

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка - детский сад № 56 «Сказка»
города Димитровграда Ульяновской области»

УТВЕРЖДЕНА
Приказом МБДОУ
«ЦРР – детский сад № 56 «Сказка»
от 28.08.2020г. № 97

**Рабочая программа
инструктора по физической культуре
Липатовой О.Г.**

на 2020- 2021 учебный год

Составитель:

Липатова О.Г.

инструктор по физической культуре

ПРИНЯТА
Решением Педагогического
совета МБДОУ «ЦРР – детский
сад №56 «Сказка»
от 28.08.2020 протокол № 1

Димитровград

2020

Содержание

I Целевой раздел

Часть 1. Обязательная часть

1.1. Пояснительная записка	4
1.1.1. Цели и задачи реализации программы	4 - 7
1.1.2. Принципы и подходы в организации программы	7 - 9
1.1.3. Значимые характеристики	9 - 11
1.2. Планируемые результаты освоения программы	11 - 15

Часть 2. Часть, формируемая организацией

1.2. Пояснительная записка	15 - 16
1.2.1. Задачи обучения в связи с реализацией парциальных программ, технологий, методик	16
1.2.2. Принципы и подходы в организации образовательного процесса в связи с реализацией парциальных программ, технологий, методик	17
1.2.3. Планируемые результаты освоения программы в связи с использованием парциальных программ, технологий, методик	17 - 18

II Содержательный раздел

Часть 1. Обязательная часть

2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребёнка в пяти образовательных областях	18 - 34
2.1.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы	35 - 36
2.1.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	37 - 39
2.1.4. Способы и направления поддержки детской инициативы	39
2.1.5. Описание взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	39 - 41

Часть 2. Часть, формируемая организацией

2.2.1. Обоснование выбора технологий. Описание педагогических технологий, используемых в образовательной деятельности	41 - 44
2.2.2. Организация работы с детьми, соответствующей интересам детей и возможностям педагогов	45
2.2.3. Организация физкультурно – оздоровительной работы	45 - 46
2.2.4. Описание форм взаимодействия с социумом	46 - 47
2.2.5. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	47 - 48

III. Организационный раздел

Часть 1. Обязательная часть

3.1.1. Описание материально – технического обеспечения программы, обеспечения методическими материалами и средствами обучения	49 - 50
3.1.2. Организация распорядка и (или) режим дня	50 - 51
3.1.3. Описание традиционных событий, праздников, мероприятий	51 - 61

3.1.4. Организация развивающей предметно – пространственной среды	57 -59
<i>Часть 2. Часть, формируемая организацией</i>	
3.2.1. Описание материально – технического обеспечения, обеспечения методическими материалами и средствами обучения в связи с реализацией технологий	59
3.2.2. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	59 - 61
3.2.3. Организация развивающей предметно – пространственной среды в связи с реализацией технологий	61 - 63
3.2.4. Учебный план	63
3.2.5. Модели организации образовательного процесса (на месяц, неделю, день)	63 - 65

Приложения

1. Диагностический материал для выявления уровня развития
2. Таблицы фиксации результатов диагностирования развития физических качеств и овладения основными движениями детьми
3. Перспективный план по образовательной области «Физическое развитие»
4. План игр народов Поволжья

I. Целевой раздел.

Часть 1. Обязательная часть

1.1. Пояснительная записка

Данная рабочая программа (далее Программа) составлена для реализации задач образовательной области «Физическое развитие» образовательный блок «Физическая культура» для Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка – детский сад № 56 «Сказка» города Димитровграда Ульяновской области».

Программа разработана в соответствии и с учетом следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 -ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155
- Основная образовательная программа Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка - детский сад № 56 «Сказка» города Димитровграда Ульяновской области»
- Адаптированная основная образовательная программа для детей с тяжелыми нарушениями речи (ОНР) Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка - детский сад № 56 «Сказка» города Димитровграда Ульяновской области»

1.1.1.Цели и задачи реализации программы

Основной целью реализации программы является:

- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности.

Задачи

- ✓ Укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие; продолжать развивать двигательную и гигиеническую культуру детей
- ✓ Создать благоприятные условия развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развивать способности и творческий потенциал каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

- ✓ Формировать общую культуру личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- ✓ Обеспечить объединение воспитательно-оздоровительных ресурсов семьи и дошкольной организации на основе традиционных духовно-нравственных ценностей семьи и общества; установление партнерских взаимоотношений с семьей, оказание ей психолого-педагогической поддержки, повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

Блок «Физическая культура»

Средняя группа

- Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.
- Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.
- Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни
- Развивать умения самостоятельно и правильно совершать процессы умывания, мытья рук; самостоятельно следить за своим внешним видом; вести себя за столом во время еды; самостоятельно одеваться и раздеваться, ухаживать за своими вещами (вещами личного пользования).

Старшая группа

- Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений);
- Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей
- Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях;
- Развивать творчества в двигательной деятельности;
- Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;
- Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.
- Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения,
- Развивать самостоятельность детей в выполнении культурно-гигиенических навыков и жизненно важных привычек здорового образа жизни.
- Развивать умения элементарно описывать свое самочувствие и привлекать внимание взрослого в случае недомогания

Подготовительная группа

- Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности
- Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях;
- Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами;
- Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений;
- Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно - ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость- координацию движений.
- Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту
- Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, развивать мотивацию к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей.
- Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

Для детей с тяжелыми нарушениями речи добавляются следующие задачи:

- Способствовать правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развивать равновесие, координацию движений, крупную и мелкую моторику обеих рук, а также правильное, не наносящее ущерба организму, выполнение основных движений.

Средний дошкольный возраст (с 4 до 5 лет)

- Укреплять здоровье, закаливать организм, совершенствовать его адаптационные способности и функции.
- Способствовать развитию опорно-двигательного аппарата.

Старший дошкольный возраст (с 5 до 6 лет)

- Осуществлять непрерывное совершенствование двигательных умений и навыков с учетом возрастных особенностей детей шестого года жизни: психологических, физических, физиологических и индивидуальных.

Старший дошкольный возраст (с 6 до 7 лет)

- Совершенствовать жизненно необходимые виды двигательных действий (ходьбу, бег, лазание, прыжки, ползание и лазание, бросание, ловлю и метание) с учетом этапности развития нервной системы, психики и моторики.
- Воспитывать интерес к активной двигательной деятельности и потребности в ней.
- Способствовать формированию широкого круга игровых действий.

1.1.2. Принципы и подходы в организации программы

В основе реализации образовательной программы лежит культурно – исторический и системно –деятельностный подход к развитию ребенка, которые предполагают следующее:

Принципиальный подход к детству как к уникальному и самоценному этапу развития ребенка.

Предполагает поддержку разнообразия детства, признание важности этапа дошкольного детства для общего развития человека, значимого в момент его проживания.

Принцип позитивной социализации предполагает, что освоение ребенком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми, приобщение к традициям семьи, общества, государства происходят в процессе сотрудничества со взрослыми и другими детьми, направленного на создание предпосылок к полноценной деятельности ребенка в изменяющемся мире.

Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей. Такой тип взаимодействия предполагает базовую ценностную ориентацию на достоинство каждого участника взаимодействия, уважение и безусловное принятие личности ребенка, доброжелательность, внимание к ребенку, его состоянию, настроению, потребностям, интересам. Личностно-развивающее взаимодействие является неотъемлемой составной частью социальной ситуации развития ребенка в организации, условием его эмоционального благополучия и полноценного развития.

Принцип личностно –ориентированного подхода к организации образования

Предполагает организацию содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений и равноценным партнером. Предполагает обеспечение полноценного проживания ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития и поддержку инициативы детей в различных видах деятельности

Сотрудничество Организации с семьей. Сотрудничество, кооперация с семьей, открытость в отношении семьи, уважение семейных ценностей и традиций, их учет в образовательной работе являются важнейшим принципом образовательной программы. Сотрудники Организации должны знать об условиях жизни ребенка в семье, понимать проблемы, уважать ценности и традиции семей воспитанников. Программа предполагает разнообразные формы сотрудничества с семьей, как в содержательном, так и в организационном планах.

Сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование детей, а также использование ресурсов местного сообщества и вариативных программ дополнительного образования детей для обогащения детского развития. Программа предполагает, что Организация устанавливает партнерские отношения не только с семьями детей, но и с другими организациями и лицами, которые могут способствовать обогащению социального и/или культурного опыта детей, приобщению детей к национальным традициям (посещение театров, музеев, освоение программ дополнительного образования), к природе и истории родного края; содействовать проведению совместных проектов, экскурсий, праздников, посещению концертов, а также удовлетворению особых потребностей детей, оказанию психолого-педагогической и/или медицинской поддержки в случае необходимости (центры семейного консультирования и др.).

Принцип индивидуализации образования

Предполагает построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, т.е. предоставление возможности выбора в разных видах деятельности.

Принцип возрастной адекватности образования

Предполагает соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития дошкольников

Принцип развивающего вариативного образования. Этот принцип предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом его актуальных и потенциальных возможностей усвоения этого содержания и совершения им тех или иных действий, с учетом его интересов, мотивов и способностей. Данный принцип предполагает работу педагога с ориентацией на зону ближайшего развития ребенка (Л.С. Выготский), что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей ребенка.

Принцип полноты содержания и интеграции образовательных областей, которые обеспечивают разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям развития. При этом

содержание образовательной деятельности в одной конкретной области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития детей раннего и дошкольного возраста.

Инвариативность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей

Федеральный Государственный Образовательный Стандарт дошкольного образования задает инвариантные ценности и ориентиры, с учетом которых и разработана основная образовательная программа. При этом организация самостоятельно производит выбор способов их достижения, выбор образовательных программ, учитывающих многообразие конкретных социокультурных, географических, климатических условий реализации Программы, разнородность состава групп воспитанников, их особенностей и интересов, запросов родителей (законных представителей), интересов и предпочтений педагогов и т.п.

Комплексно – тематический принцип построения образовательного процесса

Означает объединение комплекса различных видов деятельности, деятельности специалистов вокруг единой темы при организации образовательного процесса

Сетевое взаимодействие

1.1.3. Значимые характеристики

Возрастные, психологические и индивидуальные особенности воспитанников 4-5 лет

Взросли физические возможности детей: движения их стали значительно более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. В случае ограничения активной двигательной деятельности они быстро перевозбуждаются, становятся непослушными, капризными. Поэтому в средней группе особенно важно наладить разумный двигательный режим, наполнить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми.

Возрастные, психологические и индивидуальные особенности воспитанников 5-6 лет

Возраст 5—6 лет характеризуется активизацией ростового процесса: за год ребенок может вырасти на 7—10 см, при этом показатели роста детей подготовительной группы несколько выше, чем у детей шестого года жизни. Изменяются пропорции тела. Совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности. Заметно улучшается координация и устойчивость равновесия, столь необходимые при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. Воспитатель уделяет особое внимание развитию мелкой моторики. Старший дошкольник технически правильно выполняет большинство физических упражнений. Он способен критически оценить движения других детей, но самоконтроль и самооценка непостоянны и проявляются эпизодически. Углубляются представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и прочее), закаливания, занятий спортом, утренней гимнастики. Дети проявляют интерес к своему здоровью, приобретают сведения о своем организме (органы чувств, движения, пищеварения, дыхания) и практические умения по уходу за ним.

Возрастные, психологические и индивидуальные особенности воспитанников 6-7 лет

На седьмом году жизни происходят большие изменения в физическом, эмоциональном и социально-личностном развитии старших дошкольников, формируется готовность к предстоящему школьному обучению.

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью. Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Возросла возможность пространственной ориентировки, заметно увеличились проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр.

Старшие дошкольники активно приобщаются к нормам здорового образа жизни. В увлекательной, наглядно-практической форме обогащаются представления детей о здоровье, об организме и его потребностях, способах предупреждения травматизма, закаливания. Гигиенические навыки у детей старшего дошкольного возраста становятся достаточно устойчивыми.

Повышается общая осведомленность детей о здоровьесберегающем поведении: элементарные правила безопасности, сведения о некоторых возможных травмирующих ситуациях, важности охраны органов чувств (зрения, слуха), некоторых приемах первой помощи в случае травмы (ушиб, порез, ссадина), правилах поведения в обществе в случае заболевания (при кашле, чихании прикрывать рот платком, отворачиваться, не пользоваться общей посудой с заболевшим), некоторых правилах ухода за больным (не шуметь, выполнять просьбы, предложить чай, подать грелку, градусник).

В старшем дошкольном возрасте *значительно расширяется игровой опыт детей.* Достаточно отчетливо проявляются избирательные интересы в выборе игр, индивидуальные предпочтения, особенности игр мальчиков и девочек.

Старшие дошкольники выдвигают разнообразные игровые замыслы до начала игры и по ходу игры, проявляют инициативу в придумывании игровых событий. Постепенно игра становится интегративной деятельностью, которая тесно связана

с разными видами детской деятельности — речевой, познавательной, коммуникативной, художественно-продуктивной, конструктивной. Для детей становится важен не только процесс игры, но и такой результат, как придуманный новый игровой сюжет, созданная игровая обстановка, возможность презентации продуктов своей деятельности.

В особенностях развития дошкольников с общим недоразвитием речи можно выделить следующие характерные проблемы:

1. Существует значительное отставание в развитии психических процессов:
 - неустойчивость и быстрая истощаемость внимания
 - сниженный объем слуховой и зрительной памяти
 - недостаточное развитие базового слухового восприятия,
 - бедность и нестойкость зрительных представлений. Отсутствие прочной связи слова со зрительным образом.
2. Детям с ОНР свойственны трудности при ориентировке в пространстве, дифференциации понятий «право», «лево», а также сложности при ориентировке в собственном теле. Последнее хорошо заметно при выполнении двигательных упражнений.
3. Отставание в развитии двигательной сферы, плохая координация движений, снижение скорости и ловкости выполнения. При этом наибольшие трудности появляются при выполнении детьми движений по словесной инструкции (без показа).
4. Со стороны личностного развития у детей с ОНР возникают проблемы в социальной адаптации и взаимодействии с социальной средой.
5. Нарушается развитие и коммуникативных функций. Дети часто бывают не заинтересованы в контакте, не умеют ориентироваться в ситуации общения, договариваться.
6. Самооценка занижена, что находит свое отражение в проявлении тревожности и агрессивности разной степени выраженности.

1.2. Планируемые результаты освоения программы

Целевые ориентиры, сформулированные в Федеральном Государственном Образовательном Стандарте дошкольного образования

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

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

К целевым ориентирам дошкольного образования (на этапе завершения дошкольного образования) в соответствии с данной Программой относятся следующие социально-нормативные характеристики возможных достижений ребенка:

- **ребенок хорошо владеет устной речью**, может выражать свои мысли и желания, проявляет инициативу в общении, умеет задавать вопросы, делать умозаключения, знает и умеет пересказывать сказки, рассказывать стихи, составлять рассказы по серии сюжетных картинок или по сюжетной картинке, творческие рассказы; у него сформированы элементарные навыки звуко-слогового анализа слов, анализа предложений, что обеспечивает формирование предпосылок грамотности; у него сформирован грамматический строй речи, он владеет разными способами словообразования;
- **ребенок любознателен**, склонен наблюдать, экспериментировать; он обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, умеет обследовать предметы разными способами, подбирать группу предметов по заданному признаку, знает и различает основные и оттеночные цвета, плоские и объемные геометрические формы; у ребенка сформированы представления о профессиях, трудовых действиях; ребенок знаком с составом числа из единиц в пределах десяти, владеет навыками количественного и порядкового счета; у ребенка сформированы навыки ориентировки в пространстве, на плоскости, по простейшей схеме, плану; у ребенка есть представления о смене времен года и их очередности, смене частей суток и их очередности, очередности дней недели; у ребенка сформировано интеллектуальное мышление;
- **ребенок способен к принятию собственных решений** с опорой на знания и умения в различных видах деятельности, ребенок умеет организовывать игровое взаимодействие, осваивать игровые способы действий, создавать проблемно-игровые ситуации, овладевать условностью игровых действий, заменять предметные действия действиями с предметами-заместителями, а затем и словом, отражать в игре окружающую действительность;
- **ребенок инициативен, самостоятелен** в различных видах деятельности, способен выбрать себе занятия и партнеров по совместной деятельности, у ребенка развиты коммуникативные навыки, эмоциональная отзывчивость на чувства окружающих людей, подражательность, творческое воображение;
- **ребенок активен**, успешно взаимодействует со сверстниками и взрослыми; у ребенка сформировалось положительное отношение к самому себе, окружающим, к различным видам деятельности;
- **ребенок способен адекватно проявлять свои чувства**, умеет радоваться успехам и сопереживать неудачам других, способен договариваться, старается разрешать конфликты;
- **ребенок обладает чувством собственного достоинства**, чувством веры в себя;
- **ребенок обладает развитым воображением**, которое реализует в разных видах деятельности;
- **ребенок умеет подчиняться правилам и социальным нормам**, способен к волевым усилиям, знаком с принятыми нормами и правилами поведения и готов соответствовать им;
- **у ребенка развиты крупная и мелкая моторика**, он подвижен и вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения, умеет управлять ими.

Результаты освоения образовательной программы по образовательной области
«Физическое развитие»
СРЕДНЯЯ ГРУППА

- В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, хорошо развита крупная мелкая моторика рук
- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.
- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.
- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.
- Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в знакомых играх
- С интересом стремится узнать о факторах, обеспечивающих здоровье, с удовольствием слушает рассказы и сказки, стихи о здоровом образе жизни, любит рассуждать на эту тему, задает вопросы, делает выводы.
- Может элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания
- Стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.
- Умеет в угрожающих здоровью ситуациях позвать на помощь взрослого.

СТАРШАЯ ГРУППА

- Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений спортивных упражнений);
- В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость;
- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.
- Проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений;
- Имеет представления о некоторых видах спорта уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений;
- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру;
- Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.

- Умеет практически решать некоторые задачи здорового образа жизни и безопасного поведения,
- Готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью).

ПОДГОТОВИТЕЛЬНАЯ ГРУППА

- Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).
- В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.
- Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом
- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.
- Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.
- Имеет начальные представления о некоторых видах спорта
- Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его
- Ребенок владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может определять состояние своего здоровья
- Может оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть ранку, обработать ее, приложить холод к ушибу, обратиться за помощью к взрослому).

Планируемые результаты освоение Адаптированной основной образовательной программы для детей с тяжелыми нарушениями речи (ОНР)

Средний дошкольный возраст (с 4 до 5 лет)

Ребенок может совершать прыжки на месте на двух ногах и прыжки в длину с места на 50 см; может лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагом; может ходить по доске и гимнастической скамейке, удерживая равновесие; ходит и бежит с преодолением препятствий; может бросать мяч от груди, из-за головы и ловить его; активно участвует в организованной взрослым двигательной деятельности; выполняет перестроения, делает упражнения с музыкальным и речевым сопровождением; проявляет активность во время бодрствования; ребенок умеет аккуратно мыть и вытирать руки, пользоваться салфеткой, носовым платком, причесываться; у ребенка сформированы представления об опасности.

Старший дошкольный возраст (с 5 до 6 лет)

Общая и ручная моторика ребенка развита в соответствии с возрастной нормой, все движения выполняются в полном объеме, нормальном темпе; координация движений не нарушена; ребенок ходит прямо, свободно, не опуская голову, может пробежать в медленном темпе 200 метров; может прыгнуть в длину с места на 60 сантиметров, отталкиваясь двумя ногами; умеет бросать мяч от груди, из-за головы и ловить его двумя руками; может ходить по гимнастической скамейке, удерживая равновесие; может лазать по гимнастической стенке вверх и вниз; охотно выполняет гигиенические процедуры, знает, что нужно ежедневно гулять, делать зарядку; у ребенка сформированы навыки безопасного поведения дома, в детском саду, на улице, в транспорте; в мимической мускулатуре движения выполняются в полном объеме и точно, синкинезии отсутствуют; артикуляционная моторика в норме, движения выполняются в полном объеме и точно; переключаемость в норме; синкинезии и тремор отсутствуют; саливация в норме.

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

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

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

Инструктор по физическому воспитанию проводит педагогическую диагностику 2 раза в год:

- в сентябре – 1-18 сентября (3 недели)
- в апреле – 16-30 апреля (2 недели).

Педагогическая диагностика проводится в виде тестов на определение навыков в силе, ловкости, быстроте, выносливости, гибкости. Детям предлагается выполнить задания, состоящие из двух попыток. Наилучший результат фиксируется в таблице и выставляется балл от 1 до 5.

Диагностический материал для выявления уровня развития представлен в приложении №1

Таблицы фиксации результатов диагностирования развития физических качеств и овладения основными движениями детьми представлены в приложении №2

Парциальные программы не используются, но в физкультурно – оздоровительной работе применяются технологии.

В целях повышения качества образования применяются следующие технологии:

- Оздоровительные технологии:

- Технологии сохранения и стимулирования здоровья: ритмическая гимнастика, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, игровой массаж, пальчиковая гимнастика, гимнастика для стоп, психогимнастика, релаксация.
- Технологии обучения здоровому образу жизни: подвижные и спортивные игры.
 - Проектирование.
 - Просветительские технологии: выпуск санбюллетеней, работа Школы здоровой семьи.

Часть 2. Часть, формируемая организацией.

1.2. Пояснительная записка

Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в системе дошкольного образования, отражают две линии оздоровительно-развивающей работы: приобщение детей к физической культуре и использование развивающих форм оздоровительной работы.

В своей работе использую следующие оздоровительные технологии:

- Технологии сохранения и стимулирования здоровья:
 - ритмическая гимнастика - ежедневно на утренней гимнастике
 - гимнастика для глаз – 1 раз в неделю на физкультурных занятиях
 - дыхательная гимнастика – ежедневно на утренней гимнастике, 2 раза в неделю на физкультурных занятиях
 - игровой массаж – 2 раза в месяц на физкультурных занятиях
 - пальчиковая гимнастика - 2 раза в месяц на физкультурных занятиях
 - гимнастика для стоп – 2 раза в неделю на физкультурных занятиях
 - психогимнастика, релаксация - 1 раз в неделю на физкультурных занятиях
- Технологии обучения здоровому образу жизни: подвижные и спортивные игры – 2 раза в неделю на физкультурных занятиях
- Проектирование – 1 раз в год
- Просветительские технологии:
 - выпуск санбюллетеней – 2 раза в год
 - работа Школы здоровой семьи – 1 раз в квартал

Использование в воспитательно-образовательном процессе здоровьесберегающих технологий ведёт к укреплению здоровья его участников. А приобретенные навыки, помогут осознанно в дальнейшем выбрать здоровый образ жизни.

1.2.1. Задачи обучения в связи с реализацией парциальных программ, технологий, методик

Целью указанных технологий является приобщение детей к ценностям физической культуры.

Содержание образовательной деятельности с применением оздоровительных технологий обеспечивает решение следующих взаимосвязанных **задач:**

*Формировать умения ритмично двигаться в соответствии с характером музыки, динамикой, темпом

- *Сохранить и укрепить зрение ребенка
- *Выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, сила и правильное распределение выдоха
- *Укрепить мышечно – связочный аппарат стоп и голеней
- *Научить мышечному и эмоциональному расслаблению
- * Снять психическое напряжение
- *Расширить капилляры кожи, улучшить циркуляцию крови и лимфы
- *Повысить координационные способности пальцев рук
- *Научить в спортивных играх действовать с большей ловкостью, целесообразностью и быстротой; выполнять правила, владеть собой, ценить товарищество
- *Укреплять здоровье и повышать работоспособность детей дошкольников.
- *Заботиться о своем здоровье и формировать культуру здоровья.
- *Способствовать предотвращению состояния переутомления, гиподинамии.

1.2.2. Принципы и подходы в организации образовательного процесса в связи с реализацией парциальных программ, технологий, методик

Построение работы соответствует основным базовым педагогическим принципам.

1. Принцип непрерывности и последовательности:

- Непрерывное формирование основ творческой личности;
- Последовательное усложнение поставленных задач по всем разделам физического воспитания.

2. Целостный подход в решении педагогических задач:

- Обогащение детей двигательными впечатлениями через игры, движения;
- Претворение полученных впечатлений в самостоятельной игровой деятельности.

3. Принцип интегрированности:

Дидактические пособия, игры могут использоваться в любом виде детской деятельности.

4. Принцип соотношения физкультурно – оздоровительного материала с народным, природным календарём.

5. Принцип вариативности (полифункциональности);

Разнообразие вариантов использования различных методов (а соответственно и пособий по нему) в различных видах детской деятельности, а также возможности решать одну задачу с помощью различных методов (морфотаблицы, Кольца Луллия, метод структурного подхода).

6. Принцип гигиеничности и охраны жизни и здоровья детей (прочность, гибкость материалов, возможность их обработки, отсутствие колющих, режущих элементов).

Материал осваивается на утренней гимнастике, где инструктор по физической культуре разучивают с детьми элементы оздоровительных технологий, на физкультурных занятиях. Затем он закрепляется в ходе совместной работы инструктора по физической культуре и воспитателя в группах (в непосредственно – организационной образовательной деятельности, в утренний и

вечерний отрезки времени). Далее – в процессе подготовки и проведения досугов и развлечений.

Для достижения поставленных целей и задач необходимо создать условия, помогающие и взрослым, и детям использовать оздоровительные технологии:

- создание оздоровительной среды;
- наличие атрибутов для проведения оздоровительных технологий.

1.2.3. Планируемые результаты освоения программы в связи с использованием парциальных программ, технологий, методик

*У ребёнка будут сформированы умения ритмично двигаться в соответствии с характером музыки, динамикой, темпом.

*Сохранится и укрепится зрение ребенка.

*Выработается диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, сила и правильное распределение выдоха.

*Укрепится мышечно – связочный аппарат стоп и голеней

*Научатся мышечному и эмоциональному расслаблению

*Будет снято психическое напряжение

*Расширятся капилляры кожи, улучшится циркуляция крови и лимфы,

*Повысятся координационные способности пальцев рук

*Научатся в спортивных играх действовать с большей ловкостью, целесообразностью и быстротой; выполнять правила, владеть собой, ценить товарищество.

*Повысится работоспособность дошкольников

*Научатся заботиться о своем здоровье

* Сформируется культура здоровья

II. Содержательный раздел

Часть 1. Обязательная часть

2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребёнка в пяти образовательных областях

Содержание Программы обеспечивает реализацию задач образовательной области «Физическое развитие». Однако, интегративно происходит усвоение содержания других образовательных областей, что обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей (далее - образовательные области):

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

Социально-коммуникативное развитие направлено на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в Организации; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.

Содержание работы по образовательной области «Социально –коммуникативное развитие» представлено в содержательном разделе программы «Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования», в блоках «Игра как особое пространство развития ребенка от трех до семи лет», «Дошкольник входит в мир социальных отношений», «Развиваем ценностное отношение к труду», «Формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе».

Средняя группа

Развитие доброжелательности в игровом общении с партнерами-сверстниками. Проявление инициативности в игровом взаимодействии со сверстниками, добрых чувств по отношению к сверстникам и игрушкам, интереса к общему замыслу и к согласованию действий с играющими детьми. Использование жестов и движений для передачи физических особенностей игрового образа («летят большие птицы и маленькие птички», «идет по снегу большой медведь и маленькая обезьянка»). Использовать приемы справедливого распределения ролей и материалов (считалки, жребий), проявлять внимание к действиям партнеров, пояснять для других свои намерения и действия.

Старшая группа

Самостоятельное или с небольшой помощью взрослого согласование общего игрового замысла с использованием разнообразных способов (считалки, жребий, договор по желанию).

Умение детей сознательно принимать игровую задачу, выполнять игровые действия по правилам, добиваться правильного результата. Понимание необходимости действовать в игре согласованно, соблюдать очередность действий, проявлять выдержку. Контролировать свои действия и действия других играющих, исправлять ошибки. Проявление настойчивости в поиске решения, умение видеть правильность результата. Самостоятельное объяснение сверстнику хода решения игровой задачи.

Знание нескольких игр с правилами и уметь их организовать. Проявление инициативы в придумывании новых правил в играх, стремление разнообразить их содержание за счет новых игровых действий.

Проявление доброжелательного отношения к сверстникам, уважения к взрослым. Овладение при поддержке взрослого умениями совместной деятельности: принимать общую цель, договариваться о способах деятельности и материалах, в процессе общего дела быть внимательными друг к другу, добиваться хорошего результата, выражать свое отношение к результату.

Подготовительная группа

Участие в согласовании общего игрового замысла с использованием разнообразных способов (считалки, жребия, договора по желанию), установление договоренности о развитии сюжета и выборе ролей по ходу игры.

Самостоятельное стремление детей совместно с партнерами распределять роли, обращаться к партнеру по имени игрового персонажа, вступать в разнообразные ролевые диалоги со сверстниками, передавать при помощи интонации, мимики, жестов характер и настроение ролевого персонажа, изменять интонацию голоса в зависимости от роли, характера и настроения игрового персонажа.

Познавательное развитие предполагает развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени, движении и покое, причинах и следствиях и др.), о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, об особенностях ее природы, многообразии стран и народов мира. Ребенок знает виды спорта, спортсменов и другое.

Содержание работы по образовательной области «Познавательное развитие» представлено в содержательном разделе программы «Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования» в блоках: «Развитие сенсорной культуры», «Формирование первичных представлений о себе, других людях», «Формирование первичных представлений о малой родине и Отечестве, многообразии стран и народов мира», «Ребенок открывает мир природы», «Первые шаги в математику. Исследуем и экспериментируем»

Средняя группа

Осознание некоторых своих умений, знаний, возможностей, желаний. Освоение умений отражать их в речи. Проявление интереса к особенностям своего организма, заботы о нем.

Старшая группа

Развитие представлений о видах спорта, спортсменах, необходимом оборудовании и атрибутах для определенного вида спорта.

Подготовительная группа

Раскрытие многообразия ценностей природы для жизни человека и удовлетворения его разнообразных потребностей (эстетическая ценность, практическая, оздоровительная, познавательная, этическая) Понимание разнообразия социальных и профессиональных ролей людей. Освоение правил и норм общения и взаимодействия с детьми и взрослыми в различных ситуациях.

Овладение представлениями об особенностях своего организма, которые необходимо учитывать в повседневной жизни

Развитие представлений о видах спорта, спортсменах, необходимом оборудовании и атрибутах для определенного вида спорта.

Речевое развитие включает владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; развитие речевого творчества; развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха; знакомство с книжной культурой, детской литературой, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы; формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте.

Содержание работы по образовательной области «Речевое развитие» представлено в содержательном разделе программы «Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования» в блоках:

«Владение речью как средством общения и культуры», «Развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи», «Обогащение активного словаря», «Развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха», «Развитие речевого творчества» «Знакомство с книжной культурой, детской литературой», «Формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте»

Средняя группа

Использование элементов объяснительной речи при сговоре на игру, при разрешении конфликтов.

Старшая группа

Освоение и использование невербальных средств общения: мимики, жестов, позы. Обогащение активного словаря за счет слов, обозначающих: названия профессий, учреждений, предметов и инструментов труда, техники, помогающей в работе, трудовых действий и качества их выполнения.

Подготовительная группа

Освоение умений коллективного речевого взаимодействия при выполнении поручений и игровых заданий.

Художественно-эстетическое развитие предполагает развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора; стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной и др.).

Содержание работы по образовательной области «Художественно - эстетическое развитие» представлено в содержательном разделе программы «Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования» в блоках: «Изобразительное искусство», «Развитие продуктивной деятельности и детского творчества», «Художественная литература», «Музыка».

Средняя группа

Различение музыки, изображающей что-либо (какое-то движение в жизни, в природе: скачущую лошадь, мчащийся поезд, светлое утро, восход солнца, морской прибой).

Старшая группа

Различение музыки разных жанров. Понимание того, что характер музыки выражается средствами музыкальной выразительности.

Подготовительная группа

Различение средств музыкальной выразительности. Понимание того, что характер музыки выражается средствами музыкальной выразительности.

Соотнесение новых музыкальных впечатлений с собственным жизненным опытом, опытом других людей благодаря разнообразию музыкальных впечатлений

Содержание работы по образовательной области «Физическое развитие» представлено в содержательном разделе программы «Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования». / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2014. в блоках «Двигательная деятельность» и «Становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни»

Содержание образовательной (двигательной) деятельности

Средняя группа

Порядковые упражнения. Построение в колонну по одному по росту. Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте. Общеразвивающие упражнения. Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты.

Основные движения: Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подводящие упражнения. Ходьба. Ходьба с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного). Бег. Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеря свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5х3=15)), ведение колонны. Бросание, ловля, метание. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. Ползание, лазанье. Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек. Прыжки. Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед), вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (вспрыгивание на высоту 15—20 см.).

Сохранение равновесия после вращений, или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности. Подвижные игры: правила; функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия. Спортивные упражнения. Ходьба на лыжах — скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полувелочкой, правила надевания и переноса лыж под рукой. Плавание — погружение в воду с головой, попеременные движения ног, игры в воде. Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельное. Катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами. Ритмические движения: танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений, элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки

Старшая группа

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах. Общеразвивающие упражнения: Четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одновременным и последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разнаой последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами. Подводящие и подготовительные упражнения. Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге - выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега- отталкивания, группировки и приземления, в метании - замаха и броска. Ходьба. Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. Бег. На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа. Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3x10 м в медленном темпе (1,5—2 мин). Прыжки. На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся,

через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. Бросание, ловля и метание. «Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5-9 м) горизонтальную и вертикальную цели (3,5-4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. Ползание и лазание. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазанье ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом. Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков. Игры-эстафеты. Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр. Спортивные игры. *Городки.* Бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). *Баскетбол.* 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 воспитателем. *Футбол.* 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. Спортивные упражнения: скользящий переменный лыжный ход, скольжение по прямой на коньках, погружение в воду, скольжение в воде на груди и на спине, катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках.

Подготовительная группа

Двигательная деятельность

Порядковые упражнения. Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение во время движения. Перестроение четверками. Общеразвивающие упражнения. Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами. Упражнения с разными предметами, тренажерами. Основные движения. Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазанья по лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в

метании - энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения. Ходьба. Разные виды и способы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Упражнения в равновесии. Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. Бег. Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя «по-турецки», лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3 минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5x10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м. Прыжки. Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку. Метание. Отбивать, передавать, подбрасывать мячей разного размера разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и другие) разными способами. Точное поражение цели. Лазанье. Энергичное подтягивание на

скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема». Подвижные игры. Организовать знакомые игры с подгруппой сверстников. Игры-эстафеты. Спортивные игры. Правила спортивных игр. *Городки.* Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. *Баскетбол.* Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. *Футбол.* Способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. *Настольный теннис, бадминтон.* Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола. *Хоккей.* Ведение шайбы клюшкой, забивать в ворота. В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывательного торможения. Спортивные упражнения. *Ходьба на лыжах.* Скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойке. *Катание на коньках.* Сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, скольжение и повороты. *Катание на самокате.* Отталкивание одной ногой. *Плавание,* скольжение в воде на груди и на спине, погружение в воду. *Катание на велосипеде.* Езда по прямой, по кругу, «змейкой», уметь тормозить. *Катание на санках.* Скольжение по ледяным дорожкам. После разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Скольжение с невысокой горки.

Содержание работы по образовательной области «Физическое развитие» для детей с тяжелым недоразвитием речи представлено в содержательном разделе программы «Примерная адаптированная основная образовательная программа для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет» // Н.В.Нищева– СПб: «Детство -пресс», 2015 год.

Средний дошкольный возраст (с 4 до 5 лет) **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Основные движения

Ходьба и бег. Совершенствовать навыки ходьбы на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, в полуприседе, перекатом с пятки на носок, мелким и широким шагом, приставным шагом влево и вправо.

Совершенствовать навыки ходьбы в колонне по одному, по двое, по трое, с выполнением заданий педагога, имитационные движения. Обучать детей ходьбе в колонне.

Совершенствовать навыки бега на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по двое, «змейкой», врассыпную, с преодолением препятствий, по наклонной доске вверх и вниз на носках.

Совершенствовать навыки ходьбы в чередовании с бегом, бега с различной скоростью, с изменением скорости, челночного бега.

Ползание и лазание. Совершенствовать умение ползать на четвереньках с опорой на колени и ладони; «змейкой» между предметами, толкая перед собой головой мяч (расстояние 3—4 м), ползания по гимнастической скамейке на животе, на коленях; ползания по гимнастической скамейке с опорой на колени и предплечья. Обучать вползанию и сползанию по наклонной доске, ползанию на четвереньках по гимнастической скамейке назад; пролезанию в обруч, переползанию через скамейку, бревно; лазанию с одного пролета гимнастической стенки на другой, поднимаясь по диагонали, спускаясь вниз по одному пролету; пролезанию между рейками поставленной на бок гимнастической лестницы.

Прыжки. Совершенствовать умение выполнять прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед. Обучать прыжкам разными способами: ноги скрестно — ноги врозь, одна нога вперед — другая назад; перепрыгивать с ноги на ногу на месте, с продвижением вперед. Учить перепрыгивать предметы с места высотой до 30 см, перепрыгивать последовательно на двух ногах 4—5 предметов высотой 15—20 см, перепрыгивать на двух ногах боком вправо и влево невысокие препятствия (канат, мешочки с песком, веревку и т. п.). Обучать впрыгиванию на мягкое покрытие высотой 20 см двумя ногами, спрыгиванию с высоты 30 см на мат. Учить прыгать в длину с места и с разбега; в высоту с разбега. Учить прыгать через короткую скакалку на двух ногах вперед и назад; прыгать через длинную скакалку: неподвижную ($h=3—5$ см), качающуюся, вращающуюся; с одной ноги на другую вперед и назад на двух ногах, шагом и бегом.

Катание, ловля, бросание. Закрепить и совершенствовать навыки катания предметов (обручей, мячей разного диаметра) различными способами. Обучать прокатыванию предметов в заданном направлении на расстояние до 5 м (по гимнастической скамейке, по узкому коридору шириной 20 см в указанную цель: кегли, кубики и т. п.) с помощью двух рук. Учить прокатывать мячи по прямой, змейкой, зигзагообразно с помощью палочек, дощечек разной длины и ширины; прокатывать обручи индивидуально, шагом и бегом. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками и с хлопками; бросать мяч о землю и ловить его двумя руками. Формировать умение отбивать мяч об пол на месте (10—15 раз) с продвижением шагом вперед (3—5 м), перебрасывать мяч из одной руки в другую, подбрасывать и ловить мяч одной рукой (правой и левой) 3—5 раз подряд, перебрасывать мяч друг другу и ловить его из разных исходных положений, разными способами, в разных построениях. Учить бросать вдаль мешочки с песком и мячи, метать предметы в горизонтальную и вертикальную цель (расстояние до мишени 3—5 м).

Ритмическая гимнастика

Формировать умение выполнять упражнения под музыку. Способствовать развитию выразительности движений, умения передавать двигательный характер образа (котенок, лошадка, зайчик и т. п.).

Общеразвивающие упражнения

Совершенствовать умение выполнять движения для рук и плечевого пояса (поднимать руки вверх, вперед, в стороны, ставить на пояс, отводить руки за спину, закладывать руки за голову, сжимать и разжимать кисти рук, вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны), для туловища (поворачиваться в стороны, наклоняться вперед, вправо и влево), для ног (подниматься на носки, выставлять ногу вперед на пятку, на носок, выполнять притопы, полуприседания, приседания, поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях). При выполнении общеразвивающих упражнений использовать различные исходные положения (стоя, ступни параллельно, ноги врозь, пятки вместе — носки врозь, ноги вместе; стоя в упоре на коленях; сидя в упоре сзади; лежа на животе; лежа на спине); использовать различные предметы (мячи большого и среднего размера, обручи малого диаметра; гимнастические палки; флажки; кубики; гимнастические скамейки).

Спортивные упражнения

Обучать езде на трехколесном и двухколесном велосипеде по прямой и по кругу. Обучать скатыванию на санках с горки, подъему с санками на горку, торможению при спуске с горки; скольжению по ледяной дорожке с поддержкой взрослого.

Подвижные игры

Воспитывать интерес к активной двигательной активности, развивать самостоятельность, инициативность, пространственную ориентировку, творческие способности.

ОВЛАДЕНИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫМИ НОРМАМИ И ПРАВИЛАМИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей.

Проводить закаливающие процедуры с использованием природных факторов. Формировать потребность в движении, привлекать детей к подвижным и спортивным играм. Проводить утреннюю гимнастику.

Обеспечить проведение ежедневных прогулок в первой и второй половинах дня.

Обеспечить проведение физкультурных пауз во время занятий.

Воспитывать культурно-гигиенические навыки, умение правильно чистить зубы, полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком.

Совершенствовать умение правильно вести себя за столом во время еды, пользоваться столовым прибором.

Расширять представления о здоровом образе жизни, о значении правильного питания, движения, пребывания на свежем воздухе и солнце, гигиены для здоровья человека.

Формировать представления о факторах, оказывающих негативное влияние на здоровье.

Формировать представления о месте человека в природе, о том, как жить, не нанося вреда природному окружению.

Старший дошкольный возраст (с 5 до 6 лет) **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Осуществлять непрерывное совершенствование двигательных умений и навыков с учетом возрастных особенностей (психологических, физических и физиологических) детей шестого года жизни.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость, координированность и точность действий, способность поддерживать равновесие. Совершенствовать навыки ориентировки в пространстве.

Использовать такие формы работы, как игры-соревнования, эстафеты.

Основные движения

Ходьба и бег. Совершенствовать навыки ходьбы на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена, в полуприседе, перекатом с пятки на носок, мелким и широким шагом, приставным шагом влево и вправо.

Совершенствовать навыки ходьбы в колонне по одному, по двое, по трое, с выполнением заданий педагога, имитационные движения. Обучать детей ходьбе в колонне.

Совершенствовать навыки бега на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по двое, «змейкой», враспынную, с преодолением препятствий, по наклонной доске вверх и вниз на носках.

Совершенствовать навыки ходьбы в чередовании с бегом, бега с различной скоростью, с изменением скорости, челночного бега.

Ползание и лазание. Совершенствовать умение ползать на четвереньках с опорой на колени и ладони; «змейкой» между предметами, толкая перед собой головой мяч (расстояние 3—4 м), ползания по гимнастической скамейке на животе, на коленях; ползания по гимнастической скамейке с опорой на колени и предплечья. Обучать вползанию и сползанию по наклонной доске, ползанию на четвереньках по гимнастической скамейке назад; пролезанию в обруч, переползанию через скамейку, бревно; лазанию с одного пролета гимнастической стенки на другой, поднимаясь по диагонали, спускаясь вниз по одному пролету; пролезанию между рейками поставленной на бок гимнастической лестницы.

Прыжки. Совершенствовать умение выполнять прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед. Обучать прыжкам разными способами: ноги скрестно — ноги врозь, одна нога вперед — другая назад; перепрыгивать с ноги на ногу на месте, с продвижением вперед. Учить перепрыгивать предметы с места высотой до 30 см, перепрыгивать последовательно на двух ногах 4—5 предметов высотой 15—20 см, перепрыгивать на двух ногах боком вправо и влево невысокие препятствия (канат, мешочки с песком, веревку и т. п.). Обучать впрыгиванию на мягкое покрытие высотой 20 см двумя ногами, спрыгиванию с высоты 30 см на мат. Учить прыгать в длину с места и с разбега; в высоту с разбега. Учить прыгать через короткую скакалку на двух ногах вперед и назад; прыгать через длинную скакалку: неподвижную ($h=3—5$ см), качающуюся, вращающуюся; с одной ноги на другую вперед и назад на двух ногах, шагом и бегом.

Катание, ловля, бросание. Закрепить и совершенствовать навыки катания предметов (обручей, мячей разного диаметра) различными способами. Обучать прокатыванию предметов в заданном направлении на расстояние до 5 м (по гимнастической скамейке, по узкому коридору шириной 20 см в указанную цель:

кегли, кубики и т. п.) с помощью двух рук. Учить прокатывать мячи по прямой, змейкой, зигзагообразно с помощью палочек, дощечек разной длины и ширины; прокатывать обручи индивидуально, шагом и бегом. Совершенствовать умение подбрасывать мяч вверх и ловить его двумя руками и с хлопками; бросать мяч о землю и ловить его двумя руками. Формировать умение отбивать мяч об пол на месте (10—15 раз) с продвижением шагом вперед (3—5 м), перебрасывать мяч из одной руки в другую, подбрасывать и ловить мяч одной рукой (правой и левой) 3—5 раз подряд, перебрасывать мяч друг другу и ловить его из разных исходных положений, разными способами, в разных построениях. Учить бросать вдаль мешочки с песком и мячи, метать предметы в горизонтальную и вертикальную цель (расстояние до мишени 3—5 м).

Ритмическая гимнастика

Совершенствовать умение выполнять физические упражнения под музыку в форме несложных танцев, хороводов, по творческому заданию педагога. Учить детей соотносить свои действия со сменой частей произведения, с помощью выразительных движений передавать характер музыки. Учить детей импровизировать под различные мелодии (марши, песни, танцы).

Строевые упражнения

Совершенствовать умение строиться в колонну по одному, парами, в круг, в одну шеренгу, в несколько кругов, в рассыпную. Закрепить умение перестраиваться из колонны по одному в колонну по два, по три, в круг, несколько кругов, из одной шеренги в две. Обучать детей расчету в колонне и в шеренге «по порядку», «на первый, второй»; перестроению из колонны по одному в колонну по два, по три во время ходьбы; размыканию и смыканию с места, в различных построениях (колоннах, шеренгах, кругах), размыканию в колоннах на вытянутые вперед руки, на одну вытянутую вперед руку, с определением дистанции на глаз; размыканию в шеренгах на вытянутые в стороны руки; выполнению поворотов направо и налево, кругом на месте и в движении различными способами (переступанием, прыжками); равнению в затылок в колонне.

Общеразвивающие упражнения

Осуществлять дальнейшее совершенствование движений рук и плечевого пояса, учить разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову; поднимать вверх руки со сцепленными в замок пальцами; поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Учить выполнять упражнения для развития и укрепления мышц спины, поднимать и опускать руки, стоя у стены; поднимать и опускать поочередно прямые ноги, взявшись руками за рейку гимнастической стенки на уровне пояса; наклоняться вперед и стараться коснуться ладонями пола; учить наклоняться в стороны, не сгибая ноги в коленях; поворачиваться, разводя руки в стороны; поочередно отводить ноги в стороны из упора присев; подтягивать голову и ноги к груди, лежа; подтягиваться на гимнастической скамейке.

Учить выполнять упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и ног; приседать, поднимая руки вверх, в стороны, за спину; выполнять выпад вперед, в сторону, совершая движение руками; катать и захватывать предметы пальцами

ног. При выполнении упражнений использовать различные исходные положения (сидя, стоя, __ лежа, стоя на коленях и др.). Учить выполнять упражнения как без предметов, так и различными предметами (гимнастическими палками, мячами, кеглями, обручами, скакалками и др.).

Спортивные упражнения

Совершенствовать умение катать друг друга на санках, кататься с горки на санках, выполнять повороты на спуске, скользить по ледяной дорожке с разбега. Учить самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой и с выполнением поворотов вправо и влево.

Спортивные игры

Формировать умение играть в спортивные игры: городки (элементы), баскетбол (элементы), футбол (элементы), хоккей (элементы).

Подвижные игры

Формировать умение участвовать в играх-соревнованиях и играх-эстафетах, учить самостоятельно организовывать подвижные игры.

ОВЛАДЕНИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫМИ НОРМАМИ И ПРАВИЛАМИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Продолжать закаливание организма с целью укрепления сердечно-сосудистой и нервной систем с, улучшения деятельности органов дыхания, обмена веществ в организме.

Продолжать формировать правильную осанку, проводить профилактику плоскостопия. Ежедневно использовать такие формы работы, как утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, прогулки, физические упражнения, спортивные игры на прогулке с использованием спортивного оборудования.

Совершенствовать навыки самообслуживания, умения следить __ одежды, прически, чистотой рук и ногтей. Закрепить умение быстро одеваться и раздевать, самостоятельно застегивать и расстегивать пуговицы, завязывать и развязывать шнурки, аккуратно складывать одежду. Продолжать работу по воспитанию культуры еды.

Расширять представления о строении организма человека и его функционировании. Расширять представления о здоровом образе жизни и факторах, разрушающих здоровье человека.

Формировать потребность в здоровом образе жизни.

Старший дошкольный возраст (с 6 до 7 лет)

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Совершенствовать жизненно необходимые виды двигательных действий (ходьбу, бег, лазание, прыжки, ползание и лазание, бросание, ловлю и метание) с учетом этапности развития нервной системы, психики и моторики. Добиваться развития физических качеств (быстроты, ловкости, гибкости, координации движений, хорошей ориентировки в пространстве, чувства равновесия, умения проявлять силу и выносливость).

Воспитывать выдержку, смелость, решительность, настойчивость, самостоятельность, инициативность, фантазию, творческие способности, интерес к активной двигательной деятельности и потребности в ней. Способствовать формированию широкого круга игровых действий.

Основные движения

Ходьба и бег. Совершенствовать навыки ходьбы, сформированные в предыдущих группах (обычная ходьба; ходьба на носках, пятках, наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена; широким и мелким шагом; приставным шагом вправо и влево; гимнастическим шагом; в полуприседе; в колонне по одному, двое, трое, четверо, в шеренге; по кругу, с поворотом, змейкой, врассыпную, с выполнением заданий).

Обучать ходьбе приставным шагом вперед и назад, скрестным шагом, выпадами вперед, спиной вперед, притоптывающим шагом.

Развивать навыки бега, сформированные в предыдущих группах (бег обычный, на носках; бег с выбрасыванием прямых ног вперед; бег мелким и широким шагом; в колонне по одному, по двое, с заданиями, с преодолением препятствий; с мячом, по доске, по бревну, в чередовании с прыжками, с подлезанием, ходьбой, с изменением темпа, с различной скоростью).

Формировать навыки бега на скорость и на выносливость. Учить бегать, сильно сгибая ноги в коленях, широкими шагами (прыжками), спиной вперед; из разных исходных положений; бегать наперегонки парами и группами, со скакалкой; бегать на скорость в играх-эстафетах.

Упражнения в равновесии. Формировать навыки ходьбы по гимнастической скамейке приставным шагом, поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием через предмет, с поворотом; с мешочком с песком на голове; по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком; продвигаясь вперед прыжками на двух ногах по гимнастической скамейке, наклонной доске; спиной вперед. Совершенствовать навыки ходьбы по веревке ($d = 2—3$ см) прямо и боком, по канату ($d = 5—6$ см) прямо и боком; кружения с закрытыми глазами с остановкой, принятием заданной позы. Формировать умение стоять на одной ноге (руки на пояс, руки в стороны; с закрытыми глазами), стоять на носках; то же на повышенной опоре — кубе ($h = 30—40$ см), гимнастической скамейке, большом набивном мяче (3 кг) со страховкой педагога.

Ползание, лазание. Совершенствовать и закреплять навыки разнообразных способов ползания и лазания. Совершенствовать навыки ползания на четвереньках по гимнастической скамейке и по бревну; ползания на животе и скольжению на спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами, держа ноги неподвижными. Закрепить навыки пролезания в обруч и подлезания под дугу разными способами, подлезания под гимнастическую скамейку, подлезания под несколькими дугами подряд ($h = 35—50$ см). Продолжать развивать умение лазать по вертикальным и наклонным лестницам, используя одноименные и разноименные движения рук и ног.

Закреплять умение переходить с пролета на пролет гимнастической стенки, поднимаясь и спускаясь по диагонали. Формировать умение лазания и спуска по канату индивидуально со страховкой педагога.

Прыжки. Совершенствовать навыки выполнения всех видов прыжков, сформированные в предыдущих группах (на двух ногах разными способами, на одной ноге, с чередованием с ходьбой, с поворотом кругом). Формировать умение выполнять прыжки с зажатым между ног мешочком с песком, прыжки через набивные мячи (5—6 последовательно). Совершенствовать навыки выполнения прыжков на одной ноге (на месте, с продвижением вперед, через веревку вперед и назад). Формировать навыки выполнения прыжков вверх из глубокого приседа, вверх с места; на мягкое покрытие с разбега, в длину с места и разбега, в высоту с разбега. Совершенствовать умение спрыгивать в упражнениях с другими видами движений (высота предметов не более 30—40 см). Совершенствовать навыки выполнения прыжков через короткую и длинную скакалки, через большой обруч.

Бросание, метание. Совершенствовать и закреплять навыки всех способов катания, бросания и ловли, метания вдаль и в цель. Совершенствовать навыки перебрасывания мяча друг другу из-за головы, снизу, от груди, сверху, из положения сидя, на месте и во время передвижения в парах, через сетку; бросания мяча о землю и ловли его двумя руками, одной рукой, с хлопком, с поворотами; отбивания мяча на месте и с продвижением вперед, змейкой между предметами. Формировать навыки ведения мяча в разных направлениях, перебрасывания набивных мячей; метания из разных положений в вертикальную, горизонтальную, движущуюся цель, вдаль.

Строевые упражнения

Совершенствовать сформированные ранее навыки выполнения построений и перестроений (в колонну по одному, по двое, по трое, по четыре, в полукруг, в круг, в шеренгу, в рассыпную; из одного круга в несколько) на месте и в движении.

Совершенствовать умение рассчитываться «по порядку», на «первый-второй», равняться в колонне, в шеренге; размыкаться и смыкаться в колонне, в шеренге приставным шагом, прыжком, бегом; выполнять повороты направо, налево, кругом на месте и в движении переступанием, прыжком, по разделениям.

Ритмическая гимнастика

Совершенствовать умение выполнять упражнения под музыку. Содействовать развитию пластичности, выразительности плавности, ритмичности движений. Развивать творчество и воображение.

Общеразвивающие упражнения

Продолжать разучивать и совершенствовать упражнения, развивающие мелкие и крупные мышцы (кистей, пальцев рук, шеи, спины, стопы и др.), связки и суставы разных отдельных частей тела (шеи, рук и плечевого пояса, туловища, ног).

Упражнения для кистей рук и плечевого пояса. Совершенствовать умение поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки, отставляя ногу назад на носок; поднимать и опускать плечи; отводить локти назад;

выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками. Формировать умение вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси; на предплечье и кисти руки; разводить и сводить пальцы, поочередно соединять все пальцы с большими (упражнение «Пальчики здороваются»).

Упражнения для укрепления туловища и ног. Совершенствовать умение поворачивать туловище в стороны, наклоняться вперед с поднятыми вверх руками или держа руки в стороны. Формировать умение поднимать обе ноги из упора сидя; садиться из положения лежа на спине и снова ложиться, закрепив ноги; поднимать ноги из положения лежа на спине и стараться коснуться лежащего за головой предмета; прогибаться, лежа на спине; из упора присев переходить в упор на одной ноге.

Совершенствовать умение приседать, держа руки за головой; из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую; выполнять выпад вперед, в сторону; свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору.

Спортивные упражнения

Совершенствовать сформированные ранее и развивать навыки езды на двухколесном велосипеде, самокате, санках; игры в хоккей (элементы). Сформировать навык скольжения по ледяной дорожке на одной ноге; навык скольжения с невысокой горки на двух ногах.

Спортивные игры

Совершенствовать навыки игры в футбол (элементы), баскетбол (элементы), бадминтон (элементы), городки (элементы). Формировать навыки игры в настольный теннис (элементы).

Подвижные игры

Совершенствовать навыки игры в разнообразные подвижные игры, в игры с элементами соревнования.

ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Формировать правильную осанку и свод стопы.

Продолжать закаливание организма с использованием всех доступных природных факторов, совершенствовать адаптационные способности организма детей, умение приспосабливаться к изменяющимся условиям внешней среды.

2.1.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы

Образовательная область «Физическое развитие»

Разделы (задачи, блоки)	Образовательная деятельность, осуществляемая в режимных моментах	Образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
Возраст	Средние группы			
<p>Приобретение опыта в разных видах деятельности, направленных на развитие физических качеств. Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта</p>	<p>Игровые упражнения Утренняя гимнастика Подражательные движения физкультурная минутка Подвижная игра большой и малой подвижности Проблемная ситуация Оздоровительный бег Игра Ситуативный разговор Рассказывание Индивидуальные поручения Проблемная ситуация Проектная деятельность</p>	<p>Общеразвивающие упражнения, Основные виды движений, спортивные упражнения; ритмика, спортивные развлечения и праздники</p>	<p>Подвижные игры, игры - забавы; деятельность в физкультурных уголках; Двигательная активность в течении дня</p>	<p>Родительские собрания Анкетирование Беседа Консультативные встречи Открытые просмотры Встречи по заявкам Совместные спортивные праздники и развлечения Дни открытых дверей Интерактивное общение Мастер-класс Школа Здоровой Семьи</p>
	Старшие группы (дополнительно)			
		<p>Спортивные игры; Походы; «Малые олимпийские игры»,</p>		

		Проблемная ситуация Проектная деятельность Дидактические и театрализованные игры Труд и трудовые поручения, Тематические досуги и развлечения		
Возраст	Средние группы			
Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами	Утренняя гимнастика. Игра Ситуативный разговор Рассказывание Чтение Игровые ситуации		Элементы во всех видах детской деятельности	Родительские собрания Анкетирование Беседа Консультативные встречи Встречи по заявкам Выпуск газеты Интерактивное общение Мастер-класс Школа Здоровой семьи Совместные походы
	Старшие - подготовительные группы (дополнительно)			
	Ситуации общения Проблемная ситуация Проектная деятельность	Психогимнастика, Дни здоровья Коллекционирование Опытно – экспериментальная деятельность Организация долгосрочных наблюдений Макетирование Составление алгоритмов	Работа в тематических пространствах Игры (сюжетно- ролевая, дидактическая, настольно- печатная, драматизации)	

2.1.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Особенности психолого – педагогической работы в разных видах деятельности и культурных практиках представлено в форме перспективного плана по образовательной области «Физическое развитие» (см. приложение № 3) и описания способов взаимодействия итструктора по физической культуре с дошкольниками

Описание способов взаимодействия воспитателя с дошкольниками в образовательной деятельности разных видов и культурных практиках.

Непрерывная образовательная деятельность основана на организации педагогом видов деятельности, заданных ФГОС дошкольного образования.

Игровая деятельность является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста. В младшей и средней группах детского сада игровая деятельность является основой решения всех образовательных задач. В сетке непосредственно образовательной деятельности игровая деятельность не выделяется в качестве отдельного вида деятельности, так как она является основой для организации всех других видов детской деятельности.

Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах - это дидактические и сюжетно-дидактические, развивающие, подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации, игры-инсценировки, игры-этюды и пр.

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой, требования к проведению которых согласуются дошкольным учреждением с положениями действующего СанПин.

Культурные практики

✓ Игра с правилами

Цель: овладения ребенком системой средств построения игровой деятельности.

Задачи: поэтапная передача детям постепенно усложняющихся способов построения игры.

Игра с правилами также имеет свои культурные формы, классифицируемые по кругу задействованных в них компетенций. Игра на физическую компетенцию, подразумевающая конкуренцию на подвижность, ловкость, выносливость; игра на умственную компетенцию (внимание, память, комбинаторика); игры на удачу, где исход игры определяется вероятностью, и не связан со способностями играющих.

Также как и сюжетная игра, игра с правилами во всей своей полноте (соблюдение формализованных правил, ориентация на выигрыш) складывается у ребенка не сразу, а постепенно, на протяжении всего дошкольного детства. В возрасте 4-5 лет у детей появляются представления о выигрыше в рамках игры, построенной на готовых правилах, и в возрасте 6-7 лет ребенок приобретает

способность видоизменять правила по предварительной договоренности с другими играющими. Реализация всех указанных этапов возможна только в том случае, если взрослый своевременно будет знакомить ребенка с характерными для дошкольного детства культурными формами игр с правилами. Сначала это должны быть простейшие подвижные игры и игры на ловкость, затем игры на удачу, способствующие ориентации ребенка на выигрыш, и, в завершении дошкольного детства – игры на умственную компетенцию.

Игра с правилами на физическую компетенцию

Усложнение игр с правилами на физическую компетенцию осуществляется в соответствии с функциональной возможностью осуществлять детьми игру самостоятельно.

1) Игры с параллельными действиями играющих, в которой дети одновременно выполняют одинаковые действия по сигналу ведущего. Это является очень важным для формирования у детей способности к соблюдению элементарного правила. Все эти игры имеют аналогичную структуру: взрослый подаёт определенный сигнал, а дети параллельно выполняют заранее оговоренные действия, в чем и заключается выполнение правила игры. Сюжет игры должен быть предельно прост, и не должен заслонять от детей основную цель игры – выполнение действий по сигналу взрослого. Сигнал должен быть краток и не должен содержать стихотворных форм длиннее двестишья.

2) Игры с поочередными действиями играющих

Содержание этих действий может быть самым разнообразным, например, ребенок толкает плечом другого, и смеется, когда он толкает его в ответ. Очевидно, как считают современные исследователи детской игры, это и есть прототип любой совместной формы игры, сюжетной или с правилами, и для формирования этого вида деятельности он необходим. Эта прототипическая игра закладывает предпосылки для других, основанных на более сложных схемах, формах совместной деятельности. Формирование данного способа игры может заключаться в совместном катании детьми шара друг другу.

3) Игры, в которых ведущий не принимает непосредственного участия в игре

Формирование способности играть самостоятельно, прежде всего, означает способность каждого из детей выполнить роль ведущего. Это качество появляется у детей не сразу. Для его формирования необходимо предлагать детям игры понятного им содержания и со все усложняющейся структурой. Первоначально, игра также проигрывается со взрослым, для того, чтобы дети запомнили основные правила игры. Затем, выполнив в одном цикле роль ведущего, взрослый предлагает детям самостоятельно выбрать ведущего в следующем цикле игры. Для выбора он предлагает использовать жеребьевку.

4) Игры, в которых ведущий выполняет не только сигнализирующую функцию, но и параллельно участвует в игре

5) Игры, в которых ребенок выполняет роль ведущего и водящего.

✓ **Детский досуг** - вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Как правило, в детском саду организуются досуги «Здоровья и подвижных игр», музыкальные и

литературные досуги. Возможна организация досугов в соответствии с интересами и предпочтениями детей. В этом случае досуг организуется как «кружок». Например, для занятий рукоделием, художественным трудом и пр.

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

2.1.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

В развитии детской инициативы и самостоятельности при реализации программы важно соблюдать ряд *общих требований*:

- 1) развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений;
- 2) создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
- 3) постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно. Постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;
- 4) тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
- 5) ориентировать дошкольников на получение хорошего результата. Необходимо своевременно обратить особое внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;
- 6) «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.
- 7) поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

2.1.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Взаимодействие с семьями воспитанников проводится в целях:

Оказания помощи в воспитании детей

Охране и укреплении их физического и психического здоровья

Развития индивидуальных способностей

Коррекции нарушений в развитии

Способствование сохранению и укреплению семейных ценностей

Задачи, реализуемые в процессе взаимодействия:

- 1.Повышать уровень родительской компетентности.
- 2.Повышать ответственность родителей за судьбу ребенка и его активность в отношениях с сотрудниками ДОУ.

3. Создать условия для вовлечения семей воспитанников в образовательное пространство детского сада и привлечение их к сотрудничеству в вопросах развития детей.

3. Способствовать гармонизации семейных и родительско - детских отношений.

4. Повышать престиж семьи.

5. Транслировать передовой опыт семейного воспитания.

5. Вовлекать в образовательное пространство детского сада потенциальных субъектов социального развития.

6. Развивать толерантность сознания родителей, педагогов и детей.

Задачи взаимодействия конкретизируются в зависимости от возраста воспитанников, посещающих ту или иную группу

Направления сотрудничества с семьей

- Педагогический мониторинг
- Педагогическое образование родителей
- Совместная деятельность педагогов и родителей

Содержание взаимодействия по образовательной области «Физическое развитие»

Физическое развитие	<p>Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка.</p> <p>Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения).</p> <p>Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка.</p> <p>Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.</p> <p>Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять важность посещения детьми секций, студий, ориентированных на оздоровление дошкольников. Совместно с родителями и при участии медико-психологической службы детского сада создавать индивидуальные программы оздоровления детей и поддерживать семью в их реализации,</p> <p>Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.</p> <p>Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.</p>
---------------------	---

	<p>Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.</p> <p>Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.</p> <p>Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом, открывая разнообразные секции и клубы (любителей туризма, плавания и пр.). Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).</p>
--	---

Часть 2. Часть, формируемая организацией

2.2.1. Обоснование выбора технологий. Описание педагогических технологий, используемых в образовательной деятельности.

Здоровьесберегающие технологии

Интенсивное развитие современного общества в последнее время предъявляет все более высокие требования к человеку и его здоровью. Забота о здоровье – одна из важнейших задач каждого человека. Тема здоровья актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Но еще более актуальным становится вопрос о состоянии здоровья детей. Поэтому особое значение в системе образования приобретает проблема разработки и реализации современных технологий по охране и укреплению здоровья детей, формированию здорового образа жизни.

На сегодняшний момент в дошкольных учреждениях большое внимание уделяется здоровьесберегающим технологиям, главным фактором которых является рациональная организация учебного процесса, соответствие методик и технологий обучения, способствующих развитию индивидуальных возможностей ребенка. Педагоги дошкольных учреждений, в том числе инструктора по физической культуре, должны комплексно решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные технологии здоровьесбережения.

Основная форма двигательной деятельности в ДООУ – физкультурные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование физических способностей каждого ребенка.

Занятия по содержанию - типовые, сюжетные, тематические, комплексные, интегрированные.

Оздоровительные технологии - используются в качестве вспомогательного средства в утренней гимнастике, как часть физкультурного занятия; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения.

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие. Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами.

Ритмическая гимнастика

Положительное влияние занятий ритмической гимнастики на организм подтверждается рядом отечественных и зарубежных исследователей. Она способствует быстрому переходу организма от сна к бодрствованию, настраивает центральную нервную систему на рабочий ритм, подготавливает организм к предстоящей активной деятельности. Содержание ритмической гимнастики составляют общеразвивающие упражнения, поэтому допустимо ее проведение с детьми дошкольного возраста. Ритмическая гимнастика – это прекрасное средство разностороннего физического развития и эстетического воспитания ребенка, которое не только благоприятно воздействует на все системы организма (сердечно - сосудистую, дыхательную, выделительную и т. д.), но и снимает психическое напряжение, повышает умственную и физическую работоспособность, улучшает самочувствие. А так как структура ритмической гимнастики достаточно гибкая, то широко применяется в детских дошкольных учреждениях. Музыка, используемая на гимнастике, повышает не только интерес и желание заниматься, но способствует более качественному исполнению движения, четкости, правильности, пластичности, выразительности.

Гимнастика для глаз.

Гимнастика для глаз для детей дошкольного возраста — это тренировка мышц органов зрения. Именно от них зависит, насколько хорошо будет видеть ребенок в дальнейшем и не будет ли у него проблем с глазами в школе. Специально разработанные комплексы упражнений призваны:

- успокоить нервную систему ребёнка;
- помочь мозгу переработать информацию, полученную через органы зрения;
- облегчить глазкам нагрузку, снять усталость, дать им отдохнуть;
- замедлить и даже вовсе остановить падение зрения или развитие астигматизма.

Нарушение зрения является частой причиной появления различных заболеваний глаз. Чтобы этого не допустить, следует уделять внимание режиму зрительной нагрузки. А специальные рекомендации и упражнения для глаз помогут сохранить и укрепить зрение ребенка.

Дыхательная гимнастика.

Дыхательная гимнастика положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани; способствуют восстановлению центральной нервной системы; улучшает дренажную функцию бронхов; восстанавливает нарушенное носовое дыхание; исправляет развившиеся в процессе заболеваний различные деформации грудной клетки и позвоночника.

Дыхательная гимнастика корректирует нарушения речевого дыхания, помогает выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха.

Выполнение дыхательной гимнастики помогает сохранить, укрепить здоровье ребенка. Она дает возможность зарядиться бодростью и жизнерадостностью, сохранять высокую работоспособность.

Игровой массаж.

Выполнение массажных манипуляций расширяет капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови и лимфы, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему. Использование игрового массажа повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма, нормализует вегетососудистый тонус, деятельность вестибулярного аппарата и эндокринных желез. Частота заболеваний верхних дыхательных путей снижается.

Пальчиковые игры.

Игры позволяют разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы. Они развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к рисованию, письму),

Гимнастика для стоп.

Основным средством профилактики плоскостопия является гимнастика для стоп, направленная на укрепление мышечно - связочного аппарата стоп и голеней, а также благотворно влияет на весь организм. Гимнастика для стоп обеспечивает увеличение общей и силовой выносливости мышц, в первую очередь нижних конечностей, повышает физическую работоспособность, формирует навык правильной осанки. Такая гимнастика оказывает правильное вспомогательное воздействие, улучшает кровоснабжение и тонизирует мышцы, подтягивающие свод стопы.

Психогимнастика.

Психогимнастика помогает детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дает возможность самовыражения. (Этюды, игры и упражнения, направленные на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка, как ее познавательной, так и эмоционально-личностной).

К психогимнастике можно отнести мимические упражнения; релаксацию; коммуникативные игры и танцы; этюды на развитие выразительности движений.

Релаксация – это снятие напряжения, расслабление, отдых. За основу упражнений по релаксации взяты приемы по дыхательной гимнастике,

мышечному и эмоциональному расслаблению. При проведении использую спокойную классическую музыку.

Подвижные и спортивные игры.

Игры, используемые в физическом воспитании, очень разнообразны. Их можно разделить на две больших группы: подвижные игры и спортивные. Спортивные игры – высшая ступень развития подвижных игр. Они отличаются от подвижных игр едиными правилами, определяющими состав участников, размеры и разметку площадки, продолжительность игры, оборудование и инвентарь и др., что позволяет проводить соревнования различного масштаба.

В игре ребёнок упражняется в самых разнообразных движениях: беге, лазании, перелезании, бросании, увёртывании, ловли и т.д., они благоприятно влияют на весь организм ребёнка в целом, так как при активном выполнении движений работают различные группы мышц, активизируется дыхание, кровообращение и обменные процессы. Это в свою очередь оказывает благотворное влияние на психическую деятельность. Оздоровительный эффект игр усиливается при проведении их на свежем воздухе.

Игры учат ребёнка действовать с большей ловкостью, целесообразностью и быстротой; выполнять правила, владеть собой, ценить товарищество.

Проектная деятельность

Проектная деятельность как педагогов, так и дошкольников существенно изменяет межличностные отношения между сверстниками и между взрослым и ребёнком.

Проектная деятельность позволяет нам:

- повысить профессиональный уровень педагогов и степень их вовлеченности в деятельность, сделать педагогический коллектив более сплоченным;
- формировать профессиональное взаимодействие педагогов с детьми дошкольного возраста, которое основывается на:
 - субъектном отношении педагога к ребенку;
 - индивидуальном подходе, учете зоны ближайшего развития ребенка;
 - мотивационном подходе;
 - доброжелательном отношении к ребенку;
- развивать систему продуктивного взаимодействия между участниками образовательного процесса (дети вовлекают в проект родителей, общаются между собой и с воспитателем, а при педагогическом проектировании общаются между собой все участники образовательного пространства детского сада);
- создавать продукты, которые можно предъявить социуму (возрастает уровень их оригинальности и социальной значимости, что способствует более успешному позиционированию детского сада).

Просветительские технологии: выпуск санбюллетеней, работа Школы здоровой семьи

В детском саду ведется работа по приобщению взрослых и детей к здоровому образу жизни. Уроки «Школы здоровой семьи» проводятся в каждой возрастной группе 1 раз в квартал и решают следующие задачи:
1. Расширять опыт участия в реализации предложенных форм взаимодействия: как в детском саду, так и за его пределами.

2. Приобщать родителей к активному участию в совместной с детьми и педагогами спортивной деятельности.
3. Развивать физические способности детей в совместных мероприятиях.
4. Активизировать педагогический потенциал семьи, систематизировать знания родителей в вопросах здоровьесбережения.
5. Пропагандировать здоровый образ жизни.
6. Привлекать к участию в выпуске газет, санбюллетеней.

2.2.2. Организация работы с детьми, соответствующей интересам детей и возможностям педагогов

В городе принята программа «Развитие инновационных процессов в образовании».

В связи с этим в детском саду разработана Концепция инновационной деятельности (итоги экспертизы – приказ управления образования от 31.05.2010 № 810) Тема: «Воспитание межнациональной культуры в условиях дошкольного образовательного учреждения». Основанием для выбора темы послужило следующее:

- анкетирование воспитателей о выборе направления инновационной деятельности, в результате которого оказалось, что социально – личностное направление выбрало 60 % опрошенных;
- опрос родителей в связи с поиском в городе возможностей обновления содержания дошкольного воспитания, который показал нежелание родителей формирования национальных групп. В большинстве анкет прослеживается понимание того, что вопросам гражданского, патриотического, нравственного воспитания необходимо уделять больше времени. Однако проводить его не с помощью разделения детей на национальные группы, а путем приобщения дошкольников к национальной культуре разных народов в доступных их возрасту формах.

Учитывая полученные данные, а также то, что у коллектива имеется опыт работы по ознакомлению детей с народами Поволжья, и была выбрана тема инновационной деятельности.

Составлен план игр народов Поволжья для старших и подготовительных групп (приложение №4)

2.2.3. Организация оздоровительной работы

Среди задач, решаемых ДООУ, ведущее место занимают вопросы, связанные с охраной жизни и здоровья детей – как физического, так и психического. Для реализации данных задач в ДООУ создан режим двигательной активности, обеспечивающий условия для развития детей, систематичность и взаимосвязь специалистов.

Режим двигательной активности воспитанников ДООУ.

Вид и форма	Продолжительность в минутах	Особенности

двигательной активности	1 мл.гр	2 мл.гр	средняя	старшая	подготов.	организации (дозировка, сезон)
1. Организованная образовательная деятельность						
Непрерывная образовательная деятельность	10 мин.	15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин	2 раза в неделю
Спортивный час		15 мин (в 1 полугодии)		25 мин	30 мин	1 раз в неделю
2. Физкультурно-оздоровительные мероприятия						
Утренняя гимнастика	5 -6 мин	5 -6 мин	6 -8 мин.	8 -10 мин	10 мин	ежедневно
Подвижные игры	6-10 мин	6-10 мин	10 -15 мин	15 -20 мин	20 -30 мин	ежедневно
Элементы спортивных игр и упражнений	6-10 мин	6-10 мин	10 -15 мин	15 мин	20 мин	ежедневно
Гимнастика после сна	5 -6 мин	5 -6 мин	6 -8 мин	5-10 мин	5-10 мин	ежедневно
Физкультминутки	Ежедневно до 3 минут					
Индивидуальная работа	15 мин	15 мин	15 мин	20 мин	20 мин	ежедневно (во взаимосвязи с инструктором по физо)
Самостоятельная двигательная активность (СДА)	Зависит от индивидуальных особенностей					ежедневно
Целевые прогулки	15 мин	20 мин				1 раз в месяц
Экскурсии			1 час	1 -1,5 ч.	1,5 -2 ч	1 раз в месяц
3. Активный отдых						
Элементарный туризм				1 -1,5 ч.	1,5 -2 ч	1 раз в полгода
Активные досуги и физкультурные развлечения	10 -15 мин	15 -20 мин				1 раз в месяц
			20 -25 мин	25 -30 мин	25 -30 мин	
Физкультурный праздник				40-50 мин	50 -60 мин	2 раза в год
Неделя здоровья	В соответствии с комплексно- тематическим планированием					1 раз в квартал
Итого обязательная нагрузка в день	50 мин+ СДА	50 мин+ СДА	56 мин+ СДА	78 мин.+ СДА	93 мин+ СДА	
в неделю (неделя -5 рабочих дней)	270 мин+ СДА	310 мин+ СДА	340 мин+ СДА	490мин.+ СДА	585 мин+ СДА	

В целях сохранения и укрепления психического здоровья и профилактики профессионального выгорания проводятся недели психологического здоровья.

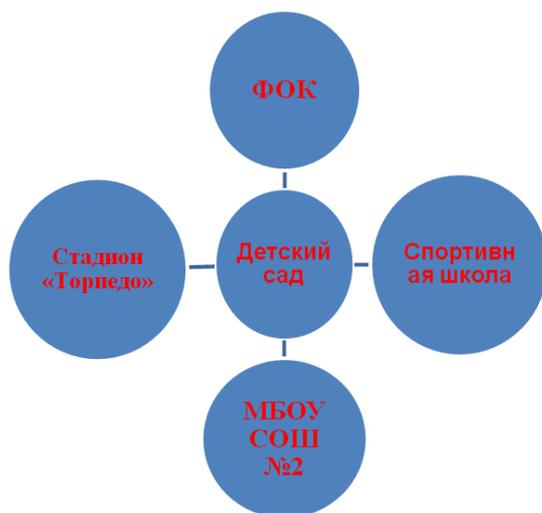
2.2.4. Описание форм взаимодействия ДОУ с социумом.

Сотрудничество детского сада с другими организациями позволяет разнообразить формы работы с дошкольниками, стимулировать развитие детей в рамках единого образовательного и социокультурного пространства,

способствовать развитию общих и специальных способностей у воспитанников детского сада, привлекать специалистов учреждения для повышения эффективности работы.

Взаимодействие осуществляется на договорной основе.

Схема сотрудничества ДОО с другими учреждениями



План взаимодействия ДОО с социумом

	Название объектов социума	Мероприятия	Месяц
1	Физкультурно-оздоровительный комплекс	День здоровья «Царство здоровья» - Экскурсия в тренажёрный зал. - Мастер-класс с мастерами спорта по тяжёлой атлетике М.А. Желтовым, с мастером спорта международного класса по тяжёлой атлетике В.И. Захаревичем. - Мастер-класс по дзюдо. Проводит мастер спорта по дзюдо Д.В. Тарасов - Занятия – тренировки.	Сентябрь Январь февраль март апрель
2	Стадион «Торпедо»	Мастер – класс «Игры на катке» «Святки – Колядки» (на коньках) «Весенний марафон» «Летняя Дошкольная Олимпиада»	декабрь январь май август
3	Спортивная школа	День здоровья: «Путешествие на сказочный остров здоровья».	Апрель
4	МБОУ СОШ №2	- Совместное спортивно – образовательное мероприятие «Встреча друзей» (с детьми 1 класса) - Экскурсия на урок физкультуры (на лыжах)	октябрь февраль

2.2.5. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Составлен план взаимодействия с семьями воспитанников.

План взаимодействия с семьями воспитанников средних групп

Месяц	Мероприятия	Формы работы
сентябрь	Развивающие игры с мячом. Семейная игротека	Игровое мероприятие.

октябрь	На зарядку, становись! Физическое воспитание в семье	Консультация Анкетирование
ноябрь	Использование русского фольклора в оздоровительной работе с детьми 4-5 лет	Наглядно – печатная информация
декабрь	Как сделать зимнюю прогулку с ребёнком приятной и полезной	Наглядно – печатная информация
январь	Обучение детей 4-5 лет ходьбе на лыжах	Буклет
февраль	Вместе с папой мы сильны!	Совместное образовательное мероприятие
март	О здоровье заботимся вместе	Выставка пособий, изготовленных мамами и бабушками
апрель	Школа скакалки	Мастер -класс
май	Игры с мячом из детства	Игровое мероприятие
июнь	В поход всей семьёй	Наглядно – печатная информация
июль	В защиту велосипеда	Консультация
август	Игры на воздухе для всей семьи	Консультация

План взаимодействия с семьями воспитанников старших групп

Месяц	Мероприятия	Формы работы
сентябрь	Родители – лучший пример для детей или как приучить ребёнка к зарядке	Наглядно – печатная информация
октябрь	Что такое здоровый образ жизни?	Анкетирование
ноябрь	Физическое воспитание и семья	Памятка
декабрь	Игры с ребёнком на зимней прогулке	Наглядно – печатная информация
январь	Все на лыжню!	Совместное образовательное мероприятие
февраль	В здоровом теле – здоровый дух	Буклет
март	«Вместе с мамой, вместе с папой» Игровые упражнения по профилактике плоскостопия.	Наглядно – печатная информация
апрель	Школа скакалки	Мастер - класс
май	Стадион в квартире	Наглядно – печатная информация
июнь	Знакомим детей с летними видами спорта	Буклет
июль	Игры нашего двора	Семинар - практикум
август	В поход всей семьёй	Наглядно – печатная информация

План взаимодействия с семьями воспитанников подготовительных групп

Месяц	Мероприятия	Формы работы
сентябрь	Влияние утренней гимнастики на физическое воспитание дошкольников	Рекомендации
октябрь	Памятка для родителей по формированию ЗОЖ у своих детей	Памятка
ноябрь	Русские народные подвижные игры – средство повышения эффективности физического воспитания детей старшего дошкольного возраста	Наглядно – печатная информация
декабрь	Как избежать травм при обучении детей ходьбе на лыжах	Наглядно-печатная информация
январь	Контроль за осанкой.	Наглядно-печатная информация
февраль	КВН «Наша славная армия»	Совместное образовательное

		мероприятие
март	Здоровые родители – здоровые дети	Беседа
апрель	Стадион в квартире	Буклет
май	В пользу велосипеда	Наглядно-печатная информация
июнь	Игры с детьми на отдыхе в летний период	Семинар - практикум
июль	Как провести выходной день с пользой для всей семьи	Консультация
август	Физкультура в детском саду	Консультация

III. Организационный раздел **Часть 1. Обязательная часть**

3.1.1. Описание материально – технического обеспечения программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения

При организации образовательной деятельности используются ресурсы ДОО, объединённые в единое образовательное пространство.

Реализация программы происходит в дополнительном помещении – спортивном зале, а также на спортивной площадке и в физкультурных уголках групп.

Описание обеспеченности методическими материалами

Для реализации программных задач в ДОО формируется фонд учебно – методической литературы и пособий. Обеспеченность учебно – методической литературой для реализации задач ОО «Физическое развитие» представлено в таблице

	Учебно – методические пособия
1.	«Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования». / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2014
2.	Т.С.Грядкина Образовательная область «Физическая культура». Как работать по программе «Детство»: учебно –методическое пособие/ науч.ред.:
3.	А.Г.Гогоберидзе –СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012
4.	А.Г.Гогоберидзе –СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012
5.	В.А.Деркунская Образовательная область «Здоровье». Как работать по программе «Детство»: учебно –методическое пособие/ науч.ред.:
6.	Г. Зайцев «Уроки Мойдодыра». С.- Пб. «Акцидент». 1997. Г.Зайцев «Уроки Айболита». С.-Пб. «Акцидент». 1997
7.	15. Кириллова Ю. А. Интегрированные физкультурно-речевые занятия для дошкольников с ОНР 4-7 лет. — СПб., ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013.
8.	16. Кириллова Ю. А. Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет. — СПб., ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2014.
9.	17. Кириллова Ю. А. Сценарии физкультурных досугов и спортивных праздников для детей от 3 до 7 лет. — СПб., ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013.
10.	Муллаева Н.Б. «Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников», Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2000г.
11.	Ноткина Н. А., Казьмина Л. И., Бойкович Н. Н. Оценка физического и нервно-психического развития детей дошкольного возраста. — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2006.

12.	Синкевич Е.А., Большева Т.В. «Физкультура для малышей», Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2000г.
13.	Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са – фи – дансе», Санкт-Петербург, «Детство-Пресс», 2000г
14.	Харченко Т.Е. Организация двигательной деятельности детей в детском саду – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2010

Описание средств обучения

✓ *Технические средства обеспечения Программы*

Для реализации программных задач в ДОО используются следующие технические средства:

- 1) Ноутбук
- 2) Компьютер
- 3) Мультимедийная установка с экраном
- 4) Магнитола
- 5) Аудио – видеотеки

✓ *Инструменты и оборудование*

- 1) Фортепиано
- 2) Снаряды (гимнастическая лестница, горка с крючками, лесенка- стремянка, тукник, скамейки, стойка для прыжков в высоту, канат, кольца, велосипеды, самокаты)
- 3) Оборудование (маты, резиновые коврики, дорожки, мячи, обручи, скакалки, мешочки для метания, предметы для ОРУ)

3.1.2. Организация распорядка и (или) режима дня

Все группы ДОО функционируют в режиме полного дня (12-часового пребывания) по пятидневной рабочей неделе.

Деятельность детей в группе выстроена в соответствии с возрастными возможностями и режимом дня, рекомендованным примерной основной общеобразовательной программой дошкольного образования. Режим дня составлен на основании требований СанПиН 2.4.1.3049-13. В ДОО существует два варианта режима дня: для холодного (с 01.09. – 31.05.) и теплого (1.06. – 31.08.) периодов года. Точная длительность периодов может быть скорректирована в зависимости от погодных условий и календаря.

Ежедневная организация жизни и деятельности детей строится с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей и социального заказа родителей. Все виды детской деятельности организуются с осуществлением лично-ориентированного подхода.

В первой половине дня организуются непосредственно образовательная деятельность, которая проводится как в групповой форме, так и по подгруппам. Подгруппы комплектуются в зависимости от поставленных задач и индивидуальных особенностей детей, их интересов. После дневного сна проводится кружковая и индивидуальная работа, а также непосредственно образовательная деятельность.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3-4 часов. Прогулка организовывается 2 раза в день: в первую половину - до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже минус 15 С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

Во время прогулки с детьми проводятся игры и физические упражнения, подвижные игры.

Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей составляет 5,5 - 6 часов.

Общая продолжительность суточного сна для детей старшего дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2,0 отводится дневному сну.

Самостоятельная деятельность детей (игры, подготовка к занятиям, личная гигиена) занимает в режиме дня не менее 3 - 4 часов.

Продолжительность непрерывной образовательной деятельности:

- в средней группе (дети пятого года жизни) не более 20 минут,
- в старшей группе (дети шестого года жизни) - не более 25 минут,
- в подготовительной (дети седьмого года жизни) - не более 30 минут.

Допускается осуществлять непрерывно - образовательную деятельность в первой младшей группе детей раннего возраста (от 1,5 до 3 лет) (игровая, музыкальная деятельность, общение, двигательная) в первую и во вторую половину дня (по 8 - 10 минут). В теплое время года непрерывно - образовательную деятельность осуществляется на участке во время прогулки.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки **в первой половине дня** в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут, соответственно, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа, соответственно.

Непрерывная образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется **во второй половине дня** после дневного сна, но не чаще 2-3 раз в неделю. Ее продолжительность составляет не более 25-30 минут в день.

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность статического характера, проводится физкультминутка.

Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Для профилактики утомления детей непрерывно - образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводится в первую половину дня в дни наиболее высокой работоспособности детей дошкольного возраста (вторник, среда). Допускается сочетание образовательной деятельности, требующей повышенной познавательной активности с образовательной деятельностью, направленной на физическое и художественно-эстетическое развитие дошкольников.

3.1.3. Описание традиционных событий, праздников, мероприятий

При организации образовательного процесса необходимо обеспечить единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, при этом следует решать поставленные цели и задачи, избегая перегрузки детей, на

необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму». Построение образовательного процесса на комплексно-тематическом принципе с учетом интеграции образовательных областей дает возможность достичь этой цели.

Построение всего образовательного процесса вокруг одной центральной темы дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления. Темы так или иначе соотносятся со значимыми событиями в жизни ребенка: праздниками, изменениями сезонов и пр.

Введение похожих тем в различных возрастных группах обеспечивает достижение единства образовательных целей и преемственности в детском развитии на протяжении всего дошкольного возраста, органичное развитие детей в соответствии с их индивидуальными возможностями.

Ниже представлено тематическое планирование образовательного процесса

Тематическое планирование в средней группе
Средняя группа

Месяц// общая тема месяца		Нормативные сроки прохождения темы	Тема
Сентябрь «Наш любимый детский сад»	1	1 неделя: 01.09.20 - 06.09.20	Я и мои друзья
	2	2 неделя: 07.09.20 - 13.09.20	Наши игры и игрушки
	3	3 неделя: 14.09.20 - 20.09.20	Наш организм и здоровье
	4	4 неделя: 21.09.20 - 27.09.20	Наши воспитатели
Октябрь «Что вокруг нас»	5	1 неделя: 28.09.20 - 02.10.20	Собираем урожай (овощи, фрукты)
	6	2 неделя: 05.10.20 - 11.10.20	Что изменилось в лесу (деревья, кустарники)
	7	3 неделя: 12.10.20 - 18.10.20	Что изменилось в лесу (грибы, ягоды)
	8	4 неделя: 19.10.20 - 25.10.20	Одежда и обувь
	9	5 неделя: 26.10.20 - 01.11.20	Матрешка и ее друзья
Ноябрь «Дружный хоровод»	10	1 неделя: 02.11.20 - 08.11.20	Город и горожане
	11	2 неделя: 09.11.20 - 15.11.20	Бабушкин сундучок (село)
	12	3 неделя: 16.11.20 - 22.11.20	Дикие звери к зиме готовятся
	13	4 неделя: 23.11.20 - 29.11.20	Зимующие птицы
Декабрь	14	1 неделя:	Домашние животные и детеныши

«Здравствуй, зимушка - зима»		30.11.20 - 06.12.20	
	15	2 неделя: 07.12.20-13.12.20	Домашние птицы и их детеныши
	16	3 неделя: 14.12.20 -20.12.20	Вокруг бело, много снега намело
	17	4 неделя: 21.12.20- 27.12.20	Советы Айболита
Январь «Мы любим зиму»	18	1 неделя: 11.01.21 -17.01.21	Праздники, сказки, забавы
	19	2 неделя: 18.01.21 -24.01.21	Почтальон Печкин спешит нас поздравить
	20	3 неделя: 25.01.21 -31.01.21	Проектная неделя (природоведение, краеведение)
Февраль «Кто сильнее всех»	21	1 неделя: 01.02.21 -07.02.21	Девочки и мальчики (одежда)
	22	2 неделя: 08.02.21 -14.02.21	Вокруг много интересного (материалы)
	23	3 неделя: 15.02.21 -21.02.21	Из чего же, из чего же (посуда)
	24	4 неделя: 22.02.22 -28.02.21	Наши папы и дедушки
Март «При солнышке –тепло, при матери -добро»	25	1 неделя: 01.03.21 -07.03.21	Люблю маму
	26	2 неделя: 09.03.21 -14.03.21	Любимая бабушка
	27	3 неделя: 15.03.21 -21.03.21	Весна - красна
	28	4 неделя: 22.03.21 -28.03.21	В гостях у сказки
Апрель «Будь осторожен»	29	1 неделя: 29.03.21-04.04.21	Чудесные вещи вокруг нас (бытовая техника)
	30	2 неделя: 05.04.21 -11.04.21	Идем в магазин (профессия продавец)
	31	3 неделя: 12.04.21 -18.04.21	На дороге не играй (профессия водитель)
	32	4 неделя: 19.04.21 -25.04.21	Спички детям не игра
Май «Дети –детство -радость»	33	1 неделя: 26.04.21 -07.05.21	Любим читать
	34	2 неделя: 11.05.21-16.05.21	Моя семья
	35	3 неделя: 17.05.21 -23.05.21	Любим бегать и играть
	36	4 неделя: 24.05.21 -31.05.21	Веселое путешествие по городу
Июнь		1 неделя: 01.06.21 -06.06.21	Неделя сказок и друзей
		2 неделя: 07.06.21 -13.06.21	Неделя города и России

		3 неделя: 14.06.21- 20.06.21	Лето как время года
		4 неделя: 21.06.21 -27.06.21	Неделя здоровья
Июль		1 неделя: 28.06.21 -04.07.21	Азбука безопасности
		2 неделя: 05.07.21- 11.07.21	Неделя семьи
		3 неделя: 12.07.21 -18.07.21	Неделя игры и игрушки
		4 неделя: 19.07.21 - 25.07.21	Литературная неделя
		5 неделя: 26.07.21 - 01.08.21	Экологическая неделя
Август		1 неделя: 02.08.21 -08.08.21	Спортивная неделя
		2 неделя: 09.08.21 -15.08.21	Театральная неделя
		3 неделя: 16.08.21 -22.08.21	Родной край
		4 неделя: 23.08.21 -31.08.21	Счастливое детство

Старшая группа

Месяц// общая тема месяца		Нормативные сроки прохождения темы	Тема
Сентябрь «Я и мои друзья»	1	1 неделя: 01.09.20 - 06.09.20	Я и мои друзья
	2	2 неделя: 07.09.20 -13.09.20	Наши игры и игрушки
	3	3 неделя: 14.09.20 -20.09.20	Советы Мойдодыра
	4	4 неделя: 21.09.20- 27.09.20	Наш детский сад
Октябрь «Осень»	5	1 неделя: 28.09.20 - 02.10.20	Осенняя пора – очей очарованье
	6	2 неделя: 05.10.20 -11.10.20	Что изменилось в природе
	7	3 неделя: 12.10.20- 18.10.20	Кто где работает
	8	4 неделя: 19.10.20- 25.10.20	Транспорт
	9	5 неделя: 26.10.20. -01.11.20	Наш город
Ноябрь «Мы живем в Поволжье»	10	1 неделя: 02.11.20 - 08.11.20	Симбирский край
	11	2 неделя: 09.11.20 -15.11.20	Где трудятся жители нашего города и области
	12	3 неделя: 16.11.20 -22.11.20	Волга - труженица
	13	4 неделя: 23.11.20- 29.11.20	Как животные к зиме готовятся

Декабрь «Зима»	14	1 неделя: 30.11.20 - 06.12.20	Встреча зимы
	15	2 неделя: 07.12.20-13.12.20	В зоопарке
	16	3 неделя: 14.12.20 -20.12.20	Самый славный зимний праздник
	17	4 неделя: 21.12.20- 27.12.20	Тайны, чудеса, превращения, сказки
Январь «Растем здоровыми и умными»	18	1 неделя: 11.01.21 -17.01.21	Зимние забавы
	19	2 неделя: 18.01.21 -24.01.21	Зимние сказки
	20	3 неделя: 25.01.21 -31.01.21	Проектная неделя (механика, краеведение)
Февраль «Слава России»	21	1 неделя: 01.02.21 -07.02.21	Почемучкина неделя
	22	2 неделя: 08.02.21 -14.02.21	Работы разные важны
	23	3 неделя: 15.02.21 -21.02.21	Славная наша Россия
	24	4 неделя: 22.02.22 -28.02.21	Наши защитники.
Март «При солнышке –тепло, при матери -добро»	25	1 неделя: 01.03.21 -07.03.21	Мамина неделя
	26	2 неделя: 09.03.21 -14.03.21	Я и другие люди
	27	3 неделя: 15.03.21 -21.03.21	Весна - красна
	28	4 неделя: 22.03.21 -28.03.21	В гостях у сказки
Апрель «Хочу все знать»	29	1 неделя: 29.03.21-04.04.21	Машины – помощники (бытовая техника)
	30	2 неделя: 05.04.21 -11.04.21	Как вести себя на улице
	31	3 неделя: 12.04.21 -18.04.21	Космос
	32	4 неделя: 19.04.21 -25.04.21	Не играй с огнем
Май «Дети –детство -радость»	33	1 неделя: 26.04.21 -07.05.21	Наши герои
	34	2 неделя: 11.05.21-16.05.21	Моя семья
	35	3 неделя: 17.05.21 -23.05.21	Цветущая весна
	36	4 неделя: 24.05.21 -31.05.21	Счастливое детство
Июнь		1 неделя: 01.06.21 -06.06.21	Неделя сказок и друзей
		2 неделя: 07.06.21 -13.06.21	Неделя города и России
		3 неделя:	Лето как время года

		14.06.21- 20.06.21	
		4 неделя: 21.06.21 -27.06.21	Неделя открытий
Июль		1 неделя: 28.06.21 -04.07.21	На улице – не в комнате
		2 неделя: 05.07.21- 11.07.21	Неделя семьи
		3 неделя: 12.07.21 -18.07.21	Неделя игры и игрушки
		4 неделя: 19.07.21 - 25.07.21	Литературная неделя
		5 неделя: 26.07.21 - 01.08.21	Экологическая неделя
Август		1 неделя: 02.08.21 -08.08.21	Неделя спорта и здоровья
		2 неделя: 09.08.21 -15.08.21	Театральная неделя
		3 неделя: 16.08.21 -22.08.21	Родной край
		4 неделя: 23.08.21 -31.08.21	Счастливое детство

Подготовительная группа

Месяц// общая тема месяца		Нормативные сроки прохождения темы	Тема
Сентябрь «Я -человек»	1	1 неделя: 01.09.20 - 06.09.20	Эмоции и чувства
	2	2 неделя: 07.09.20 -13.09.20	Я и мой организм
	3	3 неделя: 14.09.20 -20.09.20	С физкультурой дружим мы
	4	4 неделя: 21.09.20- 27.09.20	Что такое хорошо и что такое плохо ИЛИ наша жизнь в детском саду
Октябрь «Осень»	5	1 неделя: 28.09.20 - 02.10.20	Я - исследователь
	6	2 неделя: 05.10.20 -11.10.20	Осенняя пора – очей очарованье
	7	3 неделя: 12.10.20- 18.10.20	Люди разных профессий нужны городу
	8	4 неделя: 19.10.20- 25.10.20	Если бы я жил в селе...
	9	5 неделя: 26.10.20. -01.11.20	Наш город
Ноябрь «Я –гражданин мира»	10	1 неделя: 02.11.20 - 08.11.20	Симбирский край
	11	2 неделя: 09.11.20 -15.11.20	Необъятная Россия
	12	3 неделя: 16.11.20 -22.11.20	По странам и континентам.
	13	4 неделя: 23.11.20- 29.11.20	В мире животных

Декабрь «Зима»	14	1 неделя: 30.11.20 - 06.12.20	Встреча зимы
	15	2 неделя: 07.12.20-13.12.20	Что из чего сделано (мастерская деда Мороза)
	16	3 неделя: 14.12.20 -20.12.20	Зимние забавы
	17	4 неделя: 21.12.20- 27.12.20	Самый славный зимний праздник
Январь «Растем здоровыми и умными»	18	1 неделя: 11.01.21 -17.01.21	Зимние сказки
	19	2 неделя: 18.01.21 -24.01.21	Россия талантами полна.
	20	3 неделя: 25.01.21 -31.01.21	Проектная неделя («Что такое энергия», краеведение, история, социальные вопросы)
Февраль «Слава России»	21	1 неделя: 01.02.21 -07.02.21	Почемучкина неделя
	22	2 неделя: 08.02.21 -14.02.21	Прошлое и настоящее государства Российского.
	23	3 неделя: 15.02.21 -21.02.21	В мире знаменитых людей
	24	4 неделя: 22.02.22 -28.02.21	Наши защитники.
Март «При солнышке –тепло, при матери -добро»	25	1 неделя: 01.03.21 -07.03.21	Мамина неделя
	26	2 неделя: 09.03.21 -14.03.21	Творческая мастерская
	27	3 неделя: 15.03.21 -21.03.21	Весна-красна
	28	4 неделя: 22.03.21 -28.03.21	В гостях у сказки
Апрель «Хочу все знать»	29	1 неделя: 29.03.21-04.04.21	Машины – помощники (бытовая техника)
	30	2 неделя: 05.04.21 -11.04.21	Как вести себя на улице
	31	3 неделя: 12.04.21 -18.04.21	Космос
	32	4 неделя: 19.04.21 -25.04.21	Не играй с огнем
Май «Дети –детство -радость»	33	1 неделя: 26.04.21 -07.05.21	Праздник Победы
	34	2 неделя: 11.05.21-16.05.21	Моя семья
	35	3 неделя: 17.05.21 -23.05.21	Экологическая мозаика
	36	4 неделя: 24.05.21 -31.05.21	Здравствуй, школа!

3.1.4. Организация развивающей предметно – пространственной среды

– одно из условий качественной реализации задач образовательной программы ДОУ.

Развивающая предметно – пространственная среда должна обеспечивать полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: в сферах социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям

Образовательная среда должна:

- 1) гарантировать охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;
- 2) обеспечивать эмоциональное благополучие детей;
- 3) способствовать профессиональному развитию педагогических работников;
- 4) создавать условия для развивающего вариативного дошкольного образования;
- 5) обеспечивать открытость дошкольного образования;
- 6) создавать условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности.

Созданная в ДОО развивающая предметно-пространственная среда отвечает следующим требованиям:

- Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства Организации, группы, а также участка, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.
- Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.
- Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает:
 - реализацию различных образовательных программ;
 - учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется
 - образовательная деятельность;
 - учет возрастных особенностей детей.
- Насыщенность среды должна соответствовать возрастным возможностям детей и содержанию Программы.
- Трансформируемость пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.
- Полифункциональность материалов предполагает:

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

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

- Вариативность среды предполагает:

- наличие в Организации или группе различных пространств (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;

- периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

- Доступность среды предполагает:

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

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

- исправность и сохранность материалов и оборудования.

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

Материально – технические условия обеспечения программы

Реализация Программы происходит в дополнительном помещении – физкультурном зале. Имеется тренерская, в которой находится документация, а также атрибуты и оборудование для занятий.

Часть 2. Часть, формируемая организацией

3.2.1. Описание материально – технического обеспечения, обеспечения методическими материалами и средствами обучения в связи с реализацией технологий

Дополнительно представлено в связи с реализацией технологий:

1. Бучинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П. «Общеразвивающие упражнения в детском саду», Москва, Просвещение, 1990г
2. Доскин В.А., Голубева Л.Г. «Растём здоровыми», Москва, Просвещение, 2003г.
3. Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР», Москва, Просвещение, 1988г.
4. Осокина Т.И. «Физическая культура в детском саду», Москва, Просвещение, 1986г.
5. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С., «Игры и развитие детей на воздухе», Москва, Просвещение, 1986г.
6. Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет)», Москва, Владос, 2004г.
7. Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет», Москва, Просвещение, 1988г.
8. Фролов В.Г., Юрко Г.П. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста», Москва, Просвещение, 1983г.

9. Фомина А. И. «Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду», Москва, Просвещение, 1984г.
10. Шебеко В.Н., Ермак Н.Н. «Физкультурные праздники в детском саду», Москва, Просвещение, 2001г.
11. Щербак А. П. «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении», Москва, Владос, 2004г.
12. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет» (часть 1), Москва, Просвещение, 2003г.
13. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет» (часть 2), Москва, Просвещение, 2003г.
14. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет» (часть 3), Москва, Просвещение, 2003г.

3.2.2. Организация предметно-пространственной развивающей среды

Хорошо организованная физкультурная среда способствует поддержанию эмоционального благополучия детей и их развитию. Огромное значение для этого имеют оборудование, пособия, которые успешно используются детьми в их самостоятельных и специально организованных играх.

Перечень оборудования спортивного зала

Тип оборудования	Оборудование
Мебель	Шкаф секционный. Стол для педагога.
Настенно-планшетное оборудование	Стенды. Часы настенные.
Музыкальные средства обучения	Магнитофон, фортепиано Ноутбук
Детский спортивный инвентарь	- шведская стенка – 5 пролётов - теннисный стол – 1 шт. - гимнастические кольца – 1 шт. - гимнастические скамьи – 7 шт. - лестницы – стремянки- 2 шт. - гимнастические доски – 5 шт. - дуги для подлезания металлические – 2 шт. - дуги для подлезания деревянные - 4 комплекта - стойка для мячей – 1 шт. - корзина для мячей – 1 шт. - баскетбольные кольца – 2 шт. - дорожки для профилактики плоскостопия – 2 шт. - обручи – 40 шт. - мячи резиновые большие – 20 шт. - мячи резиновые средние – 20 шт. - мячи резиновые малые – 25 шт. - мячи волейбольные – 1 шт. - мячи баскетбольные – 4 шт. - мячи футбольные – 2 шт. - мячи набивные – 12 шт. - мячи массажные – 15 шт. - мячи – прыгуны – 6 шт. - скакалки – 22 шт. - флажки разного цвета – 40 шт. - ленточки разного цвета – 40 шт.

- платочки – 25 шт.
- кубики – 53 шт.
- погремушки – 38 шт.
- кегли – 30 шт.
- кегли для боулинга – 6 шт.
- гантели – 28 шт.
- мешочки – 30 шт.
- шнуры разной длины – 5 шт.
- маты спортивные – 4 шт.
- косички – 25 шт.
- гимнастические палки длинные - 11 шт.
- гимнастические палки короткие – 27 шт.
- коврики массажные – 7 шт.
- коврики индивидуальные – 8 шт.
- канат – 1 шт.
- самокат – 3 шт.
- велосипеды – 6 шт.
- бассейн с шариками - 1 шт.
- батуты – 2 шт.
- барьеры – 4 шт.
- тоннель – 3 шт.
- комплект мягких модулей.

Перечень нестандартного оборудования спортивного зала

Название	Количество
- Божьи коровки	3 шт.
- Гусеница	1 шт.
- Ёжик	1 шт.
- Змейка	1 шт.
- Удавчик	1 шт.
- Солнышко	1 шт.
- Дорожка с камушками	3 шт.
- Следы	4 шт.
- Верёвочки	25 шт.
- Ленточки	25 шт.
- Гантели	20 шт.
- Массажёры	16 шт.
- Снежки	25 шт.
- Султанчики	30 шт.
- Цветочки	20 шт.
- Грибочки	20 шт.
- Зонтики	20 шт.
- Бабочки	22 шт.
- Снежинки	12 шт.
- Волшебный зонтик	1 шт.
- Котята	2 шт.
- Колечки	20 шт.
- Тоннель	2 шт.

Перечень оборудования на спортивной площадке

Стационарное оборудование	Выносное оборудование
шведская стенка металлическая	- гимнастические скамьи – 4 шт.
лестница – стремянка металлическая	- лестницы – стремянки - 2 шт.
дуги металлические	- гимнастические доски – 2 шт.
рукоход металлический	- дуги для подлезания – 2 шт.

бум деревянный мостик деревянный яма для прыжков	<ul style="list-style-type: none"> - корзина для мячей – 1 шт. - баскетбольные кольца – 2 шт. - дорожки для профилактики плоскостопия – 4 шт. - обручи – 20 шт. - мячи резиновые большие – 20 шт. - мячи резиновые средние – 20 шт. - мячи резиновые малые – 25 шт. - мячи волейбольные – 3 шт. - мячи баскетбольные – 2 шт. - мячи футбольные – 3 шт. - мячи набивные – 8 шт. - мячи массажные – 25 шт. - мячи надувные – 7 шт. - шарики разноцветные – 25 шт. - мячи – прыгуны – 4 шт. - скакалки – 22 шт. - флажки разного цвета – 40 шт. - ленточки разного цвета – 40 шт. - платочки – 20 шт. - кубики – 20 шт. - погремушки – 40 шт. - кегли – 30 шт. - мешочки – 30 шт. - шнуры разной длины – 5 шт. - косички – 20 шт. - гимнастические палки длинные – 11 шт. - гимнастические палки короткие – 20 шт. - самокат – 2 шт. - барьеры – 4 шт. - дорожка с камушками – 1 шт. - сетка волейбольная – 1 шт. - щиты для метания
--	---

3.2.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий в ДОО

Оздоровительные технологии используются, как на утренней гимнастике, так и в непрерывной образовательной деятельности. Также применяются в спортивных досугах и праздниках.

План физкультурных развлечений в средних группах

Месяц	Название	Неделя проведения
сентябрь	Магазин мячей	2
октябрь	Осенние гуляния	2
ноябрь	В гостях у матрешки («Здоровье дошкольника» № 6, 2009)	1
декабрь	Зимушка – забавушка	3
январь	Как белые медведи со спортом подружились	3
февраль	Ловкие ребята	4
март	Сказка о глупом мышонке» (Д/в №11 2016)	4
апрель	Огонь – друг и враг («Здоровье дошкольника» № 1, 2011, № 3, 2010)	4
май	Королевство волшебных мячей	3
июнь	Айболит спешит на помощь	3
июль	Цветики – цветочки	2
август	Юные водители	1

План физкультурных развлечений в старших группах

Месяц	Название	Неделя проведения
сентябрь	Царство спортивных мячей (Здоровье дошкольника, №2, 2013)	1
октябрь	Путешествие в лесное царство	1
ноябрь	Народный разгуляй	1
декабрь	Джунгли зовут (конспект) (Д/в №6, 2005)	3
январь	Зимушка хрустальная («ДП», № 6, 2005)	1
февраль	Как Баба Яга внука в Армию провожала (конспект)	4
март	Встреча с Бармалеем	4
апрель	«Светофор Мигалович» («Дошкольное воспитание», №3, 2013)	2
май	Папы и дочери, мамы и сыночки» («Дошкольная педагогика» №2, 2008)	4
июнь	Волшебница Вода	4
июль	День семьи и любви	1
август	Фестиваль игр	4

План физкультурных развлечений в подготовительных группах

Месяц	Название	Неделя проведения
сентябрь	Поле волшебных мячей	3
октябрь	По тропинке с рюкзаком	3
ноябрь	Единый народ – единая сила	3
декабрь	Кабы не было зимы (Дошкольная педагогика, №2, 2010)	3
январь	Зимняя спартакиада	1
февраль	Зарничка	4
март	В гостях у сказки (Харченко «Физкультурные праздники»)	4
апрель	Путешествие к звезде спорта («Ребенок в детском саду» № 2, 2011)	2
май	День Победы («Здоровье дошкольника» № 2, 2011)	1
июнь	Играй – город	4
июль	День семьи и любви	1
август	Фестиваль игр	4

3.2.4. Учебный план

Учебный план состоит из почасовой сетки непрерывной образовательной деятельности.

Вид деятельности// Вид образовательной ситуации	Программа	Количество образовательных ситуаций (в неделю/месяц (4 недели), год (36 недель))
Двигательная деятельность// занятие	Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования/ Т.И.Бабаева, А.Г.Гогоберидзе, О.В. Солнцева и	2/8/72

физической	др.-СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО - ПРЕСС», 2014 «Примерная адаптированная основная образовательная программа для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет» // Н.В.Нищева– СПб: «Детство -пресс», 2015	
------------	---	--

3.2.5. Модели организации образовательного процесса (на месяц, неделю, день)

Модель организации образовательного процесса на неделю

Формы образовательной деятельности в режимных моментах	Количество форм образовательной деятельности и культурных практик в неделю		
	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Подвижные игры	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Двигательная активность			
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Закаливающие, гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Спортивные упражнения и / или элементы спортивных игр	В холодный период -1 раз в неделю В теплый период - ежедневно	В холодный период - 1 раз в неделю В теплый период - ежедневно	В холодный период -1 раз в неделю В теплый период - ежедневно
Спортивный час		1 раз в неделю	1 раз в неделю

Модель организации образовательного процесса в течение дня

Направления развития ребёнка	Содержательная наполняемость дня
Физическое развитие	Утренняя гимнастика Гимнастика после сна Закаливающие мероприятия (специальные) и в повседневной жизни Спортивные упражнения Подвижные игры Игры малой подвижности Элементы спортивных игр Физкультурные досуги, праздники

Модели организации образовательного процесса (на месяц, неделю, день)

Модель организации образовательного процесса на месяц



ДЕТСКИЙ САД № 56 "Сказка"

ДЕТСКИЙ САД № 56 "Сказка"