

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Нижневартовска детский сад №40 «Золотая рыбка»

ПРИНЯТА

на педагогическом совете №1
от 31.08.2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ
г. Нижневартовска
ДС №40 «Золотая рыбка»
_____Осадчая Р.Т.
Приказ № _____ от 31.08.2023г.

КОПИЯ ВЕРНА

**Рабочая программа
инструктора по физической культуре
МАДОУ г. Нижневартовска ДС № 40 «Золотая рыбка»
по реализации образовательной программы по физическому воспитанию
групп общеразвивающей направленности
детей младшей - старшего возраста (3-7 лет)
на 2023- 2024 учебный год.**

г. Нижневартовск, 2023г.

Содержание образовательной программы

№ п/п	содержание	страница
	Введение	3
1.	Целевой раздел	5
1.1.	Пояснительная записка	5
1.2.	Цель и задачи рабочей программы	6
1.3.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	7
1.4.	Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста	8
1.5.	Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»	8
1.6.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	10
2.	Содержательный отдел	11
2.1.	Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста	11
2.1.2.	Задачи физического развития детей 3-4 лет	11
2.1.3.	Задачи физического развития детей 4-5 лет	11
2.1.4.	Задачи физического развития детей 5-6 лет	12
2.1.5.	Задачи физического развития детей 6-7 лет	12
2.2.	Содержание образовательной деятельности, описание форм, способов, методов, средств реализации рабочей программы физического развития дошкольников	13
2.2.1.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 3-4 лет	13
2.2.2.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 4-5 лет	16
2.2.3.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 5-6 лет	20
2.2.4.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 6-7 лет	24
2.3.	Основные требования по освоению детьми ОО «Физическое развитие»	30
2.4.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы	32
2.5.	Интеграция образовательных областей	34
2.6.	Взаимодействие педагогов	35
2.7.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	36
2.8.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	39
2.9.	Способы и направления поддержки детской инициативы	39
2.10.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках ОО «Физическое развитие»	40
2.11.	Программа воспитания	41
3.	Организационный раздел	40
3.1.	Особенности организации РИИС	40
3.2.	Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»	41
3.3.	Проектирование образовательного процесса	42

Введение

Содержание образования должно содействовать взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, народами независимо от расовой, национальной, этнической, религиозной и социальной принадлежности, формированию и развитию личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями.

Основополагающими функциями дошкольного уровня образования в соответствии с ФОП являются:

1. Воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как Гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами.
2. Создание единого ядра содержания дошкольного образования, ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным ценностям русского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины.
3. Создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям), равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места и региона проживания. [1, с. 2] .

ФГОС ДО и ФОП являются основой для разработки и утверждения ДОО образовательной программы дошкольного образования.

В ФОП ДО определены единые для Российской Федерации базовые объем и содержание ДО, осваиваемые обучающимися в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, и планируемые результаты освоения образовательной программы. Содержание и планируемые результаты разрабатываемых в ДОО образовательных программ (в том числе и рабочих программ педагогов) должны быть не ниже соответствующих содержания и планируемых результатов Федеральной программы.

Образовательная программа ДОО (рабочие программы педагогов) в соответствии с ФГОС ДО и ФОП ДО содержит целевой, содержательный и организационный разделы.

Расшифровка применяемых в тексте обозначений и сокращений

РП- рабочая программа

ИФК - инструктор по физической культуре

ФОП - федеральная образовательная программа

ДО - дошкольное образование

ДОО - дошкольная образовательная организация

РФ - Российская федерация

ФГОС ДО - федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования

ОВД - основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, ползание, ланье, катание, ловля, бросание)

ОРУ - общеразвивающие упражнения

ЗОЖ - здоровый образ жизни

ПИ - подвижные игры

КРР - коррекционно-развивающая работа

ОВЗ - ограниченные возможности здоровья

РАС - расстройство аутистического спектра

РППС - развивающая предметно-пространственная среда

СанПиН - Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.

ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физкультуре определяет содержание образовательной деятельности ДОО в рамках образовательной области «Физическое развитие» и обеспечивает физическое развитие воспитанников ДОО в возрасте от 3 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Основу рабочей программы составляют следующие нормативно-правовые документы:

№ п/п	Наименование
1	Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»
2	Федеральный Закон от 24.09.2022г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статья 1 Федерального закона «Об образовательных требованиях в Российской Федерации»
3	Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 (ред. от 08.11.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384)
4	Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
5	Закон «Об образовании в Российской Федерации» ст. 48 «Обязанности и ответственность педагогических работников»
6	Конвенция о правах ребенка ООН
7	Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (зарегистрирован 28.12.2022 № 71847)
8	Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утвержденная приказом Министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г.
9	Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (зарегистрирован 27.01.2023 № 72149)
С учетом	
10	Основной образовательной программы дошкольного образования МАДОУ города Нижневартовска ДС №40 «Золотая рыбка» на 2023-2024 учебный год
11	Основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой (рекомендованной УМО по образованию в области подготовки педагогических кадров в качестве примерной основной образовательной программы дошкольного образования).
12	Уставом МАДОУ города Нижневартовска ДС №40 «Золотая рыбка»

В РП сформулированы цели, задачи, содержание образовательной деятельности по физическому развитию, предусмотренные для освоения в каждой возрастной группе детей

в возрасте от двух до восьми лет, а также результаты, которые могут быть достигнуты детьми при целенаправленной систематической работе с ними.

РП описывает формы, средства, методы работы с детьми по развитию физических качеств, формированию двигательных навыков, формированию основ ЗОЖ, освоению здоровьесберегающих умений.

РП включает перечень основных движений, ОРУ, музыкально-ритмических упражнений, подвижных игр, спортивных упражнений с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их потребностей и интересов, возрастных возможностей.

Реализация РП ИФК предполагает интеграцию обучения и воспитания за счёт проведения физкультурных развлечений, праздников, прогулок-походов, дней здоровья, физкультурно-массовых мероприятий, включения регионального компонента (подвижных игр народов РФ, знакомство с достижениями российских спортсменов, использование музыкального сопровождения народной тематики, и т.д.).

Вариативная часть РП направлена на обогащение двигательного опыта дошкольников, связанного с использованием нестандартного оборудования, современных технологий физического развития и оздоровления дошкольников.

1.2. Цели и задачи реализации рабочей программы

Цель РП: создание системы работы по физическому развитию дошкольников, обеспечивающей разностороннее и гармоничное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей народов РФ, исторических и национально-культурных традиций.

Задачи программы:

- обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы

РПИФК по реализации ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФОП и ФГОС ДО построена на следующих принципах:

Принцип учёта ведущей деятельности:

- реализуется в соответствии с ФОП и в контексте всех перечисленных в ФГОС ДО видов детской деятельности, с акцентом на ведущую деятельность для каждого возрастного периода - от непосредственного эмоционального общения со взрослым до предметной (предметно - манипулятивной) и игровой деятельности;

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей:

- учитывает возрастные характеристики развития ребенка на разных этапах дошкольного возраста, предусматривает возможность и механизмы разработки индивидуальных траекторий развития и образования детей с особыми возможностями, способностями, потребностями и интересами;

Принцип амплификации детского развития

- рассматривается как направленный процесс обогащения и развертывания содержания видов детской деятельности, а также общения детей со взрослыми и сверстниками, соответствующий возрастным задачам дошкольного возраста;

Принцип единства обучения и воспитания

- как интеграция двух сторон процесса образования, направленная на развитие личности ребенка и обусловленная общим подходом к отбору содержания и организации воспитания и обучения через обогащение содержания и форм детской деятельности;

Принцип преемственности образовательной работы

- реализуется на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования. РП в соответствии с ФОП реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания относительно уровня начального школьного образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организацией и семьёй;

Принцип сотрудничества с семьей:

- реализация РП в соответствии с ФОП предусматривает оказание психолого-педагогической, методической помощи и поддержки родителям (законным представителям) детей раннего и дошкольного возраста, построение продуктивного взаимодействия с родителями (законными представителями) с целью создания единого/общего пространства развития ребенка;

Принцип здоровьесбережения:

- при организации образовательной деятельности не допускается использование педагогических технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью воспитанников, их психоэмоциональному благополучию.

1.4. Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возрастов

Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста необходима для правильной организации и осуществления образовательного процесса как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения (группы).

Реализация РП ИФК по физическому развитию детей в возрасте от 2 до 7 лет в ДОО опирается на основные показатели физического развития, развития функциональных систем, моторики, психических функций, коммуникативных навыков, социализацию, приоритетные виды детской деятельности, обозначенные в ФОП [1, стр. 11-18].

1.5. Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому планируемые результаты освоения образовательной программы в рамках ОО «Физическое развитие» представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО.

К четырем годам:

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;
- ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;
- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье [1, стр. 21-22].

К пяти годам:

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;
- ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о

правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации [1, стр. 22].

К шести годам:

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;
- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей [1, стр. 23-24];

К концу дошкольного возраста:

- у ребенка сформированы основные психофизические и нравственноволевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пешеходных прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;
- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям [1, стр. 25].

1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика в ДОО - это особый вид профессиональной деятельности, позволяющий выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности [1, стр. 27].

Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Направления и цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО.

Педагогическая диагностика не является обязательной процедурой, вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им образовательной программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

Решение о проведении педагогической диагностики физического развития воспитанников принято на педагогическом совете ДОО (Протокол № от «»2023 г.)

Педагогическая диагностика физического развития воспитанников проводится ИФК, воспитателями на основе наблюдения, специальных диагностических ситуаций.

Для проведения диагностики физического развития используются следующие методические рекомендации: Ноткина Н., Казьмина Л. И др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста».

Периодичность проведения педагогической диагностики: 2 раза в год.

Стартовая - на этапе поступления ребёнка в дошкольную группу.

Финальная - на завершающем этапе освоения программы определённой возрастной группы

Результаты проведения диагностики физического развития ребёнка фиксируются в индивидуальную карту («Паспорт здоровья», см. Приложение 1).

П.СОЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Содержание работы по физическому развитию дошкольников реализуется инструктором по физкультуре, педагогами ДОО в соответствии с ФОП, ФГОС ДО, образовательной программой ДОО, методикой физического развития детей от 2 до 7 лет.

Содержание ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО и ФОП предусматривает решение ряда специфических задач:

2.1 Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста:

2.1.1. Задачи физического развития детей 3-4 лет

- > продолжать обогащать двигательный опыт ребенка разнообразными движениями, активизировать двигательную деятельность, обучая строевым упражнениям, ОВД, ОРУ, спортивным упражнениям, музыкально-ритмическим упражнениям, подвижным играм;
- > развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, равновесие, координацию движений;

- формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, самостоятельность, умение согласовывать свои действия с движениями других детей;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к ЗОЖ, формируя полезные привычки.

2.1.2. *Задачи физического развития детей 4-5 лет*

- обогащать двигательный опыт ребенка, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, обучая техничному выполнению разнообразных физических упражнений, музыкально-ритмических движений в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать учить быстро и самостоятельно ориентироваться в пространстве, выполнять движения скоординировано, согласованно;
- продолжать формировать психофизические качества, координацию движений, равновесие, меткость;
- воспитывать волевые качества, произвольность, стремление соблюдать правила в ПИ, проявлять творчество и самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- воспитывать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, разным формам двигательной деятельности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, способствовать правильному формированию опорно-двигательного аппарата, осанки, укреплению иммунитета средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье;
- воспитывать полезные привычки, осознанное отношение к здоровью.

2.1.3. *Задачи физического развития детей 5-6 лет*

- продолжать обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения технично, осознанно, активно, точно, дифференцируя мышечные усилия, выполнять физические и музыкально-ритмические упражнения;
- способствовать освоению элементов спортивных игр, спортивных упражнений, элементарных туристских навыков;
- продолжать развивать психофизические качества, координацию, равновесие, меткость, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений;
- учить соблюдать правила в ПИ, взаимодействовать в команде, согласовывать действия свои и других детей, ориентироваться в пространстве;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх и упражнениях;
- формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, иммунитет средствами физического воспитания;

- > расширять представления о здоровье и его ценности, факторах, влияющих на здоровье, туризме как форме активного отдыха;
- > воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, учить осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

2.1.4. Задачи физического развития детей 6-7 лет

- > продолжать обогащать двигательный опыт, совершенствовать двигательные умения и навыки в разных формах двигательной деятельности;
- > продолжать осваивать элементы спортивных игр и упражнений, туристские навыки;
- > развивать психофизические качества, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений, ориентировку в пространстве;
- > воспитывать стремление соблюдать правила в подвижной игре, учить самостоятельно их организовывать и проводить, взаимодействовать в команде;
- > воспитывать патриотические чувства, нравственно-волевые качества гражданскую идентичность в двигательной деятельности;
- > формировать осознанную потребность в двигательной активности;
- > сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления;
- > формировать представление о туризме, как форме активного отдыха, физкультуре и спорте, спортивных достижениях;
- > продолжать учить осознанно выполнять правила безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- > воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Для решения поставленных задач в каждой возрастной группе используются следующие

- > **формы организации двигательной деятельности:**
 - утренняя гигиеническая гимнастика
 - физкультурные занятия в зале и на свежем воздухе
 - физкультминутки
 - физкультпаузы
 - подвижные игры
 - бодрящая гимнастика
 - индивидуальная работа по развитию движений в зале и на прогулке
 - активный отдых (досуги, развлечения, праздники, туристические прогулки и походы, динамический час)
 - самостоятельная двигательная деятельность
- > **и типы занятий:**

Название	Основная характеристика и задачи
----------	----------------------------------

Учебно-тренировочное занятие	Решаются задачи формирования двигательных умений и навыков, развития физических качеств, совершенствования умений и навыков (50% всех занятий)
Сюжетное физкультурное занятие	Построено на одном сюжете. Решаются задачи совершенствования двигательных умений и навыков, воспитания интереса к физическим упражнениям
Игровое занятие	Построено на основе разнообразных подвижных игр, игр-эстафет, игр-аттракционов. Совершенствуются двигательные умения и навыки, развиваются физические качества, воспитывается интерес к физическим упражнениям, двигательная самостоятельность и т.д.
Тренировочное	основу составляют спортивные игры и упражнения (баскетбол, хоккей, теннис, гимнастика и т.д.); развитие физических качеств (круговая тренировка)
Комплексное занятие	Направлено на синтез различных видов деятельности. Решаются задачи физического, психического, умственного, нравственного развития
Физкультурнопознавательное занятие	Носит комплексный характер, решает задачи, например, эколого-физического развития ребенка, нравственного и физического развития, умственного и физического развития ребенка и т.д.
Тематическое физкультурное занятие	Посвящено какому-либо одному виду спортивных игр или упражнений. Разучиваются новые виды спортивных упражнений и игр и закрепляются навыки в уже освоенных движениях
Нетрадиционное	(занятия современными и народными танцами, ритмической гимнастикой, на тренажерах, с элементами фольклора, у-шу, хатха- йога) : повышают интерес к систематическим занятиям физическими упражнениями, развивают двигательную самостоятельность, совершенствуют умения и навыки
Контрольное занятие	Проводится в начале и в конце года и направлено на количественную и качественную оценку двигательной подготовленности детей

2.2. Содержание образовательной деятельности

РП направлена на:

- обеспечение гармоничного физического развития, приобретение опыта в различных видах двигательной деятельности, развитие психофизических качеств, формирование навыков правильной осанки, развитие координационных способностей, равновесия, мелкой моторики;
- формирование начальных представлений о видах спорта, достижениях российских спортсменов, овладение подвижными играми, играми с правилами, элементами спортивных игр и упражнений;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, формирование ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, формирование знаний о различных видах активного отдыха.

Рабочая программа построена в соответствии с ФОП и ФГОС ДО на интегративном подходе сочетания образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой образовательных областей. Это способствует тому, что основные задачи содержания ОО «Физическое развитие» решаются как самостоятельно, так и в ходе реализации других ОО («Социально - коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно - эстетическое развитие»).

2.2.1. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 3 до 4 лет:

Вид движения	Упражнения
Строевые упражнения	• построения в шеренгу, • колонну по одному, • круг по ориентирам с нахождением своего места в строю, • повороты переступанием по показу, ориентиру. [1, стр. 125].
Музыкально-ритмические упражнения	• ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на полупальцах, топающим шагом, вперед, приставным шагом прямо и боком;

	• имитационные движения- разнообразные образно-игровые упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, быстрая белка и т. д.); • поочередное выставление ноги вперед, пятку, притопывание одной ногой, приседания «пружинки», прямой галоп, кружение. [1, стр. 125].
Общеразвивающие упражнения	• без предметов, с предметами (мячи, кубики 2 цветов, кегли, обручи, и т.п.), с опорой и на опоре (стул, скамейка), из разных исходных положений (стоя ноги прямо и врозь, руки в стороны и на пояс, сидя, лежа на спине, животе). Для рук и плечевого пояса. • поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно с предметами). Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. • наклоны из положения стоя и сидя; • поднимание и опускание ног из положения лежа на спине; • приседания, держась за опору и без нее, вынося руки вперед, сгибание и разгибание ног в коленях (поочередно и вместе) из положения лежа на животе; • перевороты со спины на живот и обратно; Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног • приседания, держась за опору и без нее, вынося руки вперед.[1, стр. 125]
Ходьба.	• в заданном направлении, с переходом на бег, со сменой темпа, в колонне по одному, за направляющим, на носках, с высоким подниманием колена, в разных направлениях (по прямой, по кругу, обходя предметы, враспынную), с выполнением заданий (остановка, приседание, поворот и др.). [1, стр. 124].
Упражнения в равновесии	• по прямой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м.), приставным шагом, прямо и боком, по скамье, с перешагиванием через предметы, по наклонной доске (высота 30-35 см). [1, стр. 124].
Бег	• в заданном направлении (подгруппами и всей группой в течение 50-60 сек); • с переходом на ходьбу, со сменой темпа; • на носках, в колонне по одному, по дорожке (ширина 25-50 см, длина 56 м.); • враспынную, по кругу, с выполнением заданий по сигналу (останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего и др.) [1, стр. 125].
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 скамью, под скамью, бревно, лазанье по гимнастической стенке (высота 1,5 м.) удобным способом. [1, стр. 125].
Прыжки.	• на двух ногах на месте, толкаясь двумя ногами, с продвижением вперед (расстояние 2-3 м.); • подпрыгивания вверх с касанием рукой предмета, находящегося на 15 см выше поднятой руки ребенка, • перепрыгивание, через предметы (высота 5 см.), • прыжки в длину с места на расстояние не менее 40 см., через линии, расположенные на одинаковом расстоянии друг от друга (4-6 линий, расстояние 15-20 см.),

	• прыжки на двух ногах вокруг предметов, между ними. [1, стр. 125].
Катание, бросание, ловля, метание	• катание больших мячей (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см); • метание на дальность правой и левой рукой, в горизонтальную цель, из положения стоя, двумя руками снизу, правой и левой рукой (расстояние 1,5 2 м), • в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние от 1-1,5 м, к концу года до 2-2, 5 метров), принимая исходное положение; • ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см), • бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля его (2-3 раза подряд). [1, стр. 125].
Подвижные игры	• сюжетные игры, имитационные упражнения; • несюжетные игры; • игры на развитие ориентировки в пространстве; • игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации; • малоподвижные игры [1, стр. 125-126] • с бегом на развитие скоростно-силовых качеств: «Бегите ко мне!», «Солнышко и дождик», «Кот и птенчики», «Мыши и кот», «Воробушки и автомобиль», «Кто быстрее до флажка!», «Найди свой цвет», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках»; • прыжками на развитие силы и ловкости, равновесия: «По ровненькой дорожке шагают наши ножки», «Поймай комарика», «Воробушки и кот», «С кочки на кочку»; • с подлезанием и лазаньем на развитие силы, выносливости: «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики»; • с бросанием и ловлей на развитие ловкости, меткости: «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», • на ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Угадай, кто кричит», «Найди, что спрятано». [1, стр. 125].
Спортивные упражнения	Катание на санках. • по прямой дорожке игрушек, друг друга, с невысокой горки. Ходьба на лыжах. • по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, повороты на лыжах переступанием. Катание на трехколесном велосипеде. • по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево. Плавание: • погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде. [1, стр. 126].
Активный отдых.	• Физкультурные досуги проводятся 1-2 раза в месяц, продолжительностью 20-25 минут, в соответствии с календарно-тематическим планом ДОО Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения. • Дни здоровья проводятся 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы. В этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). [1, стр. 126].

Целевые ориентиры к концу 3-го года жизни:

- > ребёнок умеет выполнять основные движения на доступном уровне, уверенно ползает, лазает, ходит в заданном направлении, перешагивает, подпрыгивает на месте и осваивает прыжки с продвижением вперед, в длину с места;
- > вместе с педагогом выполняет простые ОРУ, движения имитационного характера, музыкально-ритмические упражнения;
- > ориентируется в пространстве по ориентирам, проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, инвентарём;
- > активно участвует в несложных подвижных играх, организованных педагогом, реагирует на сигналы, взаимодействует с педагогом и другими детьми при выполнении физических упражнений;
- > приучен к закаливающим и гигиеническим процедурам, выполняет их регулярно [1, стр. 124].

2.2.2. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 4 до 5 лет:

Вид движения	Упражнения
Строевые упражнения	• построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; • размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; • перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, в звенья и на ходу по зрительным ориентирам; • повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте [1, стр. 129].
Ритмическая гимнастика	• ходьба под ритм, музыку в разном темпе на полупальцах, • топающим шагом, вперед и назад (спиной), • приставным шагом прямо и боком, • галопом в сторону, согласовывая с началом окончания музыки; • ходьба по кругу за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, • подскоки по одному и в парах под ритм и музыку; • выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмично хлопать в ладоши, комбинации из двух освоенных движений. [1, стр. 128].
Общеразвивающие упражнения	• под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. • поднимание рук вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно) из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; • махи руками вперед, вверх, назад, круговые движения руками, согнутыми в локтях; Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника

	• повороты корпуса в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; • наклоны вперед, касаясь пальцами рук носков ног с заданием, класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь); • поднимание ног над полом из положения сидя и лежа, перевороты со спины на живот перекатом, держа в вытянутых руках предмет Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. • сгибание и разгибание ног; • отведение ноги вперед, в сторону, назад; • выставление ноги на пятку (носок); • приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднимание на носки и опускание на всю ступню; • захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место [1, стр. 128]
Ходьба.	• обычным и гимнастическим шагом, согласовывая движения рук и ног, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево), сохраняя равновесие; • в колонне по одному, по двое (парами), по прямой, по кругу, вдоль границ зала, «змейкой» (между тремя или четырьмя предметами); • по прямой, в обход по залу, враспынную, в разном темпе, с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); • с переходом на бег, в чередовании с прыжками, с изменением направления, со сменой направляющего; • между линиями (расстояние 15-10 см) [1, стр. 127].
Упражнения в равновесии	• ходьба по скамье, по доске (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, руки в стороны и с предметом в руках, ставя ногу с носка); • по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см); • перешагивание через предметы высотой 20-25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. [1, стр. 127].
Бег	• в разном темпе, со сменой ведущего, в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе (расстояние 10 м); • спокойный бег на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, в колонне по одному 1-1,5 минуты, парами взявшись за руки, по кругу, соразмеряя свои движения с движениями партнера; • «змейкой» между предметами (оббегать пять шесть предметов); • со старта на скорость (расстояние 15—20 м); • бег в медленном темпе (до 2 мин.), со средней скоростью (на расстояние 40—60 м) в чередовании с ходьбой 80-100 м. [1, стр. 128].
Ползание, лазанье.	• ползание на четвереньках в быстром темпе, а также опираясь на стопы и ладони; • подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед, в обруч; • перелезание через бревно, гимнастическую скамейку; • лазанье по гимнастической стенке, перелезая с одного пролета на другой вправо и влево. [1, стр. 128].
Прыжки.	• на двух ногах (20 прыжков по 2-3 раза в чередовании с ходьбой), энергично отталкиваясь, вытягивая стопу, мягко приземляясь, на полусогнутые ноги; • со сменой ног, ноги вместе - ноги врозь, с хлопками над головой, за спиной, с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком

	(вправо, влево); • спрыгивание (с высоты 20-25 см.) со страховкой; • перепрыгивание через предметы (высотой 5—10 см.); • прыжки в длину с места (на расстояние 70 см.) и через параллельные прямые (5-6 линий на расстоянии 40-50 см.); • сочетая отталкивание со взмахом рук, с сохранением равновесия при приземлении; • прыжки через короткую скакалку. [1, стр. 128].
Бросание, ловля, метание	• отбивание мяча о землю правой и левой рукой, бросание и ловля его кистями рук (не прижимая к груди); • перебрасывание мяч друг другу и педагогу; • прокатывание мячей, обручей друг другу и между предметами (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 (5 раз подряд); • отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд); • метание предметов на дальность (расстояние не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель с высотой центра мишени не менее 1,5 метра, с расстояния 2-2,5 м правой и левой рукой, в вертикальную цель. [1, стр. 128].
Подвижные игры	• сюжетные игры, имитационные упражнения; • несюжетные игры; • игры на развитие ориентировки в пространстве; • игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации; • народные игры • малоподвижные игры [1, стр. 125-126] • на развитие скоростно-силовых качеств: «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки»; • с прыжками на развитие силы и ловкости: «Зайцы и волк», «Волк в курятнике», «Зайка серый умывается»; • с ползанием и лазаньем: «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята»; • с бросанием и ловлей на развитие ловкости: «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку»; • на ориентировку в пространстве, на внимание и ловкость: «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки». Народные игры. «У медведя во бору», «Водяной» и др.. [1, стр. 129].
Спортивные упражнения	Катание на санках • подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга. Ходьба на лыжах. • скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуелочкой». Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: • по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью Плавание: • погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держать за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде. [1, стр. 129].
Активный отдых.	• Физкультурные досуги проводятся 1-2 раза в месяц,

	продолжительностью 20-25 минут, в соответствии с календарно-тематическим планом ДОО Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения. • Дни здоровья проводятся 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы. В этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). [1, стр. 130].
--	---

Целевые ориентиры к концу 5-го года жизни:

- > ребенок осваивает разнообразные физические и музыкально-ритмические упражнения, проявляет двигательную активность и психофизические качества, демонстрирует координацию движений, развитие глазомера, ориентировку в пространстве ориентирами и без, стремиться сохранять правильную осанку;
- > проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, с желанием выполняет упражнения основной гимнастики, участвует в подвижных играх и досуговой деятельности;
- > проявляет настойчивость и упорство для достижения результата, стремится к победе, соблюдает правила в подвижных играх, переносит освоенные упражнения в самостоятельную двигательную деятельность;
- > знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности;
- > знает об отдельных факторах, положительно влияющих на здоровье, имеет сформированные полезные привычки [1, стр. 130].

2.2.3. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 5 до 6 лет:

Строевые упражнения	• построение в колонну по одному, в шеренгу, круг и два круга (по ориентирам и без), по диагонали, в два и три звена; • перестроение из одной колонны в две, в шеренгу по два, равняясь по ориентирам и без; • повороты направо, налево, кругом; • размыкание и смыкание [1, стр. 132].
Ритмическая гимнастика.	• ходьба и бег под музыку в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, • на высоких полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа • легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); • подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружения по одному и в парах. [1, стр. 132].
Общеразвивающие упражнения	• под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса:

	• поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно), сочетая движения рук и ног, одновременно и поочередно; Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: • повороты влево и вправо, наклоны вперед, вниз, в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног: • поднимание ног над полом, сгибание и разгибание ног из положения сидя, лежа на боку; • выполнение упражнений в приседе и полуприседе, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны, с предметами и без них. [1, стр. 132].
Ходьба.	• обычным шагом, на носках, на пятках с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево) с заданием, • в колонне по одному, по двое (парами), с предметами, по кругу, вдоль границ зала, «змейкой» (между восемью предметами), • врассыпную по диагонали; • в чередовании с бегом, прыжками, с изменением направления, темпа, со сменой направляющего. [1, стр. 131].
Упражнения в равновесии.	• ходьба между линиями, по доске, по широкой и узкой гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны), по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см); • с перешагиванием через набивные мячи на разном расстоянии друг от друга (поочередно через 5-6 мячей). [1, стр. 131].
Бег	• с разной скоростью, • на носках, • с высоким подниманием колен, • мелким и широким шагом, • в колонне (по одному, по двое, парами), • в разных направлениях (по кругу, между предметами, врассыпную, со сменой ведущего); • в быстром темпе (от 10 метров по 3—4 раза до 20—30 м по 2—3 раза), с увертыванием; • челночный бег 3 по 10 м в медленном темпе (1,5—2 мин). [1, стр. 131].
Ползание, лазанье.	• на четвереньках по прямой, «змейкой» (расстояние — 10 м), между предметами, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками, 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 чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, сохраняя ритм, с изменением темпа, перелезая с одного пролета на другой вправо и влево); • лазанье по веревочной лестнице со страховкой. [1, стр. 131].
Прыжки.	• на месте на двух ногах (25 ритмичных прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), с продвижением вперед (на расстояние 2-3 м.); • попеременно на правой и левой ноге, ноги вместе и врозь, с поджатыми ногами («зайчики»), с разведенными коленями («лягушки»); • на одной ноге (на правой и левой поочередно);

	• в чередовании и в комбинации с другими основными движениями, общеразвивающими упражнениями; • прыжки в длину с места (от 80 см.), через линию, поочередно через 5-6 линий или плоских обручей, (расстояние между которыми одинаковое и разное от 30 до 60 см.); • через 2-3 предмета (поочередно через каждый высотой 5-10 см); с высоты 20-25 см. [1, стр. 132].
Прыжки со скакалкой:	• Прыжки с короткой скакалкой на двух ногах и с продвижением, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся). [1, стр. 132].
Катание, бросание, ловля, метание:	• прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами, из разных исходных положений; • бросание мяча друг другу снизу, из-за головы, от груди и ловля (на расстоянии 1,5 м.) по прямой и с отбивкой о землю; • перебрасывание через препятствия друг другу из положения сидя и стоя (с расстояния 2 м); • отбивание мяча правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд) на месте и в движении расстояние от до 4 до 6 метров); • метание разными способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо предметов, мячей разного размера на дальность (не менее 5-9 м), горизонтальную цель (с расстояния 3,5-4 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель, с расстояния 1,5-2 метра. [1, стр. 131].
Подвижные игры	• сюжетные игры, имитационные упражнения; • несюжетные игры; • игры на развитие ориентировки в пространстве; • игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации; • народные игры; • малоподвижные игры • с бегом на развитие скоростно-силовых качеств и ориентировки в пространстве: «Самолеты» (с обручами и геометрическими фигурами), «Хитрая лиса», «Цветные автомобили», «Птичка и кошка», «Светофор», «Найди пару», «Ловишки с ленточками», «Лошадки», «Бездомный заяц», «Ловишки»; • с прыжками на развитие силы и выносливости: «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике»; с ползанием и лазаньем на развитие силы: «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Пожарные», «Спасатели»; • с бросанием и ловлей на развитие ловкости: «Подбрось — поймай», «Мяч по кругу»; • на ориентировку в пространстве, на внимание: «Найди, где спрятано», «Пограничники». • Народные игры. «У медведя во бору», «Мышка и две кошки», «Дударь» [1, стр. 133].
Спортивные упражнения и игры	Катание на санках: • по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки. Ходьба на лыжах: • по лыжне (на расстояние до 500 м.); • скользящим шагом; • повороты на месте (направо и налево) с переступанием; • подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуелочкой» (прямо и наискось).

	Катание на двухколесном велосипеде, самокате: • по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью; • с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь. Плавание: • с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде держать за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опускать лицо в воду, приседать под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом. Городки: • бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). Элементы баскетбола: • перебрасывание мяча друг другу от груди; • ведение мяча правой и левой рукой; • забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; • игра по упрощенным правилам. Бадминтон: • отбивание волана ракеткой в заданном направлении; • игра с педагогом Элементы футбола: • отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; • обведение мяча между и вокруг предметов; • отбивание мяча о стенку; • передача мяча ногой друг другу (3—5 м); • игра по упрощенным правилам. [1, стр. 133].
Активный отдых	• Физкультурные досуги и развлечения проводятся 1-2 раза в месяц, продолжительностью 30-40 минут, в соответствии с календарно-тематическим планом ДОО. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания. • Физкультурные праздники организуются 2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов, в соответствии с календарно-тематическим планом ДОО. Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры. • Дни здоровья проводятся 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы. В этот день проводятся в этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки. • Туристские прогулки и экскурсии. на расстояние от 1 до 2 км (в оба конца) в теплый период года, и до 1 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 1,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20 минут).[1, стр. 133].

Целевые ориентиры к концу 6-го года жизни:

- > ребенок выполняет физические упражнения в соответствии с возрастными возможностями, достаточно технично, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно;
- > проявляет в двигательной деятельности сформированные в соответствии с возрастом психофизические качества;

- > способен проявить творчество, составляя несложные комбинации из знакомых общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений, основных движений и продемонстрировать их, придумать движения в подвижной игре и организовать ее;
- > стремится осуществлять самоконтроль и дает оценку двигательным действиям других детей и своим, свободно ориентируется в пространстве, овладевает некоторыми туристскими умениями;
- > проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам и экскурсиям;
- > умеет взаимодействовать в команде, проявляет инициативу, самостоятельность, находчивость, взаимопомощь, стремится к личной и командной победе, демонстрирует нравственно-волевые качества, ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- > знает способы укрепления здоровья и факторы, положительно влияющие на него, имеет представление о правилах гигиены, понимает необходимость сохранения и укрепления здоровья, может оказать посильную помощь больным близким, стремиться заботиться о своем здоровье и здоровье других людей;
- > имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности, стремиться их соблюдать [1, стр. 134-135].

2.2.4. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 6 до 7 лет:

Строевые упражнения	• построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу; • перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3); • расчет на первый — второй и перестроение из одной шеренги в две; • равнение в колонне, шеренге, кругу; • размыкание и смыкание приставным шагом; • повороты направо, налево, кругом [1, стр. 137].
Ритмическая гимнастика.	• отдельные комплексы из 6-8 упражнений под музыку; • танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, • поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, • ритмичная ходьба с носка, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад в сторону, • кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук вверх, в сторону в такт и ритм музыки. [1, стр. 137].
Общеразвивающие упражнения	• в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с паузами и поточно, под счет, музыку и др. • с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и др.) [1, стр. 137].

Ходьба	• в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге в разном темпе и направлениях; • по кругу, по прямой с поворотами обходя 10 и более предметов, по диагонали, с перестроениями, • разными способами: обычным, гимнастическим шагом, скрестным шагом, с выпадами, в приседе и полуприседе, спиной вперед, спортивной ходьбой, на носках с разными положениями рук, на пятках, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, в сочетании с другими видами основных движений и ходьба с поточным выполнением общеразвивающих упражнений под счет, ритм, музыку [1, стр. 136].
Упражнения в равновесии.	• ходьба по скамье с набивным мешочком на голове, выполняя упражнения (приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки, поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок, с остановкой посередине и с приседанием и поворотом кругом и др.); • прямо и боком, по канату на полу, по доске, держа баланс стоя на большом набивном мяче. [1, стр. 136].
Бег	• с разной скоростью 2-3 минуты, с чередованием темпа, с переходом на ходьбу, в среднем темпе (до 300 м.), в быстром темпе 30 метров (10 м по 3—4 раза с перерывами). наперегонки на скорость (от 25-30 метров); • на носках, высоко поднимая колени, с захлестыванием голени назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом; • в колонне по одному, по двое, в разных направлениях, с заданиями, с преодолением препятствий, со скакалкой, с мячом, по доске, дорожке бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками через препятствия (высотой 10—15 см.); • спиной вперед из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.); • в усложнённых условиях 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой и с преодолением препятствий; • челночный бег (3 по 5 метров). [1, стр. 136].
Ползание, лазанье	• на четвереньках, на животе и спине по гимнастической скамейке, бревну, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; • проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд, в туннеле на скорость, пролезание в обруч разными способами, подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 50-35 см); • лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного движения рук и ног, с перелезанием с пролета на пролет в разном темпе [1, стр. 136].
Прыжки	• на двух ногах на месте разными способами, вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением (по 20-40 прыжков 2—4 раза в чередовании с ходьбой), • с поворотом кругом, продвигаясь вперед (на 5-6 м.), с зажатым между ног мешочком с песком, с мячом; • в положении сидя на большом надувном мяче (фитболе), через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; • на одной ноге поочередно и через линию, веревку, в высоту с разбега (высота до 40 см); • в длину с места (от 100-140 см в зависимости от пола, подготовленности); • в длину с разбега (180-190 см), с места вверх, доставая предмет,

	подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки, с разбега (высота не менее 50 см) [1, стр. 136-137].
Прыжки с короткой скакалкой:	• Прыжки через обруч, короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), вращающуюся вперед и назад длинную скакалку по одному, парами. [1, стр. 136-137].
Бросание, ловля, метание	• перебрасывание мяча разного размера друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), через сетку; • бросание мячей разных размеров вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами; • отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении по прямой и в разных направлениях от 5 до 10 раз; бросание набивных мячей (0,5 кг) сидя и бросание их в даль из-за головы из положения стоя; • метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой, в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), а также в движущуюся цель. [1, стр. 136].
Подвижные игры	• сюжетные игры, имитационные упражнения; • несюжетные игры; • игры на развитие ориентировки в пространстве; • игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации; • народные игры; • малоподвижные игры • игр с бегом на развитие скоростных качеств: «Моряки», «Пожарные на учении», «Спасатели спешат на помощь», «Будущие защитники Родины», «Полоса препятствий», «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Г орелки», «Коршун и наседка»; • с прыжками: «Лягушки и Аист», «Не попадись!», «Волк во рву». • с метанием и ловлей на развитие силы и ловкости: «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый и меткий?», «Ловишки с мячом»; • с ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловкие обезьянки»; игры-стафеты: «Космонавты», «Дорожка препятствий», • с элементами соревнования: «Зарничка», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?», «Наши олимпийцы». • Народные игры. «Гори, гори ясно!», «Лапта». [1, стр. 137-138].
Спортивные упражнения и игры	Катание на санках: • игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость. Ходьба на лыжах: • скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; • попеременным двухшажным ходом (с палками); • повороты переступанием в движении; • поднимание на горку «лесенкой», «елочкой». Катание на коньках: • удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); • приседания из исходного положения; • скольжение на двух ногах с разбега; • повороты направо и налево во время скольжения, торможения;

	• скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь. Катание на двухколесном велосипеде, самокате: • по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость. Плавание: • погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх — вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10-15 м); упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры. Городки: • бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. • Построение 4—5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит. Элементы баскетбола: • передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); • перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; • ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон; • забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; • ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу. Элементы футбола: • передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; • ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота, играть по упрощенным правилам. Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве): • ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы; • прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой; • ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; • забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); • попадание шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения. Бадминтон: • перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку. Элементы настольного тенниса: • подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); • подача мяча через сетку после его отскока от стола. [1, стр. 138-139].
Активный отдых	• Физкультурные досуги и развлечения проводятся 1-2 раза в месяц, продолжительностью 40-45 минут, в соответствии с календарно-тематическим планом ДОО. Содержание составляют: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, проблемные и творческие задания.. • Физкультурные праздники организуются 2 раза в год,

	продолжительностью не более 1,5 часов, в соответствии с календарно-тематическим планом ДОО. Содержание праздников составляют сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнения. • Дни здоровья проводятся 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы. В этот день проводятся в этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки, физкультурные досуги. • Туристские прогулки и экскурсии. от 1 до 3 км (в оба конца) в теплый период года, и от 1 до 2 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 2,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20-30 минут) [1, стр 139].
--	---

Целевые ориентиры к концу 7-го года жизни:

- > ребенок результативно, уверенно, технически точно, выразительно с достаточной амплитудой и усилием выполняет физические упражнения, музыкально-ритмические упражнения и их комбинации с пособиями и без, осваивает элементы спортивных игр по возрасту, проявляет психофизические качества, меткость, глазомер, сохраняет равновесие, правильную осанку, свободно ориентируется в пространстве без ориентиров;
- > осуществляет самоконтроль, может дать оценку выполнения упражнений другими детьми;
- > проявляет двигательное творчество, может придумать комбинации движений в общеразвивающих упражнениях и подвижных играх, с удовольствием импровизирует;
- > активно и с желанием участвует в подвижных играх и эстафетах, проявляет инициативу, может их самостоятельно организовать и провести со сверстниками и младшими детьми;
- > проявляет инициативу, находчивость, морально-нравственные и волевые качества (смелость, честность, взаимовыручка, целеустремленность, упорство и др.), оказывает помощь товарищам, стремится к личной и командной победе, демонстрирует ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- > осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- > имеет начальные представления о правилах здорового образа жизни, мерах укрепления здоровья и профилактики, организме человека, владеет навыками личной гигиены, может определить и описать свое самочувствие, знает, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье;
- > имеет представление о некоторых видах спорта и спортивных достижениях, соблюдает правила безопасного поведения в двигательной деятельности и во время пеших туристских прогулок и экскурсий,
- > стремиться оказать помощь и поддержку больным людям, заботливо относится к своему здоровью и здоровью окружающих.

Содержание образовательной деятельности в рамках ОО «Физическое развитие» реализуется в соответствии с ФОП, с опорой на УМК к программе «От рождения до школы», перспективным планированием обучения основным видам движений. (см. Приложение: Перспективное планирование основных видов движений)

Для обучения спортивным играм и упражнениям, музыкально-ритмическим

движениям, освоения навыков туристических походов, используются следующие методические пособия:

1. Белая К. Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).
2. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей. - М.: Издательство "ГНОМ и Д", 2004.
3. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона. - М., ФиС., 1987.
4. Глосович Б., Постников А. Бадминтон для детей. М: Просвещение, 1962.
5. Гришин В. Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
6. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт», 2022 г.
7. Борисова М.М., Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017.
8. Адашкявичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва «Просвещение» 1992 г.
9. Козак О.Н., «Зимние игры для больших и маленьких», Санкт-Петербург «Союз» 1999 г.
10. Саулина Т. Ф. Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения (3-7 лет).
11. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
12. Парциальная программа «Бадминтон для дошкольников». Планирование и конспекты занятий / Л.Л. Тимофеева. — 2-е изд. — М.: ООО «Русское слово — учебник», 2019. — 168 с.: ил. — (ФГОС ДО. ПМК «Мозаичный ПАРК»).
13. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года).
14. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4 -5 лет).
15. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет).
16. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет).
17. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
18. Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.
19. А. А. Чеменева, А. Ф. Мельникова, В. С. Волкова Парциальная программа рекреационного туризма для детей старшего дошкольного возраста «Весёлый рюкзачок» — 2-е изд. — М.: ООО «Русское слово — учебник», 2019. — 80 с. — (ФГОС ДО. ПМК «Мозаичный ПАРК»).

2.3. Основные требования по освоению детьми ОО «Физическое развитие»

При реализации РП по физическому развитию в образовательной деятельности, в режимных моментах, при организации активного отдыха, туристических походах и прогулках педагоги ДОО особое внимание уделяют следующим аспектам:

2-я младшая группа

- > формированию умения выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях;
- > выполнять ОРУ, музыкально-ритмические упражнения;

- > созданию условия для освоения ОВД и спортивных упражнений, организации подвижных игр, помощи детям выполнять движения естественно, согласованно, сохраняя равновесие;
- > формированию умения слышать указания педагога, принимать исходные положения, реагировать на зрительный и звуковой сигналы, начинать и заканчивать движение по сигналу, соблюдать правила в подвижных играх;
- > организации активного отдыха, приобщению детей к ЗОЖ, овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитанию полезных для здоровья привычек.

Средняя группа

- > формированию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств;
- > обучению точно принимать исходные положения, поддержанию стремления соблюдать технику выполнения упражнений, правил в подвижных играх;
- > умению слушать и слышать указания педагога, ориентироваться на словесную инструкцию и зрительно-слуховые ориентиры;
- > развитию умения использовать движения в самостоятельной двигательной деятельности, импровизировать, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками, проявлять целеустремленность и упорство в достижении цели;
- > овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формированию представлений о правилах поведения в двигательной деятельности, закреплению полезных привычек, способствующих укреплению и сохранению здоровья.

Старшая группа

- > развитию и совершенствованию двигательных умений и навыков, психофизических качеств и способностей, обогащению двигательного опыта детей разнообразными физическими и музыкально-ритмическими упражнениями;
- > поддержке детской инициативы, формированию стремления творчески использовать упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;
- > закреплению умения самостоятельно точно, технично выразительно выполнять упражнения под счет, ритм, музыку, по показу и по словесной инструкции, осуществлять самоконтроль и самооценку выполнения упражнений;
- > обучению подвижным играм, элементам спортивных игр, играм-эстафетам;
- > поощрению стремления выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил, преодолевать препятствия, проявлять нравственно-волевые качества, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками;
- > расширению и закреплению представлений о здоровье, ЗОЖ, формированию элементарных представлений (на доступном уровне) об организме человека, о разных формах активного отдыха, включая туризм, формированию навыков безопасного поведения в

двигательной деятельности;

- > организует для детей и родителей туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

Подготовительная группа

- > закреплению и совершенствованию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качества и способностей;
- > созданию условий для дальнейшего закрепления и совершенствования навыков выполнения ОВД и их комбинаций, ОРУ, спортивных упражнений, освоению элементов спортивных игр, игр-эстафет, музыкально-ритмических упражнений;
- > обучению выполнять упражнения под счет, ритмично, в соответствии с разнообразным характером музыки, а также технично, точно, выразительно выполнять движения.
- > обучению детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и оценку выполнения упражнений;
- > поддержанию стремления творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности, организовывать и придумывать подвижные игры, ОРУ, комбинировать движения, импровизировать;
- > приобщение детей к ЗОЖ: расширение и уточнение представлений о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, мерах профилактики болезней, поддержание интереса к физической культуре, спорту, активному отдыху, воспитание полезных привычек, осознанного, заботливого, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

2.4. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации РП

Формы, способы, методы и средства реализации РП по физическому развитию дошкольников определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

2.4.1. Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию

В соответствии с ФГОС ДО, ФОП основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО:

- > образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности;
- > образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных процессов;
- > самостоятельная деятельность детей;
- > взаимодействие с семьями детей по реализации РП по физическому развитию [1, стр. 148-151]

2.4.2. Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО

Согласно пункту 2.10 СанПиН при организации ОД по физическому развитию в ДОО соблюдаются следующие требования:

- > режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.
- > при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО.
- > физкультурные, физкультурно-оздоровительные, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Проведение спортивных соревнований туристических походов, занятий в плавательных бассейнах обеспечиваются присутствием медицинского работника. Проведение туристических походов с выходом за территорию ДОО оформляются приказом заведующего ДОО, в соответствии с нормативными актами, разработанными в ДОО.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

(см. Приложения: Двигательные режимы детей младшего и дошкольного возраста; План проведения досуговых мероприятий и праздников)

2.4.3. Средства реализации РП по физическому развитию дошкольников

При реализации РП для развития двигательной деятельности используются следующие средства:

- > спортивное оборудование,
- > спортивный инвентарь,
- > демонстрационный и раздаточный материал,
- > образно-символический материал,
- > технические средства обучения,
- > оздоровительное, нестандартное оборудование,
- > оборудование для спортивных игр и упражнений.

(см. Приложение: Список спортивного оборудования и инвентаря)

2.4.4. Методы реализации РП по физическому развитию дошкольников

При организации обучения двигательным навыкам, развития психофизических качеств и формирования основ ЗОЖ традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной

деятельности детей:

<i>Наглядные методы</i>	• способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способности к сенсорике; • наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); • наглядно-слуховые приемы (музыка, песни); • тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).
<i>Вербальные методы (словесные)</i>	• направлены на активизацию сознания ребенка, формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных случаях; • название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т. д. активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.
<i>Практические методы</i>	• призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений; • применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления

	двигательных навыков и умений. • закрепления двигательных навыков и развитие физических качеств в изменяющихся условиях. • при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.). Соревновательный метод повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях.
<i>информационно-рецептивный метод</i>	• предъявление информации, организация действия ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагогов или детей, чтение)
<i>репродуктивный метод</i>	• создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца воспитателя, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель)
<i>метод проблемного изложения</i>	• постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений
<i>эвристический метод (частично-поисковый)</i>	• проблемная задача делится на части - проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях)
<i>исследовательский метод</i>	• составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование). [1, стр. 142]

Выбор форм, методов, средств реализации РП по физическому развитию воспитанников основан на адекватных образовательным потребностям предпочтениях детей. Их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает вариативность средств реализации РП.

2.5. Интеграция образовательных областей

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

Социально-коммуникативное развитие.	Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций,
-------------------------------------	---

	проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: Умение понятно объяснить правила в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.
Познавательное развитие.	Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.
Речевое развитие.	Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.
Художественно-эстетическое развитие.	Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

2.6. Взаимодействие педагогов

Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность физического развития детей, является взаимодействие всех участников образовательного процесса: администрации ДОО, инструктора по физической культуре, воспитателей, педагога-психолога, музыкального руководителя, родителей. (см. Приложение: План работы на 2023-2024 уч/год)

Взаимодействие администрации ДОО.	с	Заведующий детским садом и заместитель заведующего по УВР обеспечивают организацию образовательного процесса в ДОО, повышение профессиональной компетенции специалистов, а также организуют взаимодействие с семьями воспитанников и различными социальными партнёрами.
Взаимодействие с медицинским персоналом		В начале учебного года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются карты здоровья, физического развития детей.
Взаимодействие с воспитателями		ИФК оказывает консультативную помощь воспитателям по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО «Физическое развитие», работу с родителями по данному направлению. В образовательной деятельности ИФК проводит занятие, воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, оказывает помощь детям при выполнении

	упражнений, страховку.
<i>Взаимодействие с музыкальным руководителем</i>	Музыка является одним из средств физического воспитания. Она положительно воздействует на эмоции детей, создает хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике, способствует развитию внимания, чувства ритма. Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыкальный материал для использования на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, досугах и развлечениях, праздниках. На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разученные на музыкальных занятиях.
<i>Взаимодействие с педагогом-психологом</i>	Дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, поэтому необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами. В физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.
<i>Взаимодействие с учителем-логопедом</i>	В ходе совместной коррекционно-развивающей деятельности инструктором по физической культуре осуществляются следующие задачи: • развитие слухового, зрительного, пространственного восприятия; • координации движений; • общей и мелкой моторики; • закрепление поставленных учителем-логопедом звуков в свободной речи; • речевого и физиологического дыхания; • формирование темпа, ритма и интонационной выразительности речи; • работа над мимикой лица.
<i>Взаимодействие с помощником воспитателя</i>	Способствует соблюдению санитарно - гигиенических требований при организации работы по физическому развитию дошкольников.

2.7. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

Коррекционно-развивающая работа и\или инклюзивное образование в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ и детей-инвалидов; оказание

им квалифицированной помощи в освоении РП, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

КРР представляет собой комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно - развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития. КРРв ДОО осуществляют педагоги-психологи, дефектологи, логопеды, другие педагоги (воспитатели, инструктор по физкультуре, и т.д.) [1, стр. 143-148].

Задачи КРР на уровне ИФК:

- > определение особых (индивидуальных) образовательных потребностей обучающихся, в том числе с трудностями освоения Федеральной программы и социализации в ДОО;
- > своевременное выявление обучающихся с трудностями адаптации, обусловленными различными причинами;
- > осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с учетом особенностей психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК) или психолого-педагогического консилиума образовательной организации (ППК);
- > оказание родителям (законным представителям) обучающихся консультативной психолого-педагогической помощи по вопросам развития и воспитания детей дошкольного возраста;
- > содействие поиску и отбору одаренных обучающихся, их творческому развитию;
- > выявление детей с проблемами развития эмоциональной и интеллектуальной сферы;
- > реализация комплекса индивидуально ориентированных мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений в развитии и проблем поведения.

Содержание коррекционно-развивающей работы для каждого обучающегося определяется с учетом его ООП на основе рекомендаций ППК Организации. Коррекционно-развивающая работа ИФК реализуется в форме групповых и/или индивидуальных коррекционно-развивающих занятий. Выбор конкретной программы коррекционно-развивающих мероприятий, их количестве, форме организации, методов и технологий реализации определяется ИФК, исходя из возрастных особенностей и ООП обучающихся.

Содержание коррекционно-развивающей работы ИФК:

Диагностическая работа включает:	• своевременное выявление детей, нуждающихся в психолого-педагогическом сопровождении;
----------------------------------	--

	• комплексный сбор сведений об обучающемся на основании диагностической информации от специалистов разного профиля; • определение уровня актуального и зоны ближайшего развития обучающегося с ОВЗ; с трудностями в обучении и социализации, выявление его резервных возможностей; • изучение направленности детской одаренности; • изучение, констатацию в развитии ребенка его интересов и склонностей, одаренности; • мониторинг развития детей и предупреждение возникновения психолого-педагогических проблем в их развитии; • системный разносторонний контроль специалистов за уровнем и динамикой развития обучающегося, а также за созданием необходимых условий, соответствующих особым (индивидуальным) образовательным потребностям обучающегося.
<i>Коррекционно-развивающая работа</i> <i>включает:</i>	• выбор оптимальных для развития обучающегося коррекционно-развивающих программ/методик психолого-педагогического сопровождения в соответствии с его особыми (индивидуальными) образовательными потребностями; • организацию, разработку и проведение ИФК индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, необходимых для преодоления нарушений поведения и развития, трудностей в освоении образовательной программы и социализации; • коррекцию и развитие высших психических функций; • коррекцию и развитие психомоторной сферы, координации и регуляции движений; • создание условий, обеспечивающих развитие, обучение и воспитание детей с ярко выраженной познавательной направленностью, высоким уровнем умственного развития или иной направленностью одаренности; • создание насыщенной развивающей предметно - пространственной среды для разных видов деятельности
<i>Консультативная работа</i> <i>включает:</i>	• разработку рекомендаций по основным направлениям работы с обучающимся с трудностями в обучении и социализации, единых для всех участников образовательных отношений; • консультирование ИФК педагогов по выбору индивидуально ориентированных методов и приемов работы с обучающимся; • консультативную помощь семье в вопросах выбора оптимальной стратегии воспитания и приемов коррекционно-развивающей работы с ребенком.
<i>Информационно-просветительская работа</i> <i>предусматривает:</i>	• различные формы просветительской деятельности, направленные на разъяснение участникам образовательных отношений — обучающимся (в доступной для дошкольного возраста форме), их родителям (законным представителям), педагогическим работникам — вопросов, связанных с особенностями образовательного процесса и психолого-педагогического сопровождения обучающихся, в том числе с ОВЗ, трудностями в обучении и социализации; • проведение тематических выступлений, онлайн-консультаций

	для педагогов и родителей по разъяснению индивидуально-типологических особенностей различных категорий обучающихся, в том числе с ОВЗ, трудностями в обучении и социализации
--	--

Реализация КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми - инвалидами согласно нозологическим группам, осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой ДОО.

КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами (при наличии) предусматривает предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся, коррекцию нарушений психического и физического развития средствами коррекционной педагогики, специальной психологии и медицины; формирование у обучающихся механизмов компенсации дефицитарных функций, не поддающихся коррекции, в том числе с использования ассистивных технологий. (см. АОП ДОО на 2023-2024 уч/год)

2.8. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Образовательная деятельность в ДОО включает:

- > образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (предметной, игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, двигательной);
- > образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- > самостоятельную деятельность детей;
- > взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы ДОО.

Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность детей, педагога и детей, самостоятельная детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, педагог может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности [1, стр. 148-151].

Согласно требованиям СанПиН, в режиме дня ДОО предусмотрено время для проведения занятий. (см. Приложение: Расписание ОД по физическому развитию, Картотеку подвижных игр).

2.9. Способы и направления поддержки детской инициативы

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность играть, рисовать, конструировать, сочинять и пр. в соответствии с собственными интересами является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в ДОО. Самостоятельная деятельность детей протекает преимущественно в утренний отрезок времени и во второй половине дня.

В развитии детской инициативы и самостоятельности педагогу важно соблюдать ряд общих требований:

- > развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений;
- > создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
- > постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно; постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;
- > тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
- > ориентировать детей на получение хорошего результата, своевременно обращать особое внимание на детей, проявляющих небрежность, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;
- > дозировать помощь детям. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;
- > поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.[1, стр. 154].

2.10. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках ОО

«Физическое развитие»

Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников ДОО является «установление доверительного делового контакта» между семьей и ДОО.

Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьей, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями [1, стр. 154-155].

В соответствии с ФОП в ДОО организована система профессиональной поддержки и помощи родителям (законным представителям) в воспитании и обучении детей, охране и укреплении их здоровья, состоящая из консультативных, просветительских, обучающих направлений работы педагогов ДОО. (см. Приложение: План работы с родителями)

2.11. ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

Пояснительная записка

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

Современный национальный воспитательный идеал - это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою

личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа РФ.

Основу воспитания на всех уровнях, начиная с дошкольного, составляют традиционные ценности российского общества. Традиционные ценности - это нравственные ориентиры, формирующие мировоззрение граждан России, передаваемые от поколения к поколению, лежащие в основе общероссийской гражданской идентичности и единого культурного пространства страны, укрепляющие гражданское единство, нашедшие свое уникальное, самобытное проявление в духовном, историческом и культурном развитии многонационального народа России⁸.

Программа воспитания предусматривает приобщение детей к традиционным ценностям российского общества - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России⁹.

Вся система ценностей российского народа находит отражение в содержании воспитательной работы ДОО, в соответствии с возрастными особенностями детей.

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

2.11.1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ Программы воспитания.

Цели и задачи воспитания

Цель РП: создание системы работы по физическому развитию дошкольников, обеспечивающей личностное развитие каждого ребенка с учетом его индивидуальности и создание условий для позитивной социализации детей на основе традиционных ценностей российского общества, что предполагает:

1) Формирование первоначальных представлений о традиционных ценностях российского народа, социально приемлемых нормах и правилах поведения;

2) Формирование ценностного отношения к окружающему миру (природному и социокультурному), другим людям, самому себе;

3) Становление первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с традиционными ценностями, принятыми в обществе нормами и правилами.

Задачи воспитания:

- > содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом;
- > способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- > создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребенка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию;

- осуществлять поддержку позитивной социализации ребенка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.

Направления воспитания

Направление воспитания	Цель направления	Ценности, лежащие в основе направления
Патриотическое направление воспитания	-содействовать формированию у ребенка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника Отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны.	Родина и природа
Духовно-нравственное направление воспитания	- формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально ответственному поведению.	жизнь, милосердие, добро
Социальное направление воспитания	- формирование ценностного отношения детей к семье, другому человеку, развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми.	семья, дружба, человек и сотрудничество
Познавательное направление воспитания	- формирование ценности познания.	познание
Физическое и оздоровительное направление воспитания	- формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.	жизнь и здоровье
Трудовое направление воспитания	- формирование ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребенка к труду	труд
Эстетическое направление воспитания	- способствовать становлению у ребенка ценностного отношения к красоте	культура, красота

Целевые ориентиры воспитания

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

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

Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения программы

Направления воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Патриотическое	Родина, природа	Любящий свою малую родину и имеющий представление о своей стране - России, испытывающий чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.
Духовно-нравственное	Жизнь, милосердие, добро	Различающий основные проявления добра и зла, принимающий и уважающий традиционные ценности, ценности семьи и общества, правдивый, искренний, способный к сочувствию и заботе, к нравственному поступку. Способный не оставаться равнодушным к чужому горю, проявлять заботу; Самостоятельно различающий основные отрицательные и положительные человеческие качества, иногда прибегая к помощи взрослого в ситуациях морального выбора.
Социальное	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Проявляющий ответственность за свои действия и поведение; принимающий и уважающий различия между людьми. Владеющий основами речевой культуры. Дружелюбный и доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, способный взаимодействовать со взрослыми и сверстниками на основе общих интересов и дел.
Познавательное	Познание	Любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом. Проявляющий активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании. Обладающий первичной картиной мира на основе традиционных ценностей.
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	Владеющий основными навыками личной и общественной гигиены. Стремящийся соблюдать правила безопасного поведения в быту, социуме (в том числе в цифровой среде), природе.
Трудовое	Труд	Понимающий ценность труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда, результатам их деятельности. Проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.
Эстетическое	Культура и красота	Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве. Стремящийся к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности.

2.11.2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ Программы воспитания

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

- > формирование у ребенка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре;
- > становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилами;
- > воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.

Формы совместной деятельности с родителями(законными представителями)

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

Разработчиками рабочей программы воспитания должны быть учтены и описаны виды и формы деятельности по организации сотрудничества педагогов и родителей (законных представителей), используемые в ДОО в процессе воспитательной работы (указываются конкретные позиции, имеющиеся в общеобразовательной организации или запланированные):

- родительское собрание;
- педагогические лектории;
- родительские школы;
- родительские конференции;
- круглые столы;
- родительские клубы, клубы выходного дня;
- мастер-классы.

2.11.3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Психолого-педагогические условия реализации Рабочей программы

Успешная реализация РП обеспечивается следующими психологопедагогическими условиями:

- > признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребенка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;
- > решение образовательных задач с использованием как новых форм организации

процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и др.), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятий);

- > обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса в ОО, в том числе дошкольного и начального школьного уровней образования (опора на опыт, накопленный на предыдущих этапах развития, плавное изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования - формирование умения учиться);
- > учет специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития);
- > создание развивающей и эмоционально комфортной для ребенка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социально-личностному, познавательному, эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности, в которой ребенок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и пр.;
- > построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- > индивидуализация образования (в том числе поддержка ребенка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);
- > оказание ранней коррекционной помощи детям с ОВЗ на основе специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, социальному развитию этих детей, в том числе посредством организации инклюзивного образования;
- > совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;
- > психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;
- > вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;
- > формирование и развитие психолого-педагогической компетентности участников образовательного процесса;
- > непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации РП в Организации, обеспечение вариативности его содержания, направлений и форм, согласно запросам родительского и профессионального сообществ;
- > взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов

взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;

- > использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования процесса ее социализации;
- > предоставление информации о РП семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;
- > обеспечение возможностей для обсуждения РП, поиска, использования материалов, обеспечивающих ее реализацию, в том числе в информационной среде.[1, стр. 178-179].

Кадровые условия реализации Рабочей программы

Реализация РП обеспечивается квалифицированными педагогическими работниками, наименование должностей которых должно соответствовать «Номенклатуре должностей педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, должностей руководителей образовательных организаций», утвержденной Постановлением Правительства Российской Федерации от 21.02.2022 № 225.

Необходимым условием является непрерывное сопровождение Федеральной программы педагогическими и учебно-вспомогательными работниками в течение всего времени ее реализации в Организации или в дошкольной группе.[1, стр. 179].

Примерный режим и распорядок дня в дошкольных группах

Режим и распорядок дня устанавливается с учетом санитарноэпидемиологических требований, условий реализации программы Организации, потребностей участников образовательных отношений.

Основными компонентами режима в ДОО являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

Требования и показатели организации образовательного процесса — (извлечения из СанПиН 1.2.3685-21 Таблицы 6.6, 6.7)

Показатель	Возраст	Норматив
<i>Требования к организации образовательного процесса</i>		
Начало занятий не ранее	все возраста	8.00
Окончание занятий, не позднее	все возраста	17.00
Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	от 3 до 4 лет	15 минут
	от 4 до 5 лет	20 минут
	от 5 до 6 лет	25 минут
	от 6 до 7 лет	30 минут

Согласно пункту 2.10 Санитарно-эпидемиологических требований к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:

- > Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.
- > При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминутки во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО.
- > Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Хозяйствующим субъектом обеспечивается присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах.
- > Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале. [1, стр. 180-189].

Календарный план воспитательной работы

Календарный план воспитательной работы (далее — План) разрабатывается в свободной форме с указанием: содержания дел, событий, мероприятий; участвующих дошкольных групп; сроков, в том числе сроков подготовки; ответственных лиц.

При формировании календарного плана воспитательной работы Организация вправе включать в него мероприятия по ключевым направлениям воспитания детей.

Все мероприятия должны проводиться с учетом Федеральной программы, а также возрастных, физиологических и психоэмоциональных особенностей воспитанников.

Календарный план воспитательной работы по физкультурному и оздоровительному воспитанию

месяц	Дата, событие
Сентябрь	1 сентября: День знаний
	25 сентября - Всероссийский день бега «Кросс нации» (2023)
октябрь	16 октября: День отца в России
	28 октября - Всероссийский день гимнастики (в последнюю субботу октября)
Ноябрь	27 ноября: День матери в России
Декабрь	1 декабря - Всероссийский день хоккея
	10 декабря - Всемирный день футбола
	21 декабря День рождения баскетбола
Январь	Святки
Февраль	11 февраля - День зимних видов спорта в России
	12 февраля - Лыжня России (второе воскресенье февраля)
	23 февраля день защитника Отечества
Март	8 марта Международный женский день
	9 марта день рождения города Нижневартовска
Апрель	7 апреля всемирный день здоровья
	«Вороний день»

	12 апреля День космонавтики
Май	9 мая День победы
Июнь	1 июня день защиты детей
	3 июня - Всемирный день велосипеда
	12 июня день России
	19 июня - Всемирный день детского футбола
	23 июня - Международный Олимпийский день
Июль	7 июля Ивана Купала
Август	12 августа - День физкультурника в России (в 2-ю субботу августа)

Перечень дополняется и актуализируется ежегодно в соответствии с памяtnыми датами, юбилеями общероссийского, регионального, местного значения, памяtnыми датами Организации, документами Президента РФ, Правительства РФ, перечнями рекомендуемых воспитательных событий Министерства просвещения РФ, методическими рекомендациями исполнительных органов власти в сфере образования. [1, стр. 189-190].

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда - часть образовательной среды и фактор, мощно обогащающий развитие детей. РППС ДОО выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

Развивающая РППС представляет собой единство специально организованного пространства как внешнего (территория ДОО), так и внутреннего (групповые, специализированные, технологические, административные и иные пространства), материалов, оборудования, электронных образовательных ресурсов и средств обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, материалов для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС ДОО создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития [1, стр. 155-156].

РППС ДОО создано как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании РППС ДОО учтены:

- > местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится ДОО;
- > возраст, опыт, уровень развития детей и особенностей их деятельности, содержание воспитания и образования;
- > задачи образовательной программы для разных возрастных групп;
- > возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО, участников сетевого взаимодействия и т.п.).

Для проведения разных видов двигательной деятельности в ДОО имеется:

- > физкультурный зал
- > физкультурные центры в групповых помещениях
- > спортивная площадка на территории ДОО.

3.2. Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»

Для реализации образовательной программы в ДОО в соответствии с ФОП созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- > возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы по физическому развитию;
- > выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов для обеспечения безопасного нахождения воспитанников на территории ДОО, в групповых и других помещениях, необходимых для образовательной деятельности, проведения режимных моментов, сна и отдыха;
- > выполнение ДОО требований пожарной безопасности и электробезопасности;
- > выполнение ДОО требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО;
- > возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе детей-инвалидов к объектам инфраструктуры ДОО [1, стр. 156-158].

При проведении закупок спортивного оборудования, инвентаря ДОО руководствуется нормами и законодательством РФ.

Используемые материалы:

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, Приказ Министерства просвещения от 25. 11. 2022 г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) Приказ Министерства образования и науки от 17 октября 2013 г. № 1155
3. СанПиН - Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
4. Основная образовательная программа ДОО.

Приложения к РП по реализации ОО «Физическое развитие»

1. Перспективное планирование освоения основных движений (все возрастные группы), план-график
2. Двигательный режим детей дошкольного возраста
3. План проведения досуговых мероприятий и праздников
4. Перечень спортивного оборудования и инвентаря

5. План работы ДОО на 2023-2024 уч/год
6. Расписание ОД по физическому развитию
7. План работы с семьями воспитанников
8. Картотека подвижных игр

3.3. Проектирование образовательного процесса

Начало учебного года - 1 сентября 2023 года.

Продолжительность учебного года: 31 мая 2024 года.

Комплектование групп в ДООУ:

- > 5 групп младшего дошкольного возраста (от 3 до 4 лет)
- > 2 группы среднего дошкольного возраста (от 4 до 5 лет)
- > 2 группы старшего дошкольного возраста (от 5 до 6 лет)
- > 2 группы старшего дошкольного возраста (от 6 до 7 лет)

Группы	Продолжительность НОД	форма организации	Количество занятий в неделю	Доп. услуги
Младшая	15 мин	групповая	2	-
Средняя	20 мин	групповая	2	-
Старшая	22 мин	групповая	2	-
Старшая	30 мин	групповая	2	2 раза в неделю

ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

I. Пояснительная записка

В настоящее время обществу нужны здоровые, физически развитые молодые люди, обладающие сильным, волевым характером и всегда готовые бороться с любыми трудностями.

Физическая культура и физическое воспитание играют важную роль в укреплении здоровья и развитии физических качеств и способностей.

Полноценное физическое развитие возможно лишь при комплексном, целенаправленном и систематическом использовании следующих средств физического воспитания: природных факторов, физических упражнений, и гигиенических мероприятий.

Большое место во всестороннем физическом развитии детей занимают упражнения и подвижные и спортивные игры.

Развивать физические качества и способности, такие как, ловкость, силу, быстроту реакции, гибкость, необходимо с дошкольного возраста, так как он считается самым благоприятным периодом для их формирования, способствует.

Дошкольный возраст в развитии ребенка - это период когда закладывается фундамент его здоровья, физического и психического развития. От того, как организовано

воспитание и обучение ребенка, какие условия созданы для развития его физических качеств и способностей зависит физическое развитие и здоровье в последующие годы жизни.

Это отражено в Законе об образовании, где отмечено, что дошкольное образование должно быть направлено на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

Так же это отражено в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования, задачами которого являются: развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); накопление и обогащение двигательного опыта у детей (овладение основными движениями); формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

В разделе «Физическая культура» программы «От рождения до школы» предусмотрены занятия спортивными играми и упражнениями 2 раза в неделю по 30 минут. Спортивные занятия способствуют развитию двигательных умений и навыков определенных физических качеств.

Программа дошкольного образовательного учреждения ставит следующие задачи: приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с выполнением упражнений, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук; приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие координации и гибкости; приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны); становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Педагоги Яковлева Л.В, Юдина Р.А., Вавилова Е.Н. считают, что двигательные умения тесно связаны с двигательными качествами, основные из которых - ловкость, быстрота, сила и чем шире, богаче арсенал движений, тем легче ребенку добиться успеха в двигательной деятельности.

Для развития двигательных умений и двигательных качеств детей, имеющих физические способности этих занятий недостаточно. Поэтому возникла необходимость в создании дополнительной программы «На встречу к спорту».

Данная программа реализуется со старшими дошкольниками в совместной деятельности во второй половине дня.

3.1. Цель и задачи

Цель: обеспечить комплексное развитие физических качеств детей дошкольного возраста и результативность в подготовке к сдаче нормативов ГТО.

Задачи

1. воспитать ценностное отношение к традициям отечественной системы физического воспитания;

формировать представления о комплексе ГТО как о системе физического самосовершенствования;

- 3) формировать двигательные умения и навыки в выполнении тестовых испытаний-подтягивания из виса на высокой перекладине, сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу, бега, прыжков, метания, наклонов;
- 4) обогащать двигательный опыт ребенка с учетом возрастных возможностей и индивидуальных особенностей;
- 5) комплексно развивать основные физические качества: силу, быстроту, выносливость, гибкость и координационные способности;
- 6) мотивировать к самостоятельным занятиям физической культурой;
- 7) воспитывать инициативность, активность, самостоятельность, трудолюбие, уверенность и др. личностные качества.

Данные задачи решаются на базе всестороннего анализа индивидуальных физических и психологических особенностей каждого ребенка с обязательным привлечением родителей.

3.2. Ожидаемые результаты по задачам

Планируемые результаты освоения программы детьми соотнесены с основными требованиями к результатам ФГОС ДО и нормативными требованиями ВФСК ГТО.

Положительная динамика показателей в направлении целевых ориентиров на этапе завершения дошкольного образования выступает гарантом и основанием к преемственности дошкольного и начального общего образования ребенка в подготовке детей к сдаче норм (испытаний) ВФСК

ГТО. Исходя из этого планируются следующие результаты у воспитанников:

- > ребенок осознает ценности отечественных традиций физического воспитания;
- > ребенок проявляет самостоятельность и инициативность в освоении содержания видов испытаний (тестов) комплекса ГТО;
- > ребенок способен выбрать инвентарь, вид двигательной деятельности, участников совместной двигательной деятельности;
- > ребенок владеет определенными представлениями о комплексе ВФСК ГТО;
- > ребенок способен к проявлению волевых усилий в достижении результата, следует социальным нормам поведения в условиях освоения содержания комплекса ГТО;
- > ребенок осуществляет элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе освоения упражнений и игр по программе;
- > ребенок владеет техникой выполнения нормативов ВФСК ГТО, способен контролировать и оценивать результаты освоения тестов;
- > ребенок готов к сдаче тестов ВФСК ГТО

Принципы по ФГОС

Специфические принципы, отражающие закономерности физического воспитания:

- непрерывности,
- системного чередования нагрузок и отдыха,
- постепенного наращивания развивающе - тренирующих воздействий;
- адекватного сбалансирования динамики нагрузок;
- циклического построения системы занятий;
- возрастной адекватности направлений многолетнего процесса физического воспитания.

Направления работы

В условиях реализации новых нормативно-содержательных подходов перед ДОО поставлены целевые ориентиры, предполагающие открытость, тесное сотрудничество и взаимодействие с родителями. Родители являются активными участниками образовательного процесса, участниками всех проектов, независимо от того, какая деятельность в них доминирует, а не просто сторонними наблюдателями. Поэтому моя работа проходит в трех направлениях:

1. Работа с детьми, направленная на развитие физических способностей. Процесс работы с детьми включает в себя создание интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой.
2. Просветительская и развивающая работа с педагогами, направленная на повышение уровня педагогического мастерства при работе с детьми, имеющими физические способности (под руководством инструктора по физической культуре воспитатели организуют в группах и на территории ДОО развивающую двигательную среду, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей).
3. Просветительская и развивающая работа с родителями, направленная на развитие физических способностей детей, через организацию совместной деятельности родителей и детей; физкультурных досугов, спортивных праздников и соревнований с активным привлечением родителей, посещение спортивных мероприятий, как с участием воспитанников, так и городских мероприятий в качестве болельщиков.

Методы и приемы.

Решение поставленных задач опирается на следующие методы и приемы:

1. Общедидактические методы:

- наглядный (наглядно-слуховой)
- вербальный (беседы, команды, вопросы, указания, пояснения, сигналы, образный сюжетный рассказ)
- практический

2. Специфические методы:

- метод строго регламентированного упражнения
- игровой метод
- соревновательный метод
- метод круговой тренировки

Этапы реализации программы:

1 этап - диагностический

Цель: выявление детей с физическими способностями.

1. Диагностика;
2. Анкетирование педагогов и родителей;
3. Составление программы.

2 этап - реализации программы

Цель: создание условий для развития физических способностей детей.

1. Психолого - педагогическое просвещение родителей и педагогов в вопросах работы детьми;
2. Развитие физических способностей детей в рамках реализации программы.

3 этап - аналитико - прогностический

Цель: анализ и подведение итогов по реализации программы

3.3. Объем образовательной нагрузки

Услуга предоставляется по программе «На встречу комплексу ГТО», разработанной на основе программы «Физическая культура дошкольникам» Л.И. Пензулаевой; «Старт» Л. В. Яковлевой, Р. А. Юдиной Физическое развитие и здоровье детей 3 - 7 лет.

Занятия проводятся в спортивном зале инструктором по физической культуре с детьми дошкольного возраста (от 6 до 7 лет).

Количество - 2 занятия в неделю.

Продолжительность занятия - 30 минут.

Количество детей - 25 человек.

4. Содержание программы

Этапы	Направления работы	Приемы
I. Этап начального разучивания двигательного действия.	Создание общего целостного представления о движении, формирование умения выполнять его в общих чертах (освоить основу техники).	• Показ педагогом образца движения; • Детальный показ движения, сопровождаемый словом; • Выполнение показываемого упражнения самим педагогом; • Сочетание объяснения с практическим опробованием.
II. Этап углубленного разучивания.	Создание правильного представления о каждом элементе техники движения, выработка умения четко и слитно выполнять их.	• Зрительные и звуковые ориентиры; • Указания, пояснения; • Показ движения; • Вопросы к детям; • Помощь взрослого.
III. Этап закрепления и	Закрепление	• Имитация;

- | | | |
|---|--|---|
| совершенствования
двигательного
действия. | приобретенного умения в
навыках, выработка
умения применять его в
различных условиях,
изменяющейся ситуации. | <ul style="list-style-type: none"> • Звуковые, зрительные ориентиры; • Команды, распоряжения; • Проведение упражнений в игровой, соревновательной форме. |
|---|--|---|

5. Организационно-педагогические условия

5.1. Учебный план

№	Направления работы	Месяц	Количество занятий
1 этап	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (пресс)	Сентябрь	2
	Прыжок в длину с места		1
	Челночный бег (3*10м) Бег на скорость (10м)		1
	Наклон вперед из положения сидя на полу (гибкость)		1
	Сгибание и разгибание рук на низкой перекладине (подтягивание).		2
	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (отжимания).		
	Метание набивного мяча из положения стоя (1 кг)		1
2 этап	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (пресс)	Октябрь-декабрь	4
	Прыжок в длину с места		4
	Челночный бег (3*10м) Бег на скорость (10м)		4
	Наклон вперед из положения сидя на полу (гибкость)		5
	Сгибание и разгибание рук на низкой перекладине (подтягивание)		3
	Метание набивного мяча из положения стоя (1 кг)		4
3 этап	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (пресс)	Январь-май	6
	Прыжок в длину с места		7
	Челночный бег (3*10м) Бег на скорость (10м)		7
	Наклон вперед из положения сидя на полу (гибкость)		6
	Сгибание и разгибание рук на низкой перекладине (подтягивание)		7
	Метание набивного мяча из положения стоя (1 кг)		7

5.2. Календарный учебный график

№	Этапы работы	Месяц	Тема (задачи)	Дозировка	Кол-во занятий
---	--------------	-------	---------------	-----------	----------------

1	1 этап начального разучивания двигательного действия	Сентябрь	1.Проведение мониторинга. 2.Отбор детей в команду. 3.Сбор справок о состоянии здоровья детей. 4. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (пресс). П/и: «Догони пару», «Перебежки», «С кочки на кочку»	3 подхода по 10 раз с перерывом 1 мин	2
2	1 этап начального разучивания двигательного действия	Сентябрь	1.Проведение мониторинга. 2.Отбор детей в команду. 3.Сбор справок о состоянии здоровья детей. 4. Прыжки в длину с места. П/и: «Догони пару», «Перебежки», «С кочки на кочку»	120 см	1
3	1 этап начального разучивания двигательного действия	Сентябрь	1.Проведение мониторинга. 2.Отбор детей в команду. 3.Сбор справок о состоянии здоровья детей. 4.Челночный бег (3*10м). 5. Бег на скорость (10м). 6. Бег на выносливость в среднем темпе. П/и: «Догони пару», «Перебежки», «С кочки на кочку»	Меньше 9.7с Меньше 2.8с 1.5 мин	1
4	1 этап начального разучивания двигательного действия	Сентябрь	1.Проведение мониторинга. 2.Отбор детей в команду. 3.Сбор справок о состоянии здоровья детей. 4. Наклон вперед из положения сидя на полу (гибкость). П/и: «Догони пару», «Перебежки», «С кочки на кочку»	Больше 8 см	1
5	1 этап начального разучивания двигательного действия	Сентябрь	1.Проведение мониторинга. 2.Отбор детей в команду. 3.Сбор справок о состоянии здоровья детей. 4.Сгибание и разгибание рук на низкой перекладине (подтягивание). 5.Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (отжимания). П/и: «Догони пару», «Перебежки», «С кочки на кочку»	5 раз 5 раз	2
6	1 этап начального разучивания двигательного действия	Сентябрь	1.Проведение мониторинга. 2.Отбор детей в команду. 3.Сбор справок о состоянии здоровья детей. 4. Метание набивного мяча из положения стоя (1 кг). П/и: «Догони пару», «Перебежки», «С кочки на кочку»	Дальше 240 см	1

7	2 этап углубленного разучивания	Октябрь	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (пресс). П/и: «Кто сделает меньше прыжков», «Встречные перебежки», «Ловишки с лентами», «Вытолкни из круга», «Перетяжки».	3 подхода по 15 раз с перерывом 1 мин	1
8	2 этап углубленного разучивания	Октябрь	1. Прыжки в длину с места. П/и: «Кто сделает меньше прыжков», «Встречные перебежки», «Ловишки с лентами», «Вытолкни из круга», «Перетяжки».	125 см	2
9	2 этап углубленного разучивания	Октябрь	1. Челночный бег (3*10м). 2. Бег на скорость (10м). 3. Бег на выносливость в среднем темпе. П/и: «Кто сделает меньше прыжков», «Встречные перебежки», «Ловишки с лентами», «Вытолкни из круга», «Перетяжки».	Меньше 9.6с Меньше 2.7с 2 мин	1
10	2 этап углубленного разучивания	Октябрь	1. Наклон вперед из положения сидя на полу (гибкость). П/и: «Кто сделает меньше прыжков», «Встречные перебежки», «Ловишки с лентами», «Вытолкни из круга», «Перетяжки».	Больше 9 см	2
11	2 этап углубленного разучивания	Октябрь	1. Сгибание и разгибание рук на низкой перекладине (подтягивание). 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (отжимания). П/и: «Кто сделает меньше прыжков», «Встречные перебежки», «Ловишки с лентами», «Вытолкни из круга», «Перетяжки».	6 раз 6 раз	1
12	2 этап углубленного разучивания	Октябрь	1. Метание набивного мяча из положения стоя (1 кг). П/и: «Кто сделает меньше прыжков», «Встречные перебежки», «Ловишки с лентами», «Вытолкни из круга», «Перетяжки».	Дальше 250 см	1
13	2 этап углубленного разучивания	Ноябрь	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (пресс). П/и «Ловишка», «Перетяжки», «Бой петухов»	3 подхода по 20 раз с перерывом 1 мин	1
14	2 этап углубленного разучивания	Ноябрь	1. Прыжки в длину с места. П/и «Ловишка», «Перетяжки», «Бой петухов»	130 см	1
15	2 этап углубленного разучивания	Ноябрь	1. Челночный бег (3*10м). 2. Бег на скорость (10м). 3. Бег на выносливость в среднем темпе. П/и «Ловишка», «Перетяжки», «Бой	Меньше 9.5 с Меньше 2.6с 2.5 мин	2

16	2 этап углубленного разучивания	Ноябрь	1. Наклон вперед из положения сидя на полу (гибкость). П/и «Ловишка», «Перетяжки», «Бой петухов»	Больше 10 см	1
17	2 этап углубленного разучивания	Ноябрь	1. Сгибание и разгибание рук на низкой перекладине (подтягивание). 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (отжимания). П/и «Ловишка», «Перетяжки», «Бой петухов»	7 раз 7 раз	1
18	2 этап углубленного разучивания	Ноябрь	1. Метание набивного мяча из положения стоя (1 кг). П/и «Ловишка», «Перетяжки», «Бой петухов»	Дальше 260 см	2
19	2 этап углубленного разучивания	Декабрь	1. Проведение мониторинга. 2. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (пресс). П/и: «Парный бег», «Круговорот», «Автогонки».	3 подхода по 25 раз с перерывом 1 мин	2
20	2 этап углубленного разучивания	Декабрь	1. Проведение мониторинга. 2. Прыжки в длину с места. П/и: «Парный бег», «Круговорот», «Автогонки».	135 см	1
21	2 этап углубленного разучивания	Декабрь	1. Проведение мониторинга. 2. Челночный бег (3*10м). 3. Бег на скорость (10м). 4. Бег на выносливость в среднем темпе. П/и: «Парный бег», «Круговорот», «Автогонки».	Меньше 9.4с Меньше 2.5 с 3 мин	1
22	2 этап углубленного разучивания	Декабрь	1. Проведение мониторинга. 2. Наклон вперед из положения сидя на полу (гибкость). П/и: «Парный бег», «Круговорот», «Автогонки».	Больше 11 см	2
23	2 этап углубленного разучивания	Декабрь	1. Проведение мониторинга. 2. Сгибание и разгибание рук на низкой перекладине (подтягивание). 3. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (отжимания). П/и: «Парный бег», «Круговорот», «Автогонки».	8 раз 8 раз	1
24	2 этап углубленного разучивания	Декабрь	1. Проведение мониторинга. 2. Метание набивного мяча из положения стоя (1 кг). П/и: «Парный бег», «Круговорот», «Автогонки».	Дальше 270 см	1
25	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Январь	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (пресс). П/и: «Гонка мячей», «Донеси не урони», «Посади морковку».	3 подхода по 30 раз с перерывом 1 мин	1

26	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Январь	1.Прыжки в длину с места. П/и: «Гонка мячей», «Донеси не урони», «Посади морковку».	140 см	2
27	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Январь	1.Челночный бег (3*10м). 2. Бег на скорость (10м). 3. Бег на выносливость в среднем темпе. П/и: «Гонка мячей», «Донеси не урони», «Посади морковку».	Меньше 9.3 с Меньше 2.4с 3.5 мин	1
28	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Январь	1. Наклон вперед из положения сидя на полу (гибкость). П/и: «Гонка мячей», «Донеси не урони», «Посади морковку».	Больше 12 см	1
29	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Январь	1. Сгибание и разгибание рук на низкой перекладине (подтягивание). 2.Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (отжимания). П/и: «Гонка мячей», «Донеси не урони», «Посади морковку».	9 раз 9 раз	2
30	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Январь	1.Метание набивного мяча из положения стоя (1 кг). П/и: «Гонка мячей», «Донеси не урони», «Посади морковку».	Дальше 280 см	1
31	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Февраль	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (пресс). П/и: «Чья команда быстрее», «Донеси, не урони», «Посади картошку».	3 подхода по 35 раз с перерывом 1 мин	1
32	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Февраль	1.Прыжки в длину с места. П/и: «Чья команда быстрее», «Донеси, не урони», «Посади картошку».	145 см	2
33	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Февраль	1.Челночный бег (3*10м). 2. Бег на скорость (10м). 3. Бег на выносливость в среднем темпе. П/и: «Чья команда быстрее», «Донеси, не урони», «Посади картошку».	Меньше 9.2с Меньше 2.3 с 4 мин	2

34	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Февраль	1. Наклон вперед из положения сидя на полу (гибкость). П/и: «Чья команда быстрее», «Донеси, не урони», «Посади картошку».	Больше 13 см	1
35	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Февраль	1. Сгибание и разгибание рук на низкой перекладине (подтягивание). 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (отжимания). П/и: «Чья команда быстрее», «Донеси, не урони», «Посади картошку».	10 раз 10 раз	1
36	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Февраль	1. Метание набивного мяча из положения стоя (1 кг). П/и: «Чья команда быстрее», «Донеси, не урони», «Посади картошку».	Дальше 290 см	2
37	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Март	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (пресс). П/и: «Удочка», «Кто сделает меньше прыжков», «Перемени предмет».	3 подхода по 40 раз с перерывом 1 мин	2
38	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Март	1. Прыжки в длину с места. П/и: «Удочка», «Кто сделает меньше прыжков», «Перемени предмет».	150 см	1
39	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Март	1. Челночный бег (3*10м). 2. Бег на скорость (10м). 3. Бег на выносливость в среднем темпе. П/и: «Удочка», «Кто сделает меньше прыжков», «Перемени предмет».	Меньше 9.1с Меньше 2.2с 4.5 мин	1
40	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Март	1. Наклон вперед из положения сидя на полу (гибкость). П/и: «Удочка», «Кто сделает меньше прыжков», «Перемени предмет».	Больше 14 см	2
41	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Март	1. Сгибание и разгибание рук на низкой перекладине (подтягивание). 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (отжимания). П/и: «Удочка», «Кто сделает меньше прыжков», «Перемени предмет».	11 раз 11 раз	1

42	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Март	1.Метание набивного мяча из положения стоя (1 кг). П/и: «Удочка», «Кто сделает меньше прыжков», «Перемени предмет».	Дальше 300 см	1
43	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Апрель	Поднимание туловища из положения лёжа на спине (пресс). П/и: «Сокол и голуби», «Кошка и мышата», «Синие, красные, жёлтые», «Охотник и зайцы»,»Эстафеты с мячом», «Белый мишка»	3 подхода по 45 раз с перерывом 1 мин	1
44	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Апрель	1.Прыжки в длину с места. П/и: «Сокол и голуби», «Кошка и мышата», «Синие, красные, жёлтые», «Охотник и зайцы»,»Эстафеты с мячом», «Белый мишка»	155 см	2
45	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Апрель	1.Челночный бег (3*10м). 2. Бег на скорость (10м). 3. Бег на выносливость в среднем темпе. П/и: «Сокол и голуби», «Кошка и мышата», «Синие, красные, жёлтые», «Охотник и зайцы»,»Эстафеты с мячом», «Белый мишка»	Меньше 9.0с Меньше 2.1с 5 мин	1
46	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Апрель	1. Наклон вперед из положения сидя на полу (гибкость). П/и: «Сокол и голуби», «Кошка и мышата», «Синие, красные, жёлтые», «Охотник и зайцы»,»Эстафеты с мячом», «Белый мишка»	Больше 15 см	1
47	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Апрель	1. Сгибание и разгибание рук на низкой перекладине (подтягивание). 2.Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (отжимания). П/и: «Сокол и голуби», «Кошка и мышата», «Синие, красные, жёлтые», «Охотник и зайцы»,»Эстафеты с мячом», «Белый мишка»	12 раз 12 раз	2
48	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Апрель	1.Метание набивного мяча из положения стоя (1 кг). П/и: «Сокол и голуби», «Кошка и мышата», «Синие, красные, жёлтые», «Охотник и зайцы»,»Эстафеты с мячом», «Белый мишка»	Дальше 310 см	1
49	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Май	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (пресс). П/и: «Медведи и пчелы», «Белый мишка», «Найди своё место», «Жучка и зайцы», «Мышеловка».	3 подхода по 50 раз с перерывом 1 мин	1

50	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Май	1.Прыжки в длину с места. П/и: «Медведи и пчелы», «Белый мишка», «Найди своё место», «Жучка и зайцы», «Мышеловка».	160 см	1
51	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Май	1.Челночный бег (3*10м). 2. Бег на скорость (10м). 3. Бег на выносливость в среднем темпе. П/и: «Медведи и пчелы», «Белый мишка», «Найди своё место», «Жучка и зайцы», «Мышеловка».	Меньше 9.9с Меньше 2.02с 5.5 мин	2
52	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Май	1. Наклон вперед из положения сидя на полу (гибкость). П/и: «Медведи и пчелы», «Белый мишка», «Найди своё место», «Жучка и зайцы», «Мышеловка».	Больше 16 см	1
53	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Май	1. Сгибание и разгибание рук на низкой перекладине (подтягивание). 2.Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (отжимания). П/и: «Медведи и пчелы», «Белый мишка», «Найди своё место», «Жучка и зайцы», «Мышеловка».	13 раз 13 раз	1
54	3 этап закрепления и совершенствования двигательного действия	Май	1.Метание набивного мяча из положения стоя (1 кг). П/и: «Медведи и пчелы», «Белый мишка», «Найди своё место», «Жучка и зайцы», «Мышеловка».	Дальше 320 см	2

5.3. Программно-методическое обеспечение

Наименование услуги	Наименование программы	На основании какой программы разработана и кем утверждена, рекомендована
«На встречу комплексу ГТО»	Программа по ДОУ проведения занятий по развитию физических способностей «На встречу комплексу ГТО» детей 6-7лет жизни общеразвивающей направленности	Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»; «Физическая культура дошкольникам» Л.И. Пензулаевой; Программа «Старт» Л. В. Яковлевой, Р. А. Юдиной Физическое развитие и здоровье детей 3 - 7 лет.

5.4. Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы «На встречу к спорту» в детском саду имеется

спортивный зал, с нанесённой на полу разметкой. Оборудование соответствует требованиям программы.

Организация занятий осуществляется в спортивном зале, расположенного на третьем этаже МАДОУ ДС №40 «Золотая рыбка»

Зал оснащен современным оборудованием (музыкальный центр).

6. Мониторинг педагогического обследования физического развития и физической подготовленности детей дошкольного возраста

Планируемые результаты освоения ООП ДО составлены в соответствии с программой развития ДОУ, образовательной программой, на основе результатов мониторинга контингента детей, их физического и физиологического состояния определена цель:

Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, всестороннее физическое развитие дошкольника, организация комплексного сопровождения образовательного процесса по раннему обучению физической культуре на основе отслеживания мониторинга сформированности умений и навыков посредством скоординированного взаимодействия всех субъектов оздоровительно-образовательного процесса. (приложение 2)

Мониторинг педагогического обследования физического развития и физической подготовленности детей дошкольного возраста

Планируемые результаты освоения ООП ДО составлены в соответствии с программой развития ДОУ, образовательной программой, на основе результатов мониторинга контингента детей, их физического и физиологического состояния определена **цель**:

Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, всестороннее физическое развитие дошкольника, организация комплексного сопровождения образовательного процесса по физическому воспитанию на основе отслеживания мониторинга сформированности умений и навыков посредством скоординированного взаимодействия всех субъектов оздоровительнообразовательного процесса.

Цель мониторинга физических умений обусловила его **задачи**:

1. проанализировать качество усвоения физических навыков и умений детьми;
2. выявить индивидуальную динамику усвоения физических умений;
3. обозначить перечень проблем, которые необходимо вынести на обсуждение с целью устранения или коррекции.

Педагогическая диагностика проводится педагогами поэтапно - **2 раза в год (сентябрь, апрель)** обеспечивает возможность оценки динамики достижений детей, сбалансированность методов не приводит к переутомлению воспитанников и не нарушает ход образовательного процесса.

Таблица 21

уровень оценки	Критерии
"высокий" "3" балла	тот или иной показатель сформирован у ребёнка и соответственно наблюдается в его деятельности
"средний" "2" балла	тот или иной показатель находится в состоянии становления, проявляется неустойчиво
"низкий!" "1" балл	тот или иной показатель не проявляется в деятельности ребёнка (ни в совместной со взрослыми, ни в самостоятельной деятельности), ни в созданной специальной ситуации, провоцирующей его проявление (воспитатель предлагает соответствующее задание, просит ребёнка что - либо сделать и т.д.)

1. Ходьба

Методика обследования:

средний возраст.

1. Прямое ненапряжённое положение туловища и головы.
2. Свободное движение руками от плеча.
3. Шаг ритмичный, но ещё не стабильный и тяжеловатый.
4. Соблюдение направления с опорой на ориентиры и без них.

старший возраст.

1. Хорошая осанка.
2. Свободное движение рук от плеча со сгибанием в когтях.
3. Шаг энергичный, ритмичный, стабильный.
4. Выраженный перекал с пятки на носок, небольшой разворот стоп.
5. Активное сгибание и разгибание ног в коленных суставах (амплитуда небольшая)
6. Умение соблюдать различные направления, менять их.

2. Бег на скорость (10 метров)

возраст	пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
---------	-----	-----------------	-----------------	----------------

4	М	<	3,2	>
	Д	<	3,4	>
5	М	<	3,1	>
	Д	<	3,2	>
6	М	<	2,9	>
	Д	<	3,1	>
7	М	<	2,8	>
	Д	<	2,9	>

Методика обследования:

средний возраст.

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.
2. Руки согнуты в локтях
3. выраженный вынос бедра маховой ноги.
4. ритмичный бег.

старший возраст.

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.
2. руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед - внутрь.
3. Быстрый вынос бедра маховой ноги.
4. Опускание толчковой ноги с носка с выраженным распрямлением в суставах.
5. Прямолинейность, ритмичность бега.

Предварительная работа:

До проведения проверки движений инструктор размечает беговую дорожку; до линии старта и после линии финиша должно быть 5-6 метров. В конце беговой дорожки помещается яркий ориентир (флажок, натянутая лента и.т.д.)

Инструктор знакомит детей с командами («На старт», «Внимание», «Марш»), правилами выполнения задания: **начинать бег строго по сигналу, возвращаются к линии старта только по краю беговой дорожки.** Целесообразно организовывать бег парами: в этом случае появляется элемент соревнования, повышающий интерес, мобилизующий силы детей.

Даются две попытки с интервалом отдыха 2-3 мин. Фиксируется лучший результат.

3. Челночный бег (3*10 м) сек.

возраст	пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
4	М	<	12,7	>
	Д	<	12,4	>
5	М	<	11,3	>
	Д	<	11,6	>
6	М	<	11,2	>
	Д	<	11,3	>
7	М	<	9,7	>
	Д	<	10,1	>

Методика обследования:

старший возраст.

1. Широкий стремительный шаг чередуется с резким торможением в конце при движении по прямой и частыми шагами на поворотах.
2. Перед сменой направления шаги становятся более частыми и короткими, колени согнуты, чтобы сохранить равновесие.
3. Движения рук естественные, помогающие движению по прямой и на повороте.

Предварительная работа:

До проведения проверки движений инструктор размечает беговую дорожку (3*10 м) до линии старта и после линии финиша должно быть 5-6 метров. В начале и в конце беговой дорожки помещается яркий ориентир (флажок, конус, модуль и.т.д.)

Инструктор знакомит детей с командами («**На старт**», «**Внимание**», «**Марш**»), правилами выполнения задания: **начинать бег строго по сигналу, возвращаются к линии старта только по краю беговой дорожки.** Целесообразно организовывать бег парами: в этом случае появляется элемент соревнования, повышающий интерес, мобилизующий силы детей.

Даются две попытки с интервалом отдыха 2-3 мин. Фиксируется лучший результат.

4. Прыжки в длину с места (см)

возраст	пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
4	М	70,0 и >	58,0-69,5	57,0 и <
	Д	70,0 и >	60,0-69,0	59,0 и <
5	М	92,0 и >	77,1-91,6	76,0 и <
	Д	87,0 и >	76,2-86,5	75,0 и <
6	М	101,0 и >	86,3-100,0	85,0 и <
	Д	100,0 и >	88,0-99,6	87,0 и <
7	М	113,0 и >	100,0-112,7	99,0 и <
	Д	114,0 и >	98,0-113,4	97,0 и <

Методика обследования:

средний возраст

1. Исходное положение: ноги стоят параллельно на ширине ступни; полуприседание с наклоном туловища; руки слегка отведены назад;
2. Толчок: двумя ногами одновременно; мах руками вперед- вверх.
3. Полет: руки вперед - вверх; туловище и ноги выпрямлены.
4. Приземление: одновременно на обе ноги, с пятки на носок, мягко, положение рук свободное.

старший возраст.

1. Исходное положение: ноги стоят параллельно на ширине ступни, туловище наклонено вперед; руки свободно отодвинуты назад.
2. Толчок: двумя ногами одновременно (верх - вперед); выпрямление ног; резкий мах руками вперед верх.
3. Полет: туловище согнуто, голова вперед; вынос полусогнутых ног вперед; движение рук вперед верх.
4. Приземление: одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с переходом с пятки на всю ступню; колени полусогнуты, туловище слегка наклонено; руки движутся свободно вперед - в стороны; сохранение равновесия при приземлении.

5. Бросок набивного мяча (1 кг.) из - за головы, стоя (см.)

возраст	пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
4	М	>	160,0	<

	Д	>	145,5	<
5	М	>	168,0	<
	Д	>	150,0	<
6	М	>	210,0	<
	Д	>	170,0	<
7	М	>	240,0	<
	Д	>	209,0	<

Методика обследования:

1. Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки подняты вверх и согнуты так, чтобы предмет находился за головой;
2. податься всем туловищем вперед;
3. туловище и руки отклоняются назад, ноги сгибаются в коленях;
4. Туловище и ноги выпрямляются, подняться на носки, руки выпрямить вперед - вверх и сделать бросок.

6. Гибкость

возраст	пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
4	М	>	1,1	<
	Д	>	1,8	<
5	М	>	3,8	<
	Д	>	6,8	<
6	М	>	3,9	<
	Д	>	7,6	<
7	М	>	5,1	<
	Д	>	7,9	<

Методика обследования:

1. Исходное положение: стоя на гимнастической скамейке, ноги, на ширине ступни, руки опущены вниз.
2. Наклон вперед - вниз, опустить руки ниже уровня скамейки, ноги не сгибать, зафиксировать результат.

Мониторинг педагогического обследования достижений дополнительной услуги "Навстречу комплексу ГТО" детей старшего дошкольного возраста

Планируемые результаты освоения ООП ДО составлены в соответствии с программой развития ДОУ, образовательной программой, на основе результатов мониторинга контингента детей, их физического и физиологического состояния определена цель:

Сохранение и укрепление здоровья воспитанников, всестороннее физическое развитие дошкольника, организация комплексного сопровождения образовательного процесса по раннему обучению физической культуре на основе отслеживания мониторинга сформированности умений и навыков посредством скоординированного взаимодействия всех субъектов оздоровительно-образовательного процесса.

Цель мониторинга физических умений обусловила его задачи:

4. проанализировать качество усвоения физических навыков и умений детьми;
5. выявить индивидуальную динамику усвоения физических умений;
6. обозначить перечень проблем, которые необходимо вынести на обсуждение с целью устранения или коррекции.

Педагогическая диагностика проводится педагогами поэтапно - 2 раза в год (сентябрь, апрель) обеспечивает возможность оценки динамики достижений детей, сбалансированность методов не приводит к переутомлению воспитанников и не нарушает ход образовательного процесса.

Уровень оценки	Критерии
"высокий" "3" балла	тот или иной показатель сформирован у ребёнка и соответственно наблюдается в его деятельности
"средний" "2" балла	тот или иной показатель находится в состоянии становления, проявляется неустойчиво
"низкий!" "1" балл	тот или иной показатель не проявляется в деятельности ребёнка (ни в совместной со взрослыми, ни в самостоятельной деятельности), ни в созданной специальной ситуации, провоцирующей его проявление (воспитатель предлагает соответствующее задание, просит ребёнка что - либо сделать и т.д.)

1. Челночный бег (3*10 м) сек.

Возраст	Пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
7	М	9,5	10,4	10,6
	Д	9,2	10,0	10,3

Методика обследования:

6. Широкий стремительный шаг чередуется с резким торможением в конце при движении по прямой и частыми шагами на поворотах.
7. Перед сменой направления шаги становятся более частыми и короткими, колени согнуты, чтобы сохранить равновесие.
8. Движения рук естественные, помогающие движению по прямой и на повороте.

Предварительная работа:

До проведения проверки движений инструктор размечает беговую дорожку (3*10 м) до линии старта и после линии финиша должно быть 5-6 метров. В начале и в конце беговой дорожки помещается яркий ориентир (флажок, конус, модуль и.т.д.)

Инструктор знакомит детей с командами («На старт», «Внимание», «Марш»), правилами выполнения задания: начинать бег строго по сигналу, возвращаются к линии старта только по краю беговой дорожки. Целесообразно организовывать бег парами: в этом случае появляется элемент соревнования, повышающий интерес, мобилизующий силы детей.

Даются две попытки с интервалом отдыха 2-3 мин. Фиксируется лучший результат.

2. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (отжимания).

Выполнение теста на максимальный результат.

Возраст	Пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
7	М	11	5	4
	Д	17	9	7

Методика обследования:

Пятки, таз, плечи находятся на одном уровне. Голова поднята, взгляд направлен вперед. Руки сгибаются до угла 90 градусов.

3. Гибкость

Возраст	Пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
7	М	+9	+5	+3
	Д	+7	+3	+1

Методика обследования:

1. Исходное положение: стоя на гимнастической скамейке, ноги, на ширине ступни, руки опущены вниз.
2. Наклон вперед - вниз, опустить руки ниже уровня скамейки, ноги не сгибать, зафиксировать результат.

4. Прыжки в длину с места (см)

Возраст	Пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
7	М	135	115	105
	Д	140	120	110

Методика обследования:

1. Исходное положение: ноги стоят параллельно на ширине ступни, туловище наклонено вперед; руки свободно отодвинуты назад.
2. Толчок: двумя ногами одновременно (верх - вперед); выпрямление ног; резкий мах руками вперед верх.
3. Полет: туловище согнуто, голова вперед; вынос полусогнутых ног вперед; движение рук вперед верх.
4. Приземление: одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с переходом с пятки на всю ступню; колени полусогнуты, туловище слегка наклонено; руки движутся свободно вперед- в стороны; сохранение равновесия при приземлении.

5.Поднимание туловища из положения лежа на спине

(количество раз за 1 мин)

Возраст	Пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
7	М	30	21	18
	Д	35	24	21

Методика обследования:

1. Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из исходного положения: лежа на спине, на гимнастическом мате, руки за головой «в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.
2. Участник выполняет максимальное количество подниманий туловища за 1 минуту, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

6.Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество попаданий)

Возраст	Пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
7	М	3	2	1
	Д	4	3	2

Методика обследования:

1. Исходное положение - участник стоит в стойке ноги врозь, левая нога впереди правой, правая - на передней части стопы, лицом к мишени.
2. Мяч в правой, несколько согнутой руке, кисть на уровне лица, левая рука направлена вперед-вниз. Отводя правую руку вправо-назад и слегка сгибая правую ногу, немного наклонить туловище вправо, упираясь стопой прямой левой ноги в площадку, носок развернут внутрь.
3. Из этого положения, быстро разгибая правую ногу и перенося массу тела на левую, выполнить бросок, пронося кисть правой руки над плечом.

7.Сгибание и разгибание рук на низкой перекладине (подтягивания).

Возраст	Пол	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
7	М	11	6	4
	Д	15	9	6

Выполнение теста на максимальный результат.

Методика обследования:

Пятки, таз, плечи, затылок находятся на одном уровне. Взгляд направлен вперед. Руки сгибаются до угла 90 градусов. Достать грудью до перекладины.

Тематическое планирование

Образовательная деятельность в дошкольной организации основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.

Неделя, дата		№ за нятия	Группы общеразвивающей направленности			
			Младшая группа (от 3 до 4 лет)	Средняя группа (от 4 до 5 лет)	Старшая группа (от 5 до 6 лет)	Старшая группа (от 6 до 7 лет)
Сентябрь						
1 неделя (1.09.4.09)	ДОУ		«Что такое детский сад?»		День знаний	Вот и стали мы на год взрослей. День знаний
	ФИЗО	1	«Давайте познакомимся»	«День знаний»	«Здравствуйте, друзья»	«Здравствуйте, друзья»
		2	«Снова здравствуйте»	«Мой веселый, звонкий мяч»	«Мы спортсмены»	«Мы спортсмены»
2 неделя (7.0911.09)	ДОУ		«Магазин игрушек»			
	ФИЗО	3	«Поиграем»	«Самолетики»	«Наши уточки»	«Попрыгунчики»
		4	«Игрушки»	«Попрыгунчики»	«Пингвинята»	«Радужный салют»
3 неделя (14.0918.09)	ДОУ		«Почему листья пожелтели?»			
	ФИЗО	5	«Золотая осень»	«Осенняя ярмарка»	«Осень золотая»	«Во саду ли в огороде»
		6	«Угостим стрекозу»	«Золотая осень»	«На ярмарке»	«Веселые превращения»
4 неделя (21.0925.09)	ДОУ		«Что выросло на грядке?»			
	ФИЗО	7	«Соберем урожай»	«Веселые воробушки»	«В лес по грибы»	«Поможем убрать урожай»
		8	«У медведя во бору»	«Соберем урожай»	«Волшебный мешочек»	«К бабушке в деревню»
Октябрь						
5 неделя (28.092.10)	ДОУ		«Лес. Грибы. Ягоды»			
	ФИЗО	9	«Путешествие в лес»	«Кот и мыши»	«Юные спортсмены»	«Чемпионы»
		10	«Юные спортсмены»	«Мяч в корзину»	«Не попадись»	«Юные спортсмены»
6 неделя (5.109.10)	ДОУ		«Сад. Фрукты»			
	ФИЗО	11	«Веселые воробушки»	«Цветные автомобили»	«Медведи и пчелы»	«Юные олимпийцы»
		12	«Попрыгунчики»	«У медведя во бору»	«Юные олимпийцы»	«Мы сильные и ловкие»
7 неделя (12.1016.10)	ДОУ		«Почему лес - живой дом?»			
	ФИЗО	13	«Путешествие в осенний лес»	«Огуречик, огуречик..»	«Прогулка по осеннему лесу»	«Прогулка по осеннему лесу»
		14	«Самолетики»	«Путешествие в осенний лес»	«Гуси-лебеди»	«Совушка»
8 неделя (19.1023.10)	ДОУ		«Откуда хлеб пришёл?»			
	ФИЗО	15	«Поездка на поезде»	«Самолеты»	«Попади в корзину»	«Ловкие ребята»
		16	«Воробышки и автомобиль»	«Найди себе пару»	«Ловкие ребята»	«Перебрось-поймай»
9 неделя (26.1030.10)	ДОУ		«Как устроен организм человека?»			

	ФИЗО	17	«Мы растем здоровыми»	«Здоровячки»	«Будем здоровы!»	«Будем здоровы»
		18	«Будем здоровыми»	«В здоровом теле - здоровый дух»	«Здоровячки»	«В здоровом теле-здоровый дух»
			Ноябрь			
10 неде ля (2.11-	ДОУ		«Дружат девочки и мальчики»			
	ФИЗО	19	«Лиса и заяц»	«Догони мяч»	«Затейники»	«Поиграем»
		20	«Звонкий мяч»	«Лиса и куры»	«Мы веселые ребята»	«Осенний лес»
11 неде ля (9.11-	ДОУ		«Жители глубинных вод»			
	ФИЗО	21	«На рыбалке»	«Морское путешествие»	«По заданиям морского царя»	«По морям, по волнам...»
		22	«Кот-рыболов»	«В гостях у Нептуна»	«Поможем Осьминожке»	«Достань клад»
12 неде ля (16.11- 20.11)	ДОУ		«Дикие животные»			
	ФИЗО	23	«Разноцветные мячики»	«У бабушки в деревне»	«Путешествие на Северный полюс»	«Путешествие медвежонка Умки»
		24	«У бабушки в деревне»	«Лесные приключения»	«Медвежонок Умка»	«К оленям на стойбище»
2 «	ДОУ		«Домашние животные»			
	ФИЗО	25	«Воробушки»	«Мы сильные и ловкие»	«Путешествие в Африку»	«По жарким странам»
		26	«Затейники»	«Воробышки и автомобиль»	«Поможем доктору Айболиту»	«Зов джунглей»
			Декабрь			
3 «	ДОУ		«Кто живёт на птичьем дворе?»			
	ФИЗО	27	«Гуси-гуси»	«Гуси-лебеди»	«Мороз Красный нос»	«Хитрая лиса»
		28	«На птичьем дворе»	«На птичьем дворе»	«Охотники и зайцы»	«Веселые гусята»
15 неде ля (7.12- 11.12)	ДОУ		«Я живу в Югре»			
	ФИЗО	29	«Все вместе»	«По традициям разных народов»	«Мы на Севере живем»	«Мы на Севере живем»
		30	«Моя Югра»		«Все вместе»	«Мы вместе»
16 неде ля (14.12- 18.12)	ДОУ		«Зима. Зимующие птицы»			
	ФИЗО	31	«Зимнее путешествие»	«Зимнее путешествие»	«В гостях у Снеговика»	«Зимнее приключение»
		32	«Занятие ведет веселый снеговик»	«Великолепные стрелы»	«Зимнее путешествие»	«Кладоискатели»
17 неде ля (21.1231.12)	ДОУ		«Что такое Новый год?»			
	ФИЗО	33	«Ёлочка нарядная»	«Игры разных народов»	«Новогодние приключения»	«По традициям народов»
		34	«Зимние олимпийские игры»	«Веселые лыжники»	«Сильные ребята»	«Новогодние игры»
		35	«Играем в снежки»	«Играем в снежки»	«Путешествие по планете Земля»	«По планете Земля»
		36	«Лепим снежную бабу»	«Ну, погоди»	«На зимней лужайке»	«Лыжники»
			Январь			
4 «	ДОУ		«Зимние забавы»			
	ФИЗО	37	«Веселые соревнования»	«Поиграем»	«Юные олимпийцы»	«Биатлонисты»
		38	«Поиграем»	«Веселые соревнования»	«Лепим снеговика»	«Письмо от Деда Мороза»
5 «	ДОУ		«Традиции нашей семьи»			
	ФИЗО	39	«В гости к белочке»	«Спортивная семья»	«Спортивная семья»	«Спортивная семья»
		40	«Юные спортсмены»	«Мама, папа, я - спортивная	«Мама, папа, я - спортивная	«Мама, папа, я - спортивная

			семья»		семья»		семья»	
Q O Й x nO	ДОУ		«Дом современного человека»					
	ФИЗО	41	«В гостях у Нолика»	«Игры дома»	«Вместе с Дим Димычем»	«Катаемся на лыжах»		
		42	«Во дворе»	«Кто такие Фиксики?»	«Силачи»	«Силачи»		
			Февраль					
21 неде ля (1.02-	ДОУ		«Окружает всюду нас разная посуда»					
	ФИЗО	43	«Пройди по мостику»	«Варим суп»	«Федорино горе»	«Приключения Федоры Егоровны»		
		44	«Котята»	«Федора Егоровна»	«Мы шагаем дружно в ряд»	«Мы шагаем дружно в ряд»		
22 неде ля (8.02-	ДОУ		«Мы идём в продуктовый магазин»					
	ФИЗО	45	«Найди свой цвет»	«Автомобили»	«Смелые воробышки»	«Два Мороза»		
		46	«Научим Кроша бегать»	«Найди свой цвет»	«Наш друг Спорт»	«Белые медведи»		
Q O СП (J> 53 O CM K И	ДОУ		«Все профессии нужны!»					
	ФИЗО	47	«Циркачи»	«Путешествие в лес»	«Все профессии хороши»	«Цирк»		
		48	«Танкисты»	«Маленькие строители»	«Приключения медвежонка»	«Акробаты»		
Q O 3 tt r4 è § s	ДОУ		«Защитники отечества»					
	ФИЗО	49	«Папин праздник»	«Мы юные защитники»	«Сильные как папы»	«Сильные как папы»		
		50	«Бравые ребята»	«Юные солдаты»	«Будущие солдаты»	«Будущие солдаты»		
			Март					
25 неделя (1.035.03)	ДОУ		«Мамин праздник»		«Весна. Мамин праздник. Первоцветы»	Семья. Мамин праздник»		
	ФИЗО	51	«Мамин праздник»	«Мамин праздник»	«Мамины помощники»	«Мамины помощники»		
		52	«Милая мама»	«Мамины помощники»	«Мы сильные и ловкие»	«Мы сильные и ловкие»		
26 неде ля (8.03-	ДОУ		«За что я люблю Нижневартонск?»					
	ФИЗО	53	«Мишка и медвежата»	«Веселые превращения»	«Любимый город»	«Мы любим спорт»		
		54	«Любимый город»	«Мой город»	«Мы любим спорт»	«Любимый город»		
Q O Г" - 4 w> сч к и O	ДОУ		«Весна. Прилет птиц»					
	ФИЗО	55	«Прогулка по городу»	«Прогулка по городу»	«Прогулка по городу»	«Прогулка по городу»		
		56	«Вместе с Бубой»	«Перелет птиц»	«Карусель»	«Затейники»		
Q O К и 8 J4 80 и CM	ДОУ		«Зачем нужна одежда?»					
	ФИЗО	57	«Мы шагаем дружно в ряд»	«Чемпионы»	«Юные жители»	«Юниоры»		
		58	«У Смешариков в гостях»	«Юные олимпийцы»	«Гуси-лебеди»	«Веселое путешествие»		
			Апрель					
Q O Q" > - t Q CM к и 8 X	ДОУ		«Правила дорожного движения»					
	ФИЗО	59	«Пожарные учения»	«Юные спортсмены»	«Мяч по кругу»	«Пожарные учения»		
		60	«Мы едем, едем, едем...»	«Путешествие на поезде»	«Поезд в тоннель»	«Поезд в тоннель»		
30 неде ля (5.04-	ДОУ		«Что такое космос?»					
	ФИЗО	61	«Полетели.»	«Юные космонавты»	«Юные космонавты»	«Юные космонавты»		
		62	«Юные космонавты»	«Полет на Луну»	«Полет на Луну»	«Полет на Луну»		
Q O К П "i O П	ДОУ		«Зачем нужны комнатные растения?»					
	ФИЗО	63	«Весеннее путешествие»	«Весеннее путешествие»	«Весеннее путешествие»	«Путешествие в лес»		
		64	«Ранняя весна»	«Веселые пузыри»	«Юниоры»	«Уточка»		

33 неделя (26.04-30.04)	ДОУ		«Как просыпается природа?»			
	ФИЗО	65	«Наступила весна»	«Наступила весна»	«Наступила весна»	«Наступила весна»
34 неделя (4.05-7.05)	ДОУ	66	«Цветочки»	«Живые фигуры»	«На цветочной поляне»	«Делай, как я»
	ФИЗО	67	«Зайки катаются на паровозиках»	«Спортсмены»	«День Победы»	«Чемпионы»
	ФИЗО	68	«Маленькие чемпионы»	«День Победы»	«Спортсмены»	«Веселые соревнования»
Май						
35 неделя (17.05-21.05)	ДОУ		«В чем польза насекомых?»			
	ФИЗО	69	«Гусята у водицы»	«Соберем камушки»	«У водоема»	«В траве сидит кузнечик»
36 неделя (24.05-28.05)	ФИЗО	70	«Летняя олимпиада»	«Африканские паучки»	«Чемпионы»	«Береги природу»
	ФИЗО	71	«По лужам прыг-скок»	«На зеленых дорожках»	«На зеленых дорожках»	«Олимпийские игры»
37 неделя (31.05-4.06)	ФИЗО	72	«Подснежники»	«Лягушата»	«Кто лучше»	«Кто лучше»
	ДОУ		«Виды транспорта»			
38 неделя (11.06-15.06)	ФИЗО	73	«Мы едем, едем, едем»	«Паровозик из Ромашково»	«Совушка»	«Спринтеры»
	ФИЗО	74	«Растем здоровыми»	«Юные спасатели»	«Пожарные на учении»	«Марафонец»
39 неделя (18.06-22.06)	ДОУ		«Краски лета»			
	ФИЗО	75	«Веселое солнышко»	«Быстрее, выше, сильнее!»	«Здравствуй, лето!»	«Летние Олимпийские игры»
	ФИЗО	76	«Здравствуй, лето!»	«Здравствуй, лето!»	«Ура, лето!»	«Ура, лето»

