
24	Прыгающий мяч с ручкой (диаметр не менее 45 см)	3
25	Спорткомплекс из мягких модулей (5 элементов: 2 опоры высотой 80 см, дуга с внешним диаметром 60 см, цилиндр длиной 120 см, мат 180х60х10 см – поролоновые фигуры геометрической формы, обтянутые винилискожей)	1
26	Баскетбольная стойка с регулируемой высотой	1
27	Гимнастический набор № 2 для построения полосы препятствий и развития основных движений (в сумке 4 планки 100х15х2,5 см, 5 кирпичей-подставок 30х15х10 см, 16 соединительных трубок)	1
28	Обруч пластмассовый плоский диаметром 65 см	5
29	Обруч пластмассовый плоский диаметром 50 см	5
30	Дорожка из упругих объемных элементов с наклонными поверхностями для упражнений на равновесие	3

31	Мяч баскетбольный	1
32	Мат детский 200х100х15	2
33	Кольцеброс	3
34	Разметочная фишка	10
35	Канат для перетягивания 6 м, диаметр – 30 мм	1
36	Гантели 2 шт. по 0,5 кг	6 пар
37	Корзина для мячей	2
38	Сетка для мячей с кольцом	2
39	Конус сигнальный	6
40	Скамья гимнастическая 2 м	1
41	Скамья гимнастическая 3 м	1
42	Доска ребристая (150*30*5)	1

[1]**Примерный перечень оборудования и материалов для образовательных организаций, реализующих основную образовательную программу дошкольного образования на основе федерального государственного образовательного стандарта**: сборник рекомендаций для руководителей и специалистов, осуществляющих управление системами дошкольного образования / под ред. Н.Н. Обрежи, И.М. Ильковской. – Саратов: ГАУ ДПО «Саратовский областной институт развития образования», 2014

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений предполагает создание развивающей предметно-пространственной среды в соответствии с требованиями парциальных программ.

Региональная образовательная программа «Основы здорового образа жизни», О.П.Аккузина, Н.П.Смирнова и др.

Звуки природы, аудиозапись «Песня Красной шапочки», картины (горы, лес, река)

Слайды с изображением разных ландшафтов, аудиозапись песни С. Намина «Как прекрасен этот мир»

Перечень игрушек, необходимых для формирования игровых действий, с.32-33 Программы

Чистякова М.И. Психогимнастика

Аудиозапись музыки, с. 34 Программы, атрибуты сюжетно-ролевой игры в зависимости от тематики

Дами Э. «Хорошие манеры для самых маленьких», Е. Благинина «Посидим в тишине», «Не мешайте мне трудиться»

Картины и иллюстрации с изображением семьи за обедом, на прогулке, на отдыхе. Фотоальбом «Моя семья»

Фотографии родителей, детей, куклы – девочки и мальчики

Энциклопедия для дошкольников

Зайцев Г.К. «Уроки Мойдодыра», пособия к книге

Глобус, атлас для малышей, звуки природы

Презентации, книги, игрушки, картины о растениях, птицах, животных

Шапочки-маски насекомых, растений

Уголок природы в группе, оборудование для ухода

Картины о растениях, птицах, животных и уходе за ними

Карточки и картинки с эмоциями

К.И. Чуковского «Тараканище», «Федорино горе», «Телефон»

Карточки с изображением различных поступков героев (просьба, угроза, насмешки, уговоры, похвала)
Пособие к игре «Замри»
Плакаты и картинки «Я и мое тело», «Что такое хорошо и что такое плохо»
Картинки с изображением «опасных» предметов, пособия к дидактическим играм
Альбом «Моя семья»
Плакат «Правила гигиены»
Презентация «Солнце, воздух и вода – мои лучшие друзья»
Сказки разных народов
Произведения о семье
Произведения о спорте, пословицы и поговорки о здоровье

3.5. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания
Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

	Название	Автор	Краткая аннотация
	«Система мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ»	М. Н. Кузнецова М.Айрис пресс-2007г	Оценка физического здоровья, развитие двигательной подготовленности дошкольников; необходима не только для выявления индивидуальных особенностей роста и созревания, темпа и гармоничности развития, но и для своевременного углубленного специализированного обследования с последующей коррекционно-оздоровительной реабилитацией.
	«Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ»	О.Н.Моргунова	Рекомендации по проведению физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. Практические материалы, которые помогают организовать игры, праздники, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.
	«Физическое развитие детей 5-7 лет»	Т. Г. Анисимова, Е.Б. Савинова Издательство «Учитель»2009г	Рекомендации и система занятий по обучению старших дошкольников игре в волейбол, а также описание игр с мячом, способствует развитию у детей практических навыков здорового образа жизни, осознанной потребности в системе занятий физической культурой
	«Здоровьесберегающая педагогическая система дошкольного учреждения»	М. Н. Кузнецова М.Айрис пресс-2007г	Изучение содержания физического воспитания необходимо для осознания того, как эта проблема формулируется учеными и разработчиками методики физического воспитания. Какое место занимают задачи здоровьесберегающих технологий в физическом воспитании дошкольников.

	«Методика физического воспитания и обучения в детском саду»	Э. Степаненкова Москва издат. дом «Воспитание дошкольника» 2005г	Методические рекомендации по физическому воспитанию и развитию представляют систему теоретических положений, практических методов и приемов, необходимых для формирования физической культуры ребенка от рождения до 7 лет в разных типах ДОУ.
	«Утренняя гимнастика в детском саду»	Е.Н.Вареник Библиотека журнала: «Воспитатель ДОУ» 2010г	Комплексное воздействие и включение ребенка в педагогическую деятельность в качестве активного, непосредственного участника этого процесса, что позволяет формировать у ребенка осознанное отношение к своему физическому развитию и состоянию здоровья.
	«Здоровьесберегающая педагогическая система дошкольного учреждения»	М.А.Павлова М.Айрис пресс-2007г	Сущность здоровьесберегающей педагогической системы; концептуальные основы формирования здоровьесберегающей системы в дошкольном учреждении; критерии эффективности здоровьесберегающей системы в ДОУ;
	«Физкультурные занятия в детском саду» II –ая младшая группа	Л. И. Пензулаева Мозаика синтез Москва 2010г	Раскрывается система занятий, подробно описана методика обучения основным видам движений и общеразвивающих упражнений; даны методические рекомендации по проведению НОД;
	«Физическая культура в детском саду» средняя группа соответствует ФГОС	Л. И. Пензулаева Мозаика синтез Москва 2014г	
	«Физическая культура в детском саду» старшая группа соответствует ФГОС	Л. И. Пензулаева Мозаика синтез Москва 2014г	Раскрывается система занятий, подробно описана методика обучения основным видам движений и общеразвивающих упражнений; даны методические рекомендации по проведению НОД;
	«Физическая культура в детском саду» подготовительная к школе группа соответствует ФГОС	Л. И. Пензулаева Мозаика синтез Москва 2014г	в пособии представлена система работы с детьми 6-7 лет по физической культуре
	«Физическое воспитание детей 2-7 лет»	Т.Г. Анисимова Изд. «Учитель» 2011г	Комплексный подход к выбору методов и форм проведения НОД нацеливает на последовательное обучение детей 2-7 лет двигательным умениям и навыкам, на воспитание физических качеств, развитие координации движений, пространственной ориентации и укрепление их физического и психического здоровья.
	«Спортивные мероприятия для дошкольников»	М. А. Давыдова М.Айрис пресс-2005г	Приведены сценарии тематических мероприятий для разных времен года, подвижные игры и эстафеты.
	«Физкультурно –	О.В.Музыка изд	Тематическое планирование НОД; досугов, подвижных и спортивных игр,

	оздоровительная работа» комплексное планирование (младший, средний, старший дошкольный возраст)	«Учитель» 2011г	направленных на развитие гибкости, ловкости, привитие здорового образа жизни.
	Спортивные праздники и развлечения для дошкольников» младший и средний возраст	В.Н.Лысова, Т.С.Яковлева, М.Б. Зацепина М: издательство Аркти, 2001г	Сборник сценариев физкультурной направленности для детей младшего дошкольного возраста. Составной частью сценариев являются эстафеты, состязания, подвижные игры, а также стихи и песни.
	«Спортивные праздники и развлечения для дошкольников» старший возраст	В.Н.Лысова, Т.С.Яковлева, М.Б. Зацепина, М: издательство Аркти, 2001г	Сборник сценариев физкультурной направленности для детей старшего дошкольного возраста.
	«Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-4 лет»	М: гуманитарный издательский центр Владос, 2001г	Игры объединены в сери для детей младшего дошкольного возраста
	«Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет»	М.Ф. Литвинова М: гуманитарный издательский центр Владос, 2001г	Игры- забавы, игры задачи ориентированы не только на двигательное , но и на общее развитие детей, формирование речи, эмоций.
	«ЗОО подвижных игр для оздоровления детей»	В.Л.Страковская Новая школа Москва 1994г	Подбор подвижных игр, упражнений при ортопедических, бронхолегочных и др заболеваний, а также при ослаблении организма ребенка и отставания его психомоторного развития.
	«Сценарии оздоровительных досугов для детей 6-7 лет»	М.Ю.Картушина Творческий центр «Сфера» Москва 2004г	В сборнике представлены сценарии оздоровительных досугов для детей подготовительной группы. Сценарии включают большое количество коммуникативных, малоизвестных игр народов мира, а также различные виды самомассажа, и др.
	«Физкультура для малышей»	Е.А.Синкевич, Т.В. Большева Санкт – Петербург «Детство – Пресс» 2003г	Пособие содержит методический и практический материал по реализации раздела «Овладение основами двигательной культуры» программы «Детство».
	«Физкультура- это радость»	Л.Н.Сивачева Санкт – Петербург «Детство –	Пособие содержит перечень спортивных игр с нестандартным оборудованием

		Пресс» 2003г	
	Тематические физкультурные занятия и праздники в ДОУ»	А.П.Щербак Гуманитарный издательский центр «Владос» 2001г	В методическом пособии даны рекомендации и правила проведения тематических занятий и праздников, которые знакомят детей с русскими народными играми, забавами и народными традициями.
	«Детские народные подвижные игры»	А.В. Кенеман, Т.И. Осокина Москва просвещение «Владос» 1995г	В книге представлены наиболее распространенные народные игры, отражающие специфику национального быта, географические особенности разных народов.
	«Спортивные мероприятия для дошкольников»	М. А. Давыдова Москва «Вако» 2007 г	Представлены игры, которые помогут ребенку расширить кругозор, проявить смекалку; учат самостоятельно мыслить и действовать, ощутить красоту и прелесть игрового фольклора.
	Региональная образовательная программа «Основы здорового образа жизни»,	О.П.Аккузина, А.Х.Болтаг, О.М. Гришанова, М.В.Загородняя, М.В.Лысогорская, М.Ю.Михайлина, Е.В.Нагаева, М.М.Орлова, М.А.Павлова, Г.Ю.Рахманова, Е.А.Сорокина, Т.Ф.Сергеева, А.В.Серякина, Н.П.Смирнова. – 3-е изд., перераб. и доп. – Саратов: ООО «Издательство «Научная книга», 2014	

Материально-техническое обеспечение

В МБДОУ спортивного зала нет. Для проведения занятий и индивидуальной работы, праздников, развлечений, для проведения утренней гимнастики, физкультурных досугов, соревнований используются групповые помещения и спортивная площадка на участке.

Оборудование для физкультурных занятий: разнообразный спортивный инвентарь и спортивные атрибуты для физического развития детей.

Материально-технические (пространственные) условия организации физической культуры детей дошкольного возраста - Спортивное и физкультурное оборудование для организации и проведения НОД - Спортивная площадка на участке - Участки детского сада, оснащенные спортивным оборудованием. **Технические средства обучения** • Музыкальный центр; • CD и аудио материал;	• Игровые атрибуты для подвижных игр; • Картотека подвижных игр • Картотека упражнений на дыхание • Костюмы «Сказочных героев», присутствующие на соревнованиях, развлечениях, пр; Картотека игр и упражнений на коррекцию осанки, профилактику плоскостопия. ***Наглядно-дидактические пособия*** *Серия «Мир в картинках»:* «Спортивный инвентарь».

• Мультимедийное оборудование **Наглядно-образный материал** • Иллюстрации и репродукции, презентации (спортсмены, виды спорта); • Наглядно - дидактический материал – презентации «Виды спорта», «Олимпийские виды спорта», «Я спортсмен», «Олимпийские игры». «Сочи 2014», «Веселая разминка», «Мое тело»	*Серия «Рассказы по картинкам»:* «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня». *Серия «Расскажите детям о...»:* «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах»

Перечень используемых источников

1. Основная образовательная программа МБДОУ детский сад «Малыш»
2. «От рождения до школы». Основная образовательная программа дошкольного образования / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. - 3-е изд., испр. и доп. -*М.: Мозаика -Синтез ,* 2015.
3. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15).
4. Примерный перечень оборудования и материалов для образовательных организаций, реализующих основную образовательную программу дошкольного образования на основе федерального государственного образовательного стандарта: сборник рекомендаций для руководителей и специалистов, осуществляющих управление системами дошкольного образования / под ред. Н.Н. Обрежи, И.М. Ильковской. – Саратов: ГАУ ДПО «Саратовский областной институт развития образования», 2014