

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3 имени Анатолия Антоновича
Ивасенко»

ПРИНЯТО
На педагогическом совете
МБОУ «СОШ №3 им. А.А.
Ивасенко»
протокол № 1 от 04.09.2023
год

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МБОУ «СОШ №3
им. А.А. Ивасенко»
Скокова А.А.
Приказ №865 от 01.09.2023



Рабочая программа

по освоению образовательной области «Физическое развитие»

«Физическая культура для детей 2-7 лет»,

(разработана с учетом Федеральной образовательной программы)

на 2023-2024 учебный год

Разработал:
инструктор по
физической культуре
Гаас Лидия Игоревна

г. Нефтеюганск, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	4
1.1. Пояснительная записка.	4
1.2. Планируемые результаты реализации Программы.	8
1.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.	13
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	18
2.1. Содержание образовательной области по освоению детьми ОО «Физическое развитие».....	18
2.2. Вариативные формы, методы и средства реализации Программы.	45
2.3. Применяемые образовательные технологии.....	45
2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.....	46
2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы.....	48
2.6. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями обучающихся.	49
2.7. Направления и задачи коррекционно – развивающей работы.....	51
2.8. Рабочая программа воспитания	59
2.8.1. Цели и задачи воспитания в процессе оздоровления и физического развития.	59
2.8.2. Направления воспитания.	60
2.8.3. Целевые ориентиры образовательной области «Физическое развитие».....	66
2.8.5. Воспитывающая среда образовательной организации.	76
2.8.6. Организация предметно – пространственной среды.	78
2.8.7. Требования к условиям работы с особыми категориями людей.	79
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	82
3.1. Психолого – педагогические условия реализации Программы.	82
3.2. Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды.	83
3.3. Материально – техническое обеспечение Программы	83
3.4. Кадровые условия реализации Программы.	86
3.5. Организация образовательного процесса	90

3.6.Календарный план воспитательной работы.....	97
3.6.1.Перспективное планирование НОД по физической культуре.	97
3.6.2.Взаимодействие инструктора по физической культуре со специалистами.....	116
3.6.3.Перспективное планирование развлечений музыкального руководителя и инструктора физической культуры на 2023-2024 учебный год.....	118
3.6.4.Совместное перспективное планирование праздников музыкального руководителя и инструктора физической культуры на 2023-2024 учебный год.....	119
3.6.5.Перспективное планирование консультаций по физической культуре на 2023 – 2024 учебный год.....	120
IV. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ.....	122
Перечень литературных источников.....	126
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	129

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка.

Данная рабочая программа является нормативно - управленческим документом образовательного учреждения, характеризующей систему организации физической культуры педагога.

Рабочая программа показывает, как с учетом конкретных условий образовательных потребностей и особенностей физического развития детей дошкольного возраста педагог создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

В условиях дошкольного образования и с учетом его специфики данная система представляет собой оптимальные психолого-педагогические условия, обеспечивающие становление общечеловеческих ценностей, базиса личностной культуры, социальную успешность ребенка дошкольного возраста. Составляющими этих условий являются:

- содержательные условия;
- организационные условия;
- технологические условия (принципы, методы, приемы);
- материально-технические условия (развивающая среда);
- социально - культурные условия (взаимодействие с родителями);
- контрольно-диагностические условия.

Нормативно-правовой базой для разработки Программы являются:

• Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменением, внесенным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776).

• Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». (зарегистрировано Минюстом Российской Федерации 2 ноября 2022г., регистрационный №70809) (в ред. от 29.12.2022);

• Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809
• Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «О стратегии развития воспитания до 2025 года» ;

• Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 15апреля 2022г.№243 «Обутверждении Порядка формирования федерального

перечня электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального, основного, среднего общего образования»

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022г. №874 (зарегистрировано Минюстом Российской Федерации 2 ноября 2022г., регистрационный №70809);

- Национальная доктрина образования РФ на период до 2025 года.

- Указ президента РФ от 7 мая 2018 года №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

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

- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28;

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27 октября 2020 г. № 32;

- Устав муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №3 имени Анатолия Антоновича Ивасенко»

Основой для разработки рабочей программы по физической культуре являются:

- Программа и методические рекомендации. Физическое воспитание в детском саду. Э.Я. Степаненкова, М.: Мозаика – Синтез, 2006г

- Примерная программа «От рождения до школы» Н. Е. Веракса, М. А. Васильевой, Т. С. Комаровой (2015 г)

- Парциальная программа физического развития детей 3 – 7 лет «Малыши – крепыши» О.В. Бережнова, В.В. Бойко (2017 г)

- Примерные рабочие программы по физическому развитию детей 3 – 7 лет Л.И. Пензулаевой (2017 г)

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса к занятиям

физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение задач:

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

В данной рабочей программе представлены занятия, разработанные с учётом возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностей детей. Занятия построены по общепринятой структуре и включают обучение основным видам движений, комплексы упражнений общеразвивающего характера с различными предметами и подвижные игры.

Система оздоровительных мероприятий предусматривает:

- охрану и укрепление здоровья детей,
 - полноценное физическое развитие ребенка,
 - различную двигательную деятельность,
- привитие стойкого интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Программа реализуется на русском языке в течение всего времени пребывания детей в дошкольных группах образовательного учреждения. Программа может корректироваться в связи с изменениями:

- нормативно-правовой базы,
- образовательного запроса родителей,
- видовой структуры групп.

Цель Программы - разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Задачи Программы:

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм,

взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;

- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития;

- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в т.ч. их эмоционального благополучия;

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

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;

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

1.2. Планируемые результаты реализации Программы.

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

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

Общие показатели физического развития.

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

Планируемые результаты освоения программы:

- Укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;
- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и двигательного опыта детей;
- Овладение и обогащение основными видами движения;
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Планируемые результаты по ФОП

Планируемые результаты в раннем возрасте (к трем годам)	
<p>- у ребёнка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры;</p> <p>- ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга; прыгать на двух ногах на месте и с продвижением вперед; брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч; ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезть через гимнастическую скамейку.</p>	
Планируемые результаты в дошкольном возрасте	
К четырем годам	К пяти годам
<p>- ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;</p> <p>- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;</p> <p>- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного</p>	<p>- ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;</p> <p>- ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;</p> <p>- ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать</p>

<p>движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;</p> <p>- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление; умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя; сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы; может ползать на четвереньках, лазать по наклонной лесенке, гимнастической стенке произвольным способом; энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см; может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.</p>	<p>свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;</p> <p>- ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений; лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками; принимать правильное исходное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 70 см; ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м; принимать правильное исходное положение при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю (пол) не менее пяти раз подряд; выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие; строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу; ориентироваться в пространстве, находить левую и правую сторону; придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения; выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений.</p>
<p>К шести годам</p>	<p>К семи годам</p>
<p>- ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям,</p>	<p>- у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;</p> <p>- ребёнок владеет основными движениями и</p>

пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

- ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;

- ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

- ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;

- выполняет ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп; умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа; может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см); прыгать в обозначенное место с высоты 30 см; прыгать в длину с места (не менее 80 см), с

элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

- ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;

- ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

- ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;

- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

- ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

- ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;

- выполняют правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье);

разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку; умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м; в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м; сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой; отбивать мяч о землю на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м); владеет школой мяча; выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие; умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

- могут прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см, мягко приземляться;
- прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега - 180 см, в высоту с разбега - не менее 50 см;
- прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами; могут бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м, метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м, метать предметы в движущуюся цель;
- умеют перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в две шеренги после расчета на первый-второй, соблюдать интервалы во время передвижения;
- выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;
- следят за правильной осанкой;
- участвуют в играх с элементами спорта (бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей);
- проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности.

1.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.

Оценивание качества образовательной деятельности по Программе осуществляется в форме педагогической диагностики.

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

2. Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится педагогом в произвольной форме на основе наблюдения, свободных бесед с детьми, анализа продуктов детской деятельности (рисунков, работ по лепке, аппликации, построек, поделок и тому подобное), специальных диагностических ситуаций.

3. Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует РППС, мотивирующую активную творческую деятельность обучающихся, составляет индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной Программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс.

4. Педагогическая диагностика в ДОУ проводится два раза в год (в начале и конце учебного года)

Методика организации мониторинга подобрана специалистом инструкторам по физической культуре в соответствии с реализуемой Программой.

Мониторинг проходит с использованием методических рекомендаций Н.Л. Петренкиной «Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста: методические рекомендации»; «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: методические рекомендации» Т.А.Тарасова.

Критерии оценки при диагностике детей средней, старшей и подготовительной группы

Тестирование уровня физической подготовленности детей. Представляется, что наиболее объективными и интегральными показателями уровня развития физической подготовленности детей являются количественные и качественные результаты выполнения определенных двигательных заданий:

1. Тест на определение скоростных качеств:

Цель: Определить скоростные качества в беге на 30 м. с высокого старта.

Методика: В забеге участвуют не менее двух человек. По команде “На старт!” участники подходят к линии старта и занимают исходное положение. По команде “Внимание!” наклоняются вперед и по команде “Марш!” бегут к линии финиша по своей дорожке. Фиксируется лучший результат.

2. Тест на определение выносливости:

Цель: Определить выносливость в непрерывном беге на 90 м (300м) у детей дошкольного возраста.

Методика: Бег можно выполнять как в спортивном зале, так и на стадионе. В забеге одновременно участвуют 6-8 человек.

Заранее разметить дистанцию - линию старта и половину дистанции. Инструктор по физическому воспитанию бежит впереди колонны в среднем темпе 1-2 круга, дети бегут за ним, затем дети бегут самостоятельно, стараясь не менять темпа. Бег продолжается до появления первых признаков усталости. Тест считается правильно выполненным, если ребёнок пробежал всю дистанцию без остановок. В индивидуальную карту записываются два показателя: продолжительность бега и длина дистанции, которую пробежал ребёнок.

3. Тест на определение скоростно-силовых качеств:

Скоростно-силовые способности, являются соединением силовых и скоростных способностей. В основе их лежат функциональные свойства мышечной и других систем, позволяющие совершать действия, в которых наряду со значительной механической силой требуется и значительная быстрота движений.

Цель: Определить скоростно-силовые качества в прыжке в длину с места.

Методика: Ребёнок встаёт у линии старта, отталкивается двумя ногами, делая интенсивный взмах руками, и прыгает на максимальное расстояние в прыжковую яму. При приземлении нельзя опираться сзади руками. Расстояние измеряется от линии до пятки сзади стоящей ноги. Записывается лучший результат.

4. Тест на определение гибкости:

Цель: Определить гибкость, стоя на гимнастической скамейке у детей дошкольного возраста
Методика: Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамейке: Ребёнок становится на гимнастическую скамейку (поверхность скамейки соответствует нулевой отметки). Наклониться вниз, стараясь не сгибать колени. По линейке установленной перпендикулярно скамье, записать тот уровень, до которого дотянулся ребёнок кончиками пальцев. Если ребёнок не дотягивается до нулевой отметки (поверхности скамьи), то результат засчитывается со знаком минус. Во время выполнения данного теста можно использовать игровой момент “достань игрушку”.

Если ребенок испытывает чувство страха можно выполнять наклон вперёд из положения, сидя на полу: На полу мелом наносится линия А-Б, а от её середины - перпендикулярная линия, которую размечают через 1см. Ребёнок садится так, чтобы пятки оказались на линии А-Б. Расстояние между пятками-20-30см., ступни вертикальны. Выполняется три разминочных наклона, и затем четвёртый, зачётный. Результат определяют по касанию цифровой отметки кончиками пальцев соединенных рук.

5. Тест на определение координационных способностей:

Цель: Определить способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки в челночном беге 3*10 м.

Методика: В забеге могут принимать участие один или два участника. Перед началом забега на линии старта и финиша для каждого участника кладут кубики. По команде “На старт!” участники выходят к линии старта. По команде “Марш!” бегут к финишу, обегая кубик на старте и на финише и так три раза. Фиксируется общее время бега.

6. Тест на определение силовой выносливости:

Цель: Определить силовые качества в сгибание туловища.

Методика: Испытуемый лежит на спине, руки за головой, ноги удерживаются партнером (колени прямые, стопы прижаты к опоре). По команде «Можно» испытуемый выполняет сгибание туловища до вертикали (сед прямой), затем возвращается в исходное положение. Упражнение выполняется максимальное количество раз в течение одной попытки.

- Данные тесты прошли широкую апробацию в ДООУ различного вида;
- Утверждены Министерством образования РФ;
- Полностью соответствуют анатомо-физиологическим особенностям дошкольников;
- Имеют минимум медицинских противопоказаний; не требуют больших временных затрат.

Критерии оценки при диагностике детей I и II младшей группы

1. Ходьба

Могут ходить прямо, не шаркая, сохраняя заданное воспитателем направление; выполнять задания воспитателя: остановиться, присесть, повернуться.

2. Бег

Могут бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указанием воспитателя.

3. Равновесие

Могут сохранять равновесие при ходьбе, и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.

4. Ползание, лазанье

Могут ползать на четвереньках, лазать по гимнастической стенке произвольным способом.

5. Прыжки

Могут энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40 см.

6. Упражнения с мячом

Могут катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить.

7. Метание

Могут метать предметы правой и левой рукой на расстояние на менее 4 м.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание образовательной области по освоению детьми ОО «Физическое развитие» «Физическое развитие»

Комментарии из ФГОС		Задачи образования			
<p>Включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).</p>		<p>Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:</p> <p>воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;</p> <p>формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни; становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;</p> <p>воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;</p> <p>приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;</p> <p>формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.</p>			
Содержание образовательной работы					
Направления	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Формирование основ здорового образа жизни: педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-	Формирование основ здорового образа жизни: педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать	Формирование основ здорового образа жизни: педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах,	Формирование основ здорового образа жизни: педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о	Формирование основ здорового образа жизни: педагог расширяет, уточняет и закрепляет

	<p>гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закалывающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.</p>	<p>за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила). Активный отдых. Физкультурные досуги: досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения. Дни здоровья: в этот день проводятся</p>	<p>положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закалывания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта. Активный отдых. Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов. Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе,</p>	<p>факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, использовании спортивного инвентаря и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе</p>	<p>представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, использовании спортивного инвентаря, оборудованием), во время туристских</p>
--	---	--	--	--	--

		<p>подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал</p>	<p>продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально- ритмические и танцевальные упражнения. Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России. Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.</p>	<p>туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).</p> <p>Активный отдых.</p> <p>Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.</p> <p>Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные</p>	<p>прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.</p> <p>Активный отдых.</p> <p>Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических</p>
--	--	--	---	--	---

				<p>игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.</p> <p>Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.</p> <p>Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.</p> <p>Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в</p>	<p>упражнений Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.</p> <p>Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.</p> <p>Дни здоровья: проводятся 1 раз в</p>
--	--	--	--	--	---

				<p>одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.</p>	<p>квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки. Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.</p> <p>Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой</p>
--	--	--	--	--	---

					<p>славы, трудом людей разных профессий. Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении</p>
--	--	--	--	--	---

					препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.
Физическая культура	<p>Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения).</p> <p>Основные движения: бросание, катание, ловля: скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50-100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в</p>	<p>Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на</p>	<p>формировать двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной</p>	<p>совершенствовать двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет</p>	<p>обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки; развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество; поощрять соблюдение</p>

<p>горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100-125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребёнка с расстояния 1-1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м;</p> <p>ползание и лазанье: ползание на животе, на четвереньках до погребушки (флажка) 3-4 м (взяв её, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30-40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом;</p> <p>ходьба: ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке</p>	<p>месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.</p> <p>Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.</p> <p>Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.</p> <p>Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять</p>	<p>двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.</p> <p>Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.</p> <p>Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p> <p>Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-</p>	<p>осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.</p> <p>Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности.</p> <p>Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.</p> <p>Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая</p>	<p>правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде; воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха; формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта; сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного</p>
--	---	---	--	--

<p>(флажок, платочек, ленточка и другие); враспынную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки;</p> <p>бег: бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40-30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20-30-40 секунд; медленный бег на расстояние 40-80 м;</p> <p>прыжки: прыжки на двух ногах на месте (10-15 раз); с продвижением вперед, через 1-2 параллельные линии (расстояние 10-20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20-30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребёнка на 10-15 см;</p> <p>упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (ширина 20 см,</p>	<p>правила в подвижных играх.</p> <p>Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.</p> <p>Подвижные игры.</p> <p>Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности.</p> <p>Организовывать игры с правилами.</p> <p>Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.</p> <p>Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.</p> <p>Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.</p>	<p>3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;</p> <p>ползание, лазанье: ползание на четвереньках «змейкой» между</p>	<p>гимнастика и строевые упражнения). Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой {правой и левой}; прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;</p> <p>ползание, лазанье:</p>	<p>поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий; воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.</p> <p>В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.</p> <p>Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие</p>
--	---	--	--	--

	<p>длина 2-3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10-15 см); ходьба по извилистой дорожке (2-3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте.</p> <p>В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаясь определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения.</p> <p>Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад,</p>		<p>расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;</p> <p>ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе,</p>	<p>ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;</p> <p>ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по</p>	<p>упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать. Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.</p> <p>Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p> <p>Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его</p>
--	---	--	---	---	--

	<p>за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад;</p> <p>упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребёнку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднятие рук и ног из исходного положения лежа на спине;</p> <p>упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое;</p> <p>музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых</p>		<p>в стороны (плечи развести), за спиной);</p> <p>бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег враспынную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег враспынную с ловлей и увертыванием;</p> <p>прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м;</p>	<p>два вдоль границ зала, обозначая повороты;</p> <p>бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2х10 м, 3х10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;</p> <p>прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии,</p>	<p>двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).</p> <p>ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад;</p>
--	--	--	--	--	---

<p>упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание «пружинка», приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения.</p> <p>педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке.</p> <p>Подвижные игры: игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных</p>		<p>перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;</p> <p>упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны. Педагог обучает</p>	<p>из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); выпрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;</p> <p>прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;</p> <p>упражнения в равновесии: ходьба по</p>	<p>на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;</p> <p>ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;</p> <p>бег: бег в колонне по одному, в рассыпную,</p>
---	--	---	--	---

	<p>играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).</p>		<p>разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.</p> <p>Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;</p> <p>упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпусавправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине,</p>	<p>шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднятие на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».</p> <p>Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.</p> <p>Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса:</p>	<p>парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности; прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом</p>
--	--	--	--	---	--

			<p>на животе, стоя на четвереньках; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.</p> <p>Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в</p>	<p>поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднятие рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжатие и разжатие кистей;</p> <p>упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднятие рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднятие ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;</p> <p>упражнения для развития</p>	<p>кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;</p> <p>прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.</p> <p>упражнения в</p>
--	--	--	--	--	--

			<p>комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.</p> <p>Ритмическая гимнастика: музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры.</p> <p>Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное</p>	<p>и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место. Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих</p>	<p>равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и</p>
--	--	--	--	--	---

			<p>«выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.</p> <p>Строевые упражнения: педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, в рассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.</p> <p>Подвижные игры: педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает</p>	<p>упражнений. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.</p> <p>Ритмическая гимнастика: музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры.</p> <p>Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкой ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой</p>	<p>сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».</p> <p>Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.</p> <p>Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками;</p>
--	--	--	---	---	--

			<p>пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей(придумывание и комбинирование движений в игре).</p> <p>Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.</p> <p>Катание на санках: подъем с</p>	<p>галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.</p> <p>Строевые упражнения: педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.</p> <p>Подвижные игры: педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в</p>	<p>круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание</p>
--	--	--	--	--	---

			<p>санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.</p> <p>Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.</p> <p>Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуёлочкой».</p> <p>Плавание: погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.</p>	<p>сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.</p> <p>Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование</p>	<p>стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, переключивание их с места на место.</p> <p>Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качество выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением.</p> <p>Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое).</p> <p>Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и</p>
--	--	--	--	--	---

				<p>движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.</p> <p>Спортивные игры: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.</p> <p>Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур.</p> <p>Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.</p> <p>Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.</p> <p>Элементы футбола: отбивание мяча правой и</p>	<p>творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.</p> <p>Ритмическая гимнастика: музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физических занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие</p>
--	--	--	--	---	--

				<p>левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.</p> <p>Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.</p> <p>Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.</p> <p>Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.</p>	<p>упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.</p> <p>Строевые упражнения: педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в</p>
--	--	--	--	--	---

				<p>Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.</p> <p>Плавание: с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом.</p>	<p>шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.</p> <p>Подвижные игры: педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться</p>
--	--	--	--	--	--

					<p>впространстве. Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.</p>
--	--	--	--	--	--

					<p>Спортивные игры: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.</p> <p>Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.</p> <p>Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в</p>
--	--	--	--	--	---

					<p>корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.</p> <p>Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяча «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.</p> <p>Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с</p>
--	--	--	--	--	---

					<p>места и после ведения.</p> <p>Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.</p> <p>Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.</p> <p>Спортивные упражнения: педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.</p> <p>Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.</p> <p>Ходьба на лыжах:</p>
--	--	--	--	--	--

					<p>скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку «лесенкой», «ёлочкой».</p> <p>Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.</p> <p>Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.</p>
--	--	--	--	--	--

					<p>Плавание: погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх - вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10-15 м); упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры</p>
--	--	--	--	--	---

2.2. Вариативные формы, методы и средства реализации Программы.

Формы, способы, методы и средства реализации Программы определяются в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов. Существенное значение имеют сформировавшиеся у педагога практики воспитания и обучения детей, оценка результативности форм, методов, средств образовательной деятельности применительно к конкретной возрастной группе детей.

Согласно ФГОС ДО используются различные формы реализации Программы в соответствии с видом детской деятельности и возрастными особенностями детей:

- игровая деятельность (сюжетно-ролевая, строительно-конструктивная, дидактическая, подвижная и другие);
- общение со взрослым (ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное) и сверстниками (ситуативно-деловое, внеситуативно-деловое);
- речевая деятельность (слушание речи взрослого и сверстников, активная диалогическая и монологическая речь);
- познавательно-исследовательская деятельность и экспериментирование;
- изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация) и конструирование из разных материалов по образцу, условию и замыслу ребёнка;
- двигательная деятельность (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр и другие);
- элементарная трудовая деятельность (самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, ручной труд);
- музыкальная деятельность (слушание и понимание музыкальных произведений, музыкально-ритмические движения).

2.3. Применяемые образовательные технологии.

При реализации Программы используются различные образовательные технологии, в т.ч. дистанционные образовательные технологии, исключая образовательные технологии, которые могут нанести вред здоровью детей. Применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, а также работа с электронными средствами обучения при реализации Программы осуществляются в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм организации физкультурно – оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья и др.);
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

В каждой возрастной группе физкультура проводится 3 раза в неделю в спортивном зале. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность занятия по физической культуре:

12 мин. - 2-я группа раннего возраста

15 мин. - младшая группа 20 мин. - средняя группа 25 мин. - старшая группа

30 мин. - подготовительная к школе группа

Занятие по физической культуре состоит из трех частей:

Вводная – помогает организовать, собрать и активировать внимание, вызвать у них интерес к занятию, создать бодрое настроение. В нее входит: беседа, построения, перестроения, упражнения в ходьбе, беге.

Основная – в ней формируются двигательные навыки и умения, развиваются физические качества. В нее входит: общеразвивающие упражнения с предметами и без, основные виды движений, подвижная игра.

Заключительная – снижение физической нагрузки, приведение организма ребенка в относительно спокойное состояние, сохранив при этом бодрое настроение, подведение итогов занятия. В нее входит: игра малой подвижности, пальчиковая гимнастика, движения со словами, дыхательная гимнастика, самомассаж, различные виды ходьбы.

Занятие по физической культуре может быть организовано разнообразно:

- ✓ по традиционной схеме
- ✓ состоящие из набора подвижных игр и игровых заданий большой, средней и малой интенсивности.
- ✓ тренировки в основных видах движений
- ✓ ритмическая гимнастика
- ✓ соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей
- ✓ зачеты, во время которых дети выполняют диагностические задания
- ✓ сюжетно - игровые
- ✓ по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцеброс, полоса препятствий, скакалки).

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке, физкультминутках и подвижных играх во время прогулок. Развитию самостоятельности в старшем дошкольном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные дошкольниками на занятиях физической культурой.

Для полной реализации программы укрепляется материально-техническая и учебно-спортивная база, проводятся спортивные соревнования.

2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы.

Цели и задачи воспитания реализуются в учреждении во всех видах деятельности дошкольника, обозначенных во ФГОС ДО. В качестве средств реализации цели воспитания выступают следующие основные виды деятельности и культурные практики:

- предметно-целевая (виды деятельности, организуемые взрослым, в которых он открывает ребенку смысл и ценность человеческой деятельности, способы ее реализации совместно с родителями, воспитателями, сверстниками);
- культурные практики (активная, самостоятельная апробация каждым ребенком инструментального и ценностного содержания, полученных от взрослого, и способов их реализации в различных видах деятельности через личный опыт);
- свободная инициативная деятельность ребенка (его спонтанная самостоятельная активность, в рамках которой он реализует свои базовые устремления: любознательность, общительность, опыт деятельности на основе усвоенных ценностей).

Образовательная область	Формы поддержки детской инициативы		Приёмы, средства поддержки детской инициативы	
	Совместная образовательная деятельность	Самостоятельная деятельность детей	Совместная образовательная деятельность	Самостоятельная деятельность детей
	<p>Двигательная активность течение дня Игра (подвижная, сюжетно-ролевая и др.) Спортивные игры и соревнования Игры-эстафеты Утренняя гимнастика Спортивные и физкультурные досуговые совместная деятельность взрослого и детей преимущественно тематического, тренировочно - игрового и</p>	<p>Самостоятельные спортивные игры и упражнения Двигательная активность течение дня Подвижные игры</p>	<p>Атрибуты для подвижных игр, спортивных игр Картотеки подвижных, спортивных, народных игр Наборы картин Массажные дорожки <i>Приёмы:</i> - создание игровой ситуации; - введение элементов соревнования.</p>	<p>Разнообразный материал для самостоятельной двигательной активности Массажные дорожки</p>

	интегрированн ого характера.			
--	---------------------------------	--	--	--

2.6. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями обучающихся.

Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и ведущая задача, стоящая перед дошкольным учреждением.

Семья и детский сад – те структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка. Поступая в детский сад, многие дети имеют отклонения в физическом развитии, и одной из причин таких результатов является неосведомленность родителей в вопросах физического воспитания детей. Так анкетирование родителей детского сада по вопросам педагогической компетентности в физическом развитии детей показало, что только 30% родителей уверены в своих знаниях, около 20% постоянно знакомятся с рекомендациями по воспитанию детей, а 50% испытывают потребность в консультациях и рекомендациях по физическому воспитанию. Это означает, что система тесного сотрудничества с семьей является острой необходимостью.

Главными целями взаимодействия с семьями обучающихся дошкольного возраста являются:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов;

- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

Достижение этих целей осуществляется через решение основных задач:

- 1) информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ДО, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО;

- 2) просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого- педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;

3) способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;

4) построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач;

5) вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

Особое внимание в просветительской деятельности ДОО уделяется повышению уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровьесбережения ребёнка.

Реализация данной темы осуществляется в процессе следующих направлений просветительской деятельности:

1) информирование о факторах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребёнка (рациональная организация режима дня ребёнка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребёнком и другое), о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и другое), наносящих непоправимый вред здоровью ребёнка;

2) информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО и семьи в решении данных задач;

3) знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в ДОО;

4) информирование родителей (законных представителей) о негативном влиянии на развитие детей систематического и бесконтрольного использования IT-технологий (нарушение сна, возбудимость, изменения качества памяти, внимания, мышления; проблемы социализации и общения и другое).

Направления деятельности реализуются в разных формах (групповых и (или) индивидуальных) посредством различных методов, приемов и способов взаимодействия с родителями (законными представителями):

1) диагностико - аналитическое направление реализуется через опросы, социологические срезы, индивидуальные блокноты, «почтовый

ящик», педагогические беседы с родителями (законными представителями); дни (недели) открытых дверей, открытые просмотры занятий и других видов деятельности детей и так далее;

2) просветительское и консультационное направления реализуются через групповые родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары-практикумы, тренинги и ролевые игры, консультации, педагогические гостиные, родительские клубы и другое; информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); журналы и газеты, издаваемые ДОО для родителей (законных представителей), педагогические библиотеки для родителей (законных представителей); сайты ДОО и социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотографии, выставки детских работ, совместных работ родителей (законных представителей) и детей. Включают также и досуговую форму - совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными традициями и другое.

Привлечение родителей к помощи при подготовке к спортивным праздникам, досугам, соревнованиям, помощь в изготовлении пособий и костюмов, атрибутов.

2.7. Направления и задачи коррекционно – развивающей работы.

Коррекционно-развивающая работа и инклюзивное направлена на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей, оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

Задачи коррекционно-развивающей работы:

- определение особых (индивидуальных) образовательных потребностей обучающихся, в том числе с трудностями освоения Федеральной программы и социализации в ДОО;
- своевременное выявление обучающихся с трудностями адаптации, обусловленными различными причинами;
- осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с учетом особенностей психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-

педагогической комиссии (ПМПК) или психолого-педагогического консилиума образовательной организации (ППК);

- оказание родителям (законным представителям) обучающихся консультативной психолого-педагогической помощи по вопросам развития и воспитания детей дошкольного возраста;
- содействие поиску и отбору одаренных обучающихся, их творческому развитию; выявление детей с проблемами развития эмоциональной и интеллектуальной сферы; реализация комплекса индивидуально ориентированных мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений в развитии и проблем поведения.

Содержание коррекционно-развивающей работы

Коррекционно-развивающая работа организуется:

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

Согласно ФЗ № 273 «Об образовании» и Распоряжения от 28 декабря 2020 г. N P-193 «Система функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях (Методические рекомендации)» определяются нижеследующие категории целевых групп воспитанников для оказания им адресной психологической помощи и включения их в программы психолого-педагогического сопровождения:

1. Нормотипичные дети с нормативным кризисом развития.
2. Воспитанники с особыми образовательными потребностями:
 - с ОВЗ и/или инвалидностью, получившие статус в установленном порядке;
 - воспитанники обучающиеся по индивидуальному учебному плану/учебному расписанию на основании медицинского заключения (ЧБД);
 - дети, испытывающие трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии, социальной адаптации;
 - одаренные воспитанники.

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

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

5. Воспитанники «группы риска»:

проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных проявлений (импульсивность, агрессивность, неустойчивая или крайне низкая/завышенная самооценка, завышенный уровень притязаний).

Содержание коррекционно-развивающей работы для каждого воспитанника определяется с учетом его ООП на основе рекомендаций ППК.

Коррекционно-развивающая работа с воспитанниками целевых групп осуществляется в ходе всего образовательного процесса, во всех видах и формах деятельности, как в совместной деятельности детей в условиях дошкольной группы, так и в форме коррекционно-развивающих подгрупповых/индивидуальных занятий.

Коррекционные подгруппы формируются в зависимости от результатов предварительного диагностического обследования, в процессе которого происходит отбор детей, нуждающихся в психокоррекции по тем или иным показателям. Состав подгрупп (количественный и качественный) соотносится с характером и степенью нарушений в психическом развитии детей (психологическим диагнозом). Цикл занятий может быть закрытым (определенное количество занятий и фиксированная дата окончания) и открытым (без определения количества встреч и даты окончания).

Индивидуальные занятия осуществляются по отдельному расписанию для каждого ребёнка, темы занятий корректируются в соответствии с проектной деятельностью в ДОУ.

Коррекционно-развивающая работа с нормотипичными детьми с нормативными кризисами развития.

Возрастной кризис	Задачи работы
Кризис 3-х лет	<ul style="list-style-type: none">• Оказание помощи и поддержки в осуществлении поиска и реализации ребенком новых способов сотрудничества с взрослыми, в которых возможно проявление сильных сторон детского «Я».• Недопущение закрепления негативных черт

	<p>личности у ребёнка, как результата неправильного обращения с ним родителей в этот период.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Активизировать интерес к предметам и действиям через общение со взрослым, в том числе в игровых ситуациях. • Расширять сферу доступных ребёнку предметов. • Обучать разнообразным действиям, играм с предметами. • Развивать целеполагание, содействовать в достижении цели. • Развивать возрастное новообразование – гордость за свои достижения. • Создавать условия для проявления самостоятельности, преодоления психоэмоционального напряжения.
Кризис 7-ми лет	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать навыки контекстного общения со взрослыми, формы сотрудничества с ровесниками, элементы рефлексии. • Создавать условия для формирования адекватных переживаний в ситуации успеха, неудачи. • Ориентировать ребёнка в пространстве внутреннего мира. • Создавать условия для осознания ребёнком переживаний, связанных с возрастно-временным статусом, развивать осознание адекватной, положительной временной перспективы. • Формировать готовность принимать себя и другого человека как нравственную и психологическую ценность. • Формировать психологическое новообразование – новую внутреннюю позицию.

Коррекционно-развивающая работа с воспитанниками с особыми образовательными потребностями (ООП)

Категория детей	Задачи работы
Дети ОВЗ и дети-инвалиды, получившие статус в установленном порядке	<p>Коррекционно-развивающая работа с выстраивается согласно нозологическим группам осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой ДО и направлена на:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Предупреждение вторичных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся. • Коррекцию нарушений психического развития. • Формирование у обучающихся механизмов компенсации дефицитарных функций, не поддающихся коррекции.
Часто болеющие дети, обучающиеся по индивидуальному учебному плану/ расписанию на	<p>Коррекция/развитие коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сфер, познавательных процессов. Снижение тревожности. Помощь в разрешении поведенческих проблем.</p>

<p>основании медицинского заключения.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Создание условий для успешной социализации, оптимизации межличностного взаимодействия со взрослыми и сверстниками.
<p>Обучающиеся, испытывающие трудности в освоении ООП, развитии, социальной адаптации, в том числе билингвальные обучающиеся, дети мигрантов, испытывающие трудности в понимании государственного языка РФ на дошкольном уровне образования.</p>	<p>Задачи работы с обучающимися, испытывающими трудности в освоении ООП ДО и развитии:</p> <ul style="list-style-type: none"> • развивать познавательные интересы, самоконтроль в интеллектуальной деятельности, способность к интеллектуальному экспериментированию, интеллектуальному творчеству. • учить использовать приёмы произвольной регуляции внимания, памяти, восприятия, воображения, рассуждать, делать умозаключения. • формировать приёмы постановки и решения познавательных задач разными способами. • обучать родителей и педагогов эффективным приёмам взаимодействия с детьми в трудных воспитательных ситуациях. <p>Задачи работы с обучающимися, испытывающими трудности в социальной адаптации: формирование правил поведения в группе;</p> <ul style="list-style-type: none"> • коррекция деструктивных эмоциональных состояний; • развитие коммуникативных навыков; • снятия психоэмоционального напряжения; • создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребёнку. <p>Задачи работы с билингвальными обучающимися, детьми мигрантов, испытывающие трудности в понимании государственного языка РФ на дошкольном уровне образования:</p> <ul style="list-style-type: none"> • развитие коммуникативных навыков. • формирование чувствительности к сверстнику, его эмоциональному состоянию, намерениям и желаниям. • формирование уверенного поведения и социальной успешности. • коррекция деструктивных эмоциональных состояний, возникающих в результате попадания в новую языковую и культурную среду (тревога, неуверенность, агрессия). • создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребёнку.
<p>Одарённые обучающиеся</p>	<p>Формирование отношений к самому себе:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развивать уверенность, толерантное отношение к действительности. • Учить приёмам преодоления психоэмоционального напряжения. • Формировать адекватное представление о своих возможностях, понимание достоинств и недостатков в самом себе и в окружающих, привычку опираться на собственные силы и готовность нести ответственность за свои поступки.

	<ul style="list-style-type: none"> • Учить находить средства для реализации целей, достигать результата. • Помочь освоить социально приемлемые способы самовыражения. • Стимулировать борьбу мотивов, развивать общественную мотивацию. • Создавать условия для удовлетворения интеллектуальной любознательности и готовности к исследовательскому риску. <p>Взаимоотношения со взрослыми:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развивать продуктивные формы взаимодействия со взрослыми, чувствительность к педагогической оценке, честность, стремление помогать, эмпатию. • Формировать приёмы диалогического общения со взрослыми. • Формировать у взрослых приёмы эффективного взаимодействия с ребёнком. <p>Взаимоотношения со сверстниками:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развивать формы продуктивного сотрудничества со сверстниками, дружелюбие, стремление содействовать, эмпатию. • Формировать приёмы диалогического общения со сверстниками.
--	--

Коррекционно-развивающая работа с детьми и/или семьями, находящимися в трудной жизненной ситуации.

Категория детей	Задачи работы
<p>Дети-сироты.</p> <p>Дети, оставшиеся без попечения родителей.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Актуализация внутренних ресурсов самого ребёнка, помогающих перерабатывать травматические переживания и снизить риски, связанных с развитием посттравматической симптоматики, и нарушения, коррекция депривационных расстройств. • Создание «переходного пространства», где будет возможно выстраивание оздоравливающих отношений между помогающим взрослым (педагог-психолог) и травмированным ребёнком. • Предоставление ребёнку возможности в специально созданных условиях «переходного пространства» отреагировать переполняющие его аффекты (боль, грусть, ненависть, агрессия) с целью снизить аффективную напряжённость травматических переживаний, используя собственные ресурсы и поддержку педагога-психолога, реанимировать утерянное доверие ребёнка к взрослому и мотивировать его к выстраиванию новых позитивных отношений с окружением, мотивировать ребёнка-сироту к

	формированию привязанности.
Дети – жертвы вооруженных и межнациональных конфликтов, экологических и техногенных катастроф, стихийных бедствий.	<ul style="list-style-type: none"> • Психокоррекционная работа с детьми включает в себя работу с телом, эмоциональной сферой и с образом себя в прошлом, настоящем и будущем. • Работа с эмоциональной сферой направлена на нейтрализацию страхов детей, обсуждение реакций и мыслей ребёнка, связанных с травмирующим событием. • Обеспечение поддержки, отдыха, комфорта, возможности играть.
Дети из семей беженцев и вынужденных переселенцев.	
Дети, оказавшиеся в экстремальных условиях.	
Дети – жертвы насилия.	<ul style="list-style-type: none"> • Формирование позитивной «Я-концепции» ребёнка, пострадавшего от насилия. • Совершенствование умений, навыков, способностей, позволяющих ребёнку идентифицировать свои мысли, чувства, поведение для установления доверительных отношений с другими. • Способствовать отреагированию негативных переживаний, связанных с насилием. • Формировать умение оценивать своё поведение и поведение других.
Дети с отклонениями в поведении.	<ul style="list-style-type: none"> • Коррекция /развитие социально-коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сферы. • Помощь в решение поведенческих проблем. • Формирование адекватных, социально-приемлемых способов поведения. • Развитие рефлексивных способностей. • Совершенствование способов саморегуляции.

Коррекционно-развивающая работа с детьми и/или семьями, находящиеся в социально опасном положении (СОП)

Категория детей и/или семей	Задачи работы
Дети и/или семьи, находящиеся в СОП	<ul style="list-style-type: none"> • сопровождение процесса развития ребёнка (профилактика и коррекция отклонений в развитии ребёнка); • проведение коррекционно-развивающих

	мероприятий, направленных на стабилизацию или налаживание детско-родительских отношений.
--	--

Коррекционно-развивающая работа с обучающимися «группы риска»

Категория детей	Задачи работы
Дети с проблемами эмоционального характера (повышенная возбудимость, апатия, раздражительность, тревога, появление фобий).	Преодолевать психоэмоциональное напряжение. Содействовать свободному, раскрепощённому выражению чувств, эмоций. Обогащать позитивный эмоциональный опыт, поведенческий репертуар. Создавать условия для проявления самостоятельности. Формировать осознание своих переживаний, их причин, особенностей проявления. Учить приёмам расслабления, саморегуляции эмоций. Развивать высшие чувства, творчество, самоконтроль в деятельности. Обучать родителей и педагогов эффективным приёмам взаимодействия с детьми в трудных воспитательных ситуациях.
Дети с проблемами поведенческого характера (грубость, агрессия, обман).	Содействовать расширению интересов, осознанию норм и правил поведения, нежелательных последствий при их нарушении. Развивать способность делать личностный выбор, инициативность, навыки целеполагания, саногенное (оздоравливающее) мышление, самоконтроль в деятельности. Учить разрешать конфликтные ситуации адекватными способами. Создавать ситуации успеха, условия для проявления самостоятельности, творческого общения. Обогащать поведенческий репертуар. Формировать информативные представления о своих потребностях, интересах, мотивах, особенностях, достижениях; умения соподчинять мотивы. Обучать родителей и педагогов эффективным приёмам взаимодействия с детьми в трудных воспитательных ситуациях.
Дети с проблемами общения (стеснительность, замкнутость, излишняя чувствительность, выраженная нереализованная потребность в лидерстве).	Развивать адекватное восприятие партнёра по общению. Формировать интерес к ровесникам и взрослым как партнёрам по общению; приёмы передачи информации в общении, как вербальные, так и невербальные. Стимулировать инициативу в общении. Учить использовать продуктивные приёмы межличностного взаимодействия, разрешать конфликтные ситуации адекватными способами. Содействовать осознанию норм и правил поведения,

	нежелательных последствий при их нарушении. Создавать условия для творческого общения. Развивать самоконтроль в общении. Обучать родителей и педагогов эффективным приёмам взаимодействия с детьми в трудных воспитательных ситуациях.
Дети с проблемами невротического характера.	Уменьшение остроты личностных реакций на ситуации, вызывающие невротические проявления. Отреагирование актуальных эмоций и чувств. Также работа с детьми с проблемами невротического характера должна вестись в тесном взаимодействии с родителями (законными представителями) и содержать в себе выдачу рекомендаций и направление к невропатологу.
Дети с проблемами регуляторного характера (расстройство сна, быстрая утомляемость, навязчивые движения, двигательная расторможенность, снижение произвольности внимания).	По необходимости направление ребёнка к невропатологу. Развитие произвольного внимания. Снятие психоэмоционального напряжения. Обучение навыкам расслабления.

2.8. Рабочая программа воспитания

2.8.1. Цели и задачи воспитания в процессе оздоровления и физического развития.

Физическое и оздоровительное направление воспитания.

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

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

Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становления осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.

2.8.2. Направления воспитания.

Цель данного направления – сформировать навыки здорового образа жизни, где безопасность жизнедеятельности лежит в основе всего. Физическое развитие и освоение ребенком своего тела происходит в виде любой двигательной активности: выполнение бытовых обязанностей, игр, ритмики и танцев, творческой деятельности, спорта, прогулок.

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

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

Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становления осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.

Задачи по формированию здорового образа жизни:

-обеспечение построения образовательного процесса физического воспитания детей (совместной и самостоятельной деятельности) на основе здоровьесберегающих и здоровьесоблюдающих технологий, и обеспечение условий для гармоничного физического и эстетического развития ребенка;

-закаливание, повышение сопротивляемости к воздействию условий внешней среды;

-укрепление опорно-двигательного аппарата; развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям;

-формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;

-организация сна, здорового питания, выстраивание правильного режима дня; воспитание экологической культуры, обучение безопасности жизнедеятельности.

Направления деятельности воспитателя:

-организация подвижных, спортивных игр, в том числе традиционных народных игр, дворовых игр на территории детского сада;

- создание детско-взрослых проектов по здоровому образу жизни;
- введение оздоровительных традиций в ДОО.

Формирование у дошкольников культурно-гигиенических навыков является важной частью воспитания культуры здоровья. Воспитатель должен формировать у дошкольников понимание того, что чистота лица и тела, опрятность одежды отвечают не только гигиене и здоровью человека, но и социальным ожиданиям окружающих людей.

Особенность культурно-гигиенических навыков заключается в том, что они должны формироваться на протяжении всего пребывания ребенка в ДОО. В формировании культурно-гигиенических навыков режим дня играет одну из ключевых ролей. Привыкая выполнять серию гигиенических процедур с определенной периодичностью, ребенок вводит их в свое бытовое пространство, и постепенно они становятся для него привычкой.

Формируя у детей культурно-гигиенические навыки, воспитатель ДОО должен сосредоточить свое внимание на нескольких основных направлениях воспитательной работы:

- формировать у ребенка навыки поведения во время приема пищи;
- формировать у ребенка представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела;
- формировать у ребенка привычку следить за своим внешним видом;
- включать информацию о гигиене в повседневную жизнь ребенка, в игру.

Работа по формированию у ребенка культурно-гигиенических навыков должна вестись в тесном контакте с семьей.

Направление	Физическое и оздоровительное направления воспитания
Подраздел	<i>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</i>
Интеграция в образовательные области	Социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие

Интеграция в детскую деятельность	Игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская, восприятие художественной литературы и фольклор самообслуживание и элементарный бытовой труд конструирование из различного материала; изобразительная музыкальная; двигательная
Возрастная специфика	
2-3 года	- формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глазам – смотреть, уши – слышать, нос – нюхать, язык – пробовать (определять) на вкус, руки – хватать, держать, трогать; ногам – стоять, прыгать, бегать, ходить; голова – думать, запоминать
3-4 года	учить различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними; развивать представление о ценности здоровья; формировать желание не болеть, быть здоровым, дать первичное представление о том, что такое «здоровый образ жизни» и зачем к нему надо стремиться; формировать первоначальные представления о полезной (овощи, фрукты, молочные продукты и пр.) и вредной для здоровья человека пище (сладости, пирожные, сладкие газированные напитки и пр.); формировать представление о пользе закаливания, утренней зарядки, спортивных и подвижных игр, физических упражнений (не будешь болеть, будешь сильным и ловким и пр. при полноценном сне (во сне человек растет, восстанавливает силы если не выспаться, то будет плохое настроение, усталость пр.); познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма; формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость при заболевании обращаться к врачу, лечиться.
4-5 лет	продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека; формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат); воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов; формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах; расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания; знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь»; развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу

	зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»); формировать представления о здоровом образе жизни; формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.
5-6 лет	расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма; акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»); расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье; формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях; расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека; формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения); воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. знакомить детей с возможностями здорового человека, формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.
6-7 лет	расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим); формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; формировать представления об активном отдыхе; расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур; -расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.
Подраздел	<i>Воспитание культурно-гигиенических навыков</i>
Интеграция в образовательные области	Социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие
Интеграция в детскую деятельность	Игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская; восприятие художественной литературы и фольклора; самообслуживание и элементарный бытовой труд; конструирование из различного материала; изобразительная; музыкальная; двигательная
Возрастная специфика	

2-3 года	<p>продолжать учить детей под контролем взрослого, а затем самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем; учить с помощью взрослого приводить себя в порядок; формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком); учить держать ложку в правой руке.</p>
3-4 года	<p>формировать потребность в соблюдении навыков гигиены опрятности в повседневной жизни; формировать осознанную привычку мыть руки перед едой и чистить зубы утром и вечером; совершенствовать культурно-гигиенические навыки, формировать простейшие навыки поведения во время еды, умывания; приучать детей следить за своим внешним видом; учить правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой и носовым платком; формировать элементарные навыки поведения за столом: умение правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом.</p>
4-5 лет	<p>продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом; воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом; закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком; при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком; совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: умение брать пищу понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка), салфеткой, полоскать рот после еды.</p>
5-6 лет	<p>- формировать у детей привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, прически; самостоятельно чистить зубы, умываться, по мере необходимости мыть руки, следить за чистотой ногтей; при кашле и чихании закрывать рот и нос платком; закреплять умение замечать и самостоятельно устранять беспорядок в своем внешнем виде; совершенствовать культуру еды: умение правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом; обращаться с просьбой, благодарить.</p>
6-7 лет	<p>воспитывать привычку правильно и быстро (не отвлекаясь) умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, правильно чистить зубы, полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком и расческой;</p>

	<p>способствовать формированию осознанной привычки мыть руки перед едой и ежедневно (утром и вечером) чистить зубы;</p> <p>закреплять умение аккуратно пользоваться столовыми приборами; правильно вести себя за столом;</p> <p>продолжать воспитывать привычку следить за чистотой одежды и обуви, замечать и устранять беспорядок в своем внешнем виде, учить тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в костюме, причёске.</p>
--	--

Подраздел	<i>Воспитание культурно-гигиенических навыков</i>
Интеграция в образовательные области	Социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие
Интеграция в детскую деятельность	Игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская; восприятие художественной литературы и фольклора; самообслуживание и элементарный бытовой труд; конструирование из различного материала; изобразительная; музыкальная; двигательная
Возрастная специфика	
2-3 года	<p>продолжать учить детей под контролем взрослого, а затем самостоятельно мыть руки по мере загрязнения и перед едой, насухо вытирать лицо и руки личным полотенцем;</p> <p>учить с помощью взрослого приводить себя в порядок;</p> <p>формировать навык пользования индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расческой, горшком);</p> <p>учить держать ложку в правой руке.</p>
3-4 года	<p>формировать потребность в соблюдении навыков гигиены опрятности в повседневной жизни;</p> <p>формировать осознанную привычку мыть руки перед едой и чистить зубы утром и вечером;</p> <p>совершенствовать культурно-гигиенические навыки, формировать простейшие навыки поведения во время еды, умывания;</p> <p>приучать детей следить за своим внешним видом; учить правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой и носовым платком;</p> <p>формировать элементарные навыки поведения за столом: умение правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилок, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом.</p>
4-5 лет	<p>продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом;</p> <p>воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом;</p> <p>закреплять умение пользоваться расческой, носовым</p>

	<p>платком; при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком;</p> <p>совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: умение брать пищу понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (ложка, вилка), салфеткой, полоскать рот после еды.</p>
5-6 лет	<p>- формировать у детей привычку следить за чистотой тела,</p> <p>опрятностью одежды, прически; самостоятельно чистить зубы, умываться, по мере необходимости мыть руки, следить за чистотой ногтей; при кашле и чихании закрывать рот и нос платком;</p> <p>закреплять умение замечать и самостоятельно устранять беспорядок в своем внешнем виде;</p> <p>совершенствовать культуру еды: умение правильно пользоваться столовыми приборами (вилкой, ножом); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом; обращаться с просьбой, благодарить.</p>
6-7 лет	<p>воспитывать привычку правильно и быстро (не отвлекаясь) умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, правильно чистить зубы, полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком и расческой;</p> <p>способствовать формированию осознанной привычки мыть руки перед едой и ежедневно (утром и вечером) чистить зубы;</p> <p>закреплять умение аккуратно пользоваться столовыми приборами; правильно вести себя за столом;</p> <p>продолжать воспитывать привычку следить за чистотой одежды и обуви, замечать и устранять беспорядок в своем внешнем виде, учить тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в костюме, причёске.</p>

2.8.3. Целевые ориентиры образовательной области «Физическое развитие».

В соответствии с ФГОС дошкольного образования к целевым ориентирам образовательной области «Физическое развитие» относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка:

Промежуточные планируемые результаты

1 – 3 года:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- хорошо спит, активен во время бодрствования
- имеет хороший аппетит, регулярный стул.

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- умеет правильно мыть руки и насухо их вытирать;
- умеет самостоятельно кушать и пользоваться салфеткой;
- употребляет слова «спасибо», «пожалуйста».

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- имеет простейшие понятия о важности для здоровья соблюдения правил личной гигиены, занятий физическими упражнениями, прогулки (знает, что нужно мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе и т.д.);
- при небольшой помощи взрослых пользуется индивидуальными предметами (носовым платком, салфеткой, полотенцем, расчёской, горшком).

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации):

- прыгает на месте и с продвижением вперед;
- может бежать непрерывно в течение 30–40 с;
- влезает на 2–3 перекладины гимнастической стенки (любым способом);
- берёт, держит, переносит, бросает и катает мяч.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- легко ходит в разных направлениях и в различном темпе, ходит с перешагиванием через предметы (высота 10 см);
- бросает предметы в горизонтальную цель (расстояние 1 м), двумя руками, поочередно правой и левой рукой;
- может пробежать к указанной цели;
- воспроизводит простые движения по показу взрослого.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- охотно выполняет движения имитационного характера, участвует в несложных сюжетных подвижных играх, организованных взрослым;
- получает удовольствие от участия в двигательной деятельности.

3 – 4 года:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, спокойно спит, с аппетитом ест;
- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- приучен к опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых);
- владеет навыками поведения во время еды, умывания, умеет пользоваться носовым платком, причёсываться, следит за своим внешним видом;
- охотно включается в выполнение режимных моментов и гигиенических процедур.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- имеет простейшее представление о полезной и вредной для здоровья пище;
- владеет элементарными знаниями о правилах личной гигиены, важных для здоровья (мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе) о значении сна;
- умеет бережно относиться к своему здоровью, здоровью других детей;
- умеет сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуации, приносящих вред здоровью; осознает необходимость лечения;
- знает физические упражнения, укрепляющие разные органы, знает о необходимости закаливания;

- соблюдает навыки гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;
- проявляет ловкость в челночном беге;
- умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;
- может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;
- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление;
- может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- принимает участие в совместных играх и физических упражнениях;
- проявляет интерес к физическим упражнениям, умеет пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время;
- проявляет положительные эмоции, активность в самостоятельной и двигательной деятельности;
- проявляет самостоятельность в использовании спортивного оборудования (санки, лыжи, трехколесный велосипед);

- проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

4 – 5 лет:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;
- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1–2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- проявляет привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом;
- имеет элементарные представления о том, что полезно и вредно для здоровья;
- сформированы навыки культуры еды, культуры поведения, умеет следить за своим внешним видом.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- знает, что надо одеваться по погоде, регулярно гулять, заниматься зарядкой;
- имеет представление о полезной и вредной для здоровья пище;
- знает части тела и органы чувств человека и их функциональное назначение;
- сформирована потребность в соблюдении режима питания, знает важность сна, гигиенических процедур для здоровья;
- умеет устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствия;
- имеет представление о составляющих здорового образа жизни.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- прыгает в длину с места не менее 70 см;

-может пробежать по пересеченной местности в медленном темпе 200–240 м;

-бросает набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

-ходит свободно, держась прямо, не опуская головы;

-уверенно ходит по бревну (скамейке), удерживая равновесие;

-умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами;

-в прыжках в длину с места отталкивается двумя ногами и мягко приземляется, подпрыгивает на одной ноге;

-ловит мяч руками, многократно ударяет им об пол и ловит его;

-бросает предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку;

-чувствует ритм, умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

-активен, с интересом участвует в подвижных играх;

-инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях;

-умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь для подвижных игр.

5 – 6 лет:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;

- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1–2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу;
- имеет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых);
- сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком);
- владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье;
- знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня;
- имеет представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека;
- имеет представление о правилах ухода за больным.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

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

- умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;

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

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

-умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;

-выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие;

-умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом;

-ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами;

-умеет кататься на самокате;

-умеет плавать (произвольно);

-участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

-участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей;

-проявляет самостоятельность, творчество, выразительность и грациозность движений;

-умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры;

-проявляет интерес к разным видам спорта.

6 – 7 лет:

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;

- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1 раз в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- усвоил основные культурно-гигиенические навыки: быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полощет рот после еды, моет ноги перед сном;

- правильно пользуется носовым платком и расческой;
- следит за своим внешним видом;
- быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: имеет сформированные представления о здоровом образе жизни: об особенностях строения и функциями организма человека, о важности соблюдения режима дня, рациональном питании, значении двигательной активности в жизни человека, пользе и видах закаливающих процедур, роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- может прыгать на мягкое покрытие (с высоты до 40см);
- мягко приземляться;
- прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100 см);
- с разбега (180 см);
- в высоту с разбега (не менее 50 см) – прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;
- может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг);
- бросать предметы в цель из разных исходных положений;
- попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м;
- метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м;
- метать предметы в движущуюся цель;
- ходит на лыжах: переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку, спускается с горки, тормозит при спуске;
- плавает произвольно на расстояние 15 м;
- проявляет статическое и динамическое равновесие, координацию движений при выполнении сложных упражнений.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

-выполняет правильно технику всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья;

-умеет перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, шеренги после расчета на первый-второй;

-соблюдать интервалы во время передвижения;

-выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;

-следит за правильной осанкой.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

-участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис):

-умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры;

-проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;

-проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол).

2.8.4. Уклад образовательной организации.

Уклад жизни в учреждении - это система отношений в образовательном учреждении, сложившаяся на основе нравственно-ценностных идеалов, традиций и характера организации различных воспитательных процессов.

Уклад всегда основывается на человеческой культуре, объединяет в себе устоявшийся порядок жизни, общественный договор, нормы и правила, традиции, психологический климат (атмосферу), безопасность и систему ценностей воспитания для всех участников образовательных отношений (руководителя, заместителя, воспитателей и специалистов, вспомогательного

персонала, воспитанников, родителей (законных представителей), субъектов социокультурного окружения учреждения).

Уклад определяет характер воспитательных процессов, способы взаимодействия между детьми и педагогами, между педагогами и родителями, детей друг с другом. На сегодняшний день уклад включает в себя сетевое информационное пространство и нормы общения участников образовательных отношений в мессенджерах.

Уклад определяет специфику и конкретные формы организации распорядка дневного, недельного, месячного, годового цикла жизни детского сада.

Уклад жизни в МБОУ «СОШ №3 им.А.А. Ивасенко» находит свое выражение в Уставе учреждения, в ОП ДО и Программе воспитания, во внутренней документации

2.8.5. Воспитывающая среда образовательной организации.

Воспитывающая окружающая среда – это особая форма организации образовательного процесса, реализующего цель и задачи воспитания. Она включает в себя предметно-пространственную среду и сообщества «взрослый-взрослый», «взрослый – ребёнок» и «ребёнок-ребёнок». Качество этих составляющих характеризует уклад жизни МБОУ «СОШ №3 им. А.А. Ивасенко»

Предметно-пространственная среда ОУ отражает ценности, на которых строится Программа воспитания, и способствует их принятию и раскрытию ребенком.

Среда включает знаки и символы государства, региона, города Нефтеюганска и символику МБОУ «СОШ №3 им. А.А. Ивасенко».

Среда является экологичной, природосообразной и безопасной.

Среда обеспечивает ребенку возможность общения, игры и совместной деятельности.

Отражает ценность семьи, людей разных поколений, радость общения с семьей.

Среда обеспечивает ребенку возможность познавательного развития, экспериментирования, освоения новых технологий, раскрывает красоту

знаний, необходимость научного познания, формирует научную картину мира.

Среда обеспечивает ребенку возможности для укрепления здоровья, раскрывает смысл здорового образа жизни, физической культуры и спорта.

Среда предоставляет ребенку возможность погружения в культуру России, знакомства с особенностями региональной культурной традиции. Вся среда дошкольной организации должна быть гармоничной и эстетически привлекательной.

Профессиональное сообщество «взрослый-взрослый». Это единство целей и задач воспитания, реализуемое всеми сотрудниками МБОУ «СОШ№3 им. А.А. Ивасенко». Сами участники сообщества должны разделять те ценности, которые заложены в основу Программы. Основой эффективности такой общности является рефлексия собственной профессиональной деятельности.

Воспитатель, а также другие сотрудники должны:

- быть примером в формировании ценностных ориентиров, норм общения и поведения;
- побуждать детей к общению друг с другом, поощрять даже самые незначительные стремления к общению и взаимодействию;
- поощрять детскую дружбу, стараться, чтобы дружба между отдельными детьми внутри группы сверстников принимала общественную направленность;
- содействовать проявлению детьми заботы об окружающих, учить проявлять чуткость к сверстникам, побуждать детей сопереживать, беспокоиться, проявлять внимание к заболевшему товарищу;
- воспитывать в детях такие качества личности, которые помогают влиться в общество сверстников (организованность, общительность, отзывчивость, щедрость, доброжелательность и пр.);
- учить детей совместной деятельности, которая сплачивает и объединяет ребят;
- воспитывать в детях чувство ответственности перед группой за свое поведение.

Сообщество «взрослый-ребёнок»

Для данного сообщества характерно содействие друг другу, сотворчество и сопереживание, отношение к ребенку как к полноправному человеку, наличие общих симпатий, ценностей и смыслов у всех участников сообщества. Детско-взрослое сообщество является источником и механизмом воспитания ребенка. Находясь в общности, ребенок сначала приобщается к тем правилам и нормам, которые вносят взрослые в общность, а затем эти нормы усваиваются ребенком и становятся его собственными. Сообщество строится и задается системой связей и отношений ее участников. В каждом возрасте и каждом случае она будет обладать своей спецификой в зависимости от решаемых воспитательных задач.

Сообщество «ребёнок-ребёнок»

Общество сверстников – необходимое условие полноценного развития личности ребенка. Здесь он непрерывно приобретает способы общественного поведения, под руководством воспитателя учится умению дружно жить, сообща играть, трудиться, заниматься, достигать поставленной цели. Чувство приверженности к группе сверстников рождается тогда, когда ребенок впервые начинает понимать, что рядом с ним такие, как он сам, что свои желания необходимо соотносить с желаниями других.

Воспитатель должен воспитывать у детей навыки и привычки поведения, качества, определяющие характер взаимоотношений ребенка с другими людьми и его успешность в том или ином сообществе. Поэтому так важно создавать в детских взаимоотношениях дух доброжелательности, развивать у детей стремление и умение помогать как старшим, так и друг другу, оказывать сопротивление плохим поступкам, общими усилиями достигать поставленной цели.

2.8.6. Организация предметно – пространственной среды.

Предметно-пространственная среда ОУ отражает ценности, на которых строится Программа воспитания, и способствует их принятию и раскрытию ребенком.

Среда включает знаки и символы государства, региона, города Нефтеюганска и символику МБОУ «СОШ №3 им. А.А. Ивасенко».

Среда является экологичной, природосообразной и безопасной.

Среда обеспечивает ребенку возможность общения, игры и совместной деятельности.

Отражает ценность семьи, людей разных поколений, радость общения с семьей.

Среда обеспечивает ребенку возможность познавательного развития, экспериментирования, освоения новых технологий, раскрывает красоту знаний, необходимость научного познания, формирует научную картину мира.

Среда обеспечивает ребенку возможности для укрепления здоровья, раскрывает смысл здорового образа жизни, физической культуры и спорта.

Среда предоставляет ребенку возможность погружения в культуру России, знакомства с особенностями региональной культурной традиции. Вся среда дошкольной организации должна быть гармоничной и эстетически привлекательной.

2.8.7. Требования к условиям работы с особыми категориями людей.

По своим основным задачам воспитательная работа в ДОО не зависит от наличия(отсутствия) у ребёнка особых образовательных потребностей.

В основе процесса воспитания детей в ДОО должны лежать традиционные ценности российского общества. Необходимо создавать особые условия воспитания для отдельных категорий обучающихся, имеющих особые образовательные потребности: дети с инвалидностью, дети с ограниченными возможностями здоровья, дети из социально уязвимых групп (воспитанники детских домов, дети из семей мигрантов, и так далее), одаренные дети и другие категории.

Инклюзия подразумевает готовность образовательной системы принять любого ребёнка независимо от его особенностей (психофизиологических, социальных, психологических, этнокультурных, национальных, религиозных и других) и обеспечить ему оптимальную социальную ситуацию развития.

Инклюзия (дословно – «включение») – это готовность образовательной системы принять любого ребенка независимо от его индивидуальных особенностей (психофизиологических, социальных,

психологических, этнокультурных, национальных, религиозных и др.) и обеспечить ему оптимальную социальную ситуацию развития.

Инклюзия является ценностной основой уклада ДООУ и основанием для проектирования воспитывающих сред, деятельностей и событий.

На уровне уклада: ДООУ инклюзивное образование – это норма для воспитания, реализующая такие социокультурные ценности, как забота, принятие, взаимоуважение, взаимопомощь, совместность, сопричастность, социальная ответственность. Эти ценности должны разделяться всеми участниками образовательных отношений в ДООУ.

На уровне воспитывающих сред: ППС строится как максимально доступная для детей с ОВЗ; событийная воспитывающая среда ДООУ обеспечивает возможность включения каждого ребенка в различные формы жизни детского сообщества; рукотворная воспитывающая среда обеспечивает возможность демонстрации уникальности достижений каждого ребенка.

На уровне общности: формируются условия освоения социальных ролей, ответственности и самостоятельности, сопричастности к реализации целей и смыслов сообщества, приобретается опыт развития отношений между детьми, родителями, воспитателями. Детская и детско-взрослая общность в инклюзивном образовании развиваются на принципах заботы, взаимоуважения и сотрудничества в совместной деятельности.

На уровне деятельностей: педагогическое проектирование совместной деятельности в разновозрастных группах, в малых группах детей, в детско-родительских группах обеспечивает условия освоения доступных навыков, формирует опыт работы в команде, развивает активность и ответственность каждого ребенка в социальной ситуации его развития.

На уровне событий: проектирование педагогами ритмов жизни, праздников и общих дел с учетом специфики социальной и культурной ситуации развития каждого ребенка обеспечивает возможность участия каждого в жизни и событиях группы, формирует личностный опыт, развивает самооценку и уверенность ребенка в своих силах. Событийная организация должна обеспечить переживание ребенком опыта самостоятельности, счастья и свободы в коллективе детей и взрослых.

Основными условиями реализации Программы воспитания в дошкольных образовательных организациях, реализующих инклюзивное образование, являются:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение воспитательной деятельности с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным субъектом воспитания;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- формирование и поддержка инициативы детей в различных видах детской деятельности;
- активное привлечение ближайшего социального окружения к воспитанию ребенка.

Задачами воспитания детей с ОВЗ в условиях дошкольной образовательной организации являются:

- формирование общей культуры личности детей, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности;
- формирование доброжелательного отношения к детям с ОВЗ и их семьям со стороны всех участников образовательных отношений;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семье ребенка с особенностями в развитии и содействие повышению уровня педагогической компетентности родителей;
- обеспечение эмоционально-положительного взаимодействия детей с окружающими в целях их успешной адаптации и интеграции в общество;
- расширение у детей с различными нарушениями развития знаний и представлений об окружающем мире;
- взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития детей с ОВЗ;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Психолого – педагогические условия реализации Программы.

Для формирования успешной личности воспитанников необходимо психолого- педагогическое сопровождение и обеспечение. Психолого- педагогическое сопровождение ребенка командой специалистов: педагогом- психологом, учителем-дефектологом, социальным педагогом, обеспечивает поддержку в затруднительной ситуации, защиту в агрессивной обстановке и помощь в принятии необходимых решений. Суть сопровождения – идти рядом с ребенком, помогая нужным советом при возникновении трудностей, но без контроля и навязывания своих представлений и убеждений. Главное помочь ребенку раскрыться и познать себя. Показывать положительные примеры своими действиями, суждениями и поступками. Главной целью такого сопровождения является формирование социальных и личностных качеств, способствующих эффективной реализации ребенка как личности.

Одним из главных условий является профессионализм воспитателя, так как для развивающей личности ребенка воспитатель является знаковой фигурой. Воспитатель ежедневно взаимодействует с ребенком, помогает ему в социальной адаптации, в самоопределении его, в конструктивном разрешении проблемы при ее появлении, в развитии положительных личностных качеств и развитии в целом. Деятельность воспитателя носит гуманистический характер. Необходимо развить в ребенке нравственное представление о себе и социуме, развить умение выстраивать взаимоотношения, умение следовать установленному порядку и дисциплине.

3.2. Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды.

Параметр	Исполнение	Ресурс для исполнения	Ответственный
Организация пространства			
Обеспечение беспрепятственного доступа к зданиям и сооружениям	Не требуется		
Обеспечение помещений сада специализированным оборудованием и приспособлениями	Наличие визуального расписания Наличие сенсорного оборудования Наличие доски, стола, стула, зеркала с подсветкой для индивидуальной работы Наличие методических материалов и средств обучения и воспитания	Детский сад	Воспитатель, логопед, заведующий
Построение комфортной среды:	Организация зоны уединения	Детский сад	Воспитатель, заведующий
Организация оптимального временного режима			
Условия включения ребёнка в деятельность группы	Время пребывания – группа полного дня. Дозированное сочетание групповых, подгрупповых и индивидуальных форм.	Детский сад	Воспитатель, логопед

3.3. Материально – техническое обеспечение Программы

Материально-техническое обеспечение и оснащённость ДОУ предназначены для обеспечения эффективного наполнения воспитательного процесса. Сегодня качество дошкольного образования – приоритетное направление образовательной политики государства.

Федеральный образовательный стандарт, вступивший в силу в 2014 году, регламентирует условия реализации образовательной программы и обеспечивает социальное развитие каждого ребенка в различных сферах. В нем также отражены вопросы морального и нравственного благополучия ребенка. С каждым годом в перечень требований к оснащению дошкольных

групп вносятся поправки и изменения, регулярно обновляется и содержание материально-технического оснащения. База этих требований содержит:

- санитарно-эпидемиологические правила и нормативы;
- требования пожарной безопасности;
- перечень средств воспитания и обучения в зависимости от возраста и особенностей развития детей;
- рекомендации по оснащённости помещений и различных зон детского сада;
- требования к методическому обеспечению, а также к оборудованию дошкольного учреждения.

Цель этих требований – оптимизировать процесс воспитания и обучения. Они направлены на:

- обеспечение безопасных условий для воспитанников;
- стимулирование творческого развития;
- обеспечение индивидуального подхода в воспитании каждого ребенка с целью вывить таланты ребенка.

Воспитательные процессы направлены на подготовку к школе и реализуются с соблюдением прав ребенка и персонала.

Виды деятельности (игра, общение, познавательная деятельность), через которые реализуются задачи образовательной программы, зависят от возраста детей и их индивидуальных особенностей.

Наполнение предметно-развивающей среды соответствует стандартам и отвечает всем требованиям безопасности. Яркими составляющими материально-технической базы ОУ - являются:

- тематическое зонирование в группах;
- музей «Боевой славы» ;
- зона «Деревянная изба»;
- кабинет «Изодеятельности и конструирования»;
- кабинет «Лаборатория и монтессори - материалы».

Материально - техническое обеспечение спортивных залов.

№ п/п	Наименование	Размер	Количество
1.	Стенка гимнастическая	2,5х 1,1	6
2.	Скамейка гимнастическая	2,47х 22х 18	2
		2,45х 30х 14	1
3.	Гимнастическое бревно	2,47х 22х 18	1
4.	Канат	дл. 250 d =3-3,5 см	2
5.	Мат гимнастический	2,88х 1,23х 6	3
		0,95х 0,96х 10	2
6.	Щит навесной с баскетбольным кольцом	0,70х 0,60	2
7.	Дуги для подлезания	Высота 0,61	2
8.	Палки гимнастические	1,5	9
		1,05	12
9.	Обручи	D=100-120	12
		D=55-65	10
10.	Кольцо пластмассовое (серсо)		12
11.	Мешочки набивные		12
12.	Мячи резиновые	D= 20-25	15
		D= 12-14	15
		D= 6-8	24
13.	Мячи набивные (медбол)	Вес 1 кг	8
14.	Мячи баскетбольные		7
15.	Мячи надувные		10
16.	Мячи футбольные		3
17.	Скакалка		20
18.	Ленточки	Длинные	7
		Короткие	40

19.	Гантели	0,5 кг	10
20.	Кегли		25
21.	Флажки		22
22.	Платочки		20
23.	Массажеры		15
24.	Приставные бумы	Дл.2,5; 0,06х 0,06	2
25.	Эспандеры		14
26.	Кубики	0,04х 0,04х 0,04	10
27.	Диск здоровья		3
28.	Бадминтон		2
29.	Самомассажеры		13
30.	Волейбольная сетка	3 м	1
31.	Волейбольные мячи	D= 20см	4
32.	Гимнастический снаряд «Дорожка»		2
33.	Дартс		1
34.	Тренажер « Качаем ноги»		1
35.	Массажная дорожка		1
36.	Корзины для метания		2
37.	Хоп	D = 40 см	4
38.	Тоннель		2
39.	Мячи для большого тенниса	D = 6 см	10
40.	Ракетка		6
41.	Теннисный шарик	D = 3 см	10

3.4. Кадровые условия реализации Программы.

Процесс воспитания - процесс комплексный. Комплексность в данном контексте означает единство целей, задач, содержания, форм и методов воспитательного процесса, подчиненное идее целостности формирования личности. Формирование личностных качеств происходит не поочередно, а одновременно, в комплексе, поэтому и педагогическое воздействие должно иметь комплексный характер. Это не исключает, что в какой-то момент приходится уделять большее внимание тем качествам, которые по уровню сформированности не соответствуют развитию других качеств. Комплексный характер воспитательного процесса требует соблюдения целого ряда важных педагогических требований, тщательной организации взаимодействия между воспитателями и воспитанниками. Воспитательному процессу присущи значительная вариативность и неопределенность результатов. Это обусловлено

следующими факторами: большими индивидуальными различиями воспитанников, их социальным опытом, отношением к воспитанию. Уровень профессиональной подготовленности воспитателей, их мастерство, умение руководить процессом также оказывают большое влияние на его ход и результаты.

Процесс воспитания имеет двусторонний характер. Его течение необычно тем, что идет в двух направлениях: от воспитателя к воспитаннику и от воспитанника к воспитателю. Управление процессом строится главным образом на обратных связях, т. е. на той информации, которая поступает от воспитанников. Чем больше ее в распоряжении воспитателя, тем целесообразнее воспитательное воздействие.

Содержание деятельности педагога на этапе осуществления педагогического процесса может быть представлено взаимосвязанной системой таких педагогических действий, как:

- постановка перед воспитанниками целей и разъяснение задач деятельности;
- создание условий для принятия задач деятельности коллективом и отдельными воспитанниками;
- применение отобранных методов, средств и приемов осуществления педагогического процесса;
- обеспечение взаимодействия субъектов педагогического процесса и создание условий для его эффективного протекания;
- использование необходимых приемов стимулирования активности обучающихся;
- установление обратной связи и своевременная корректировка хода педагогического процесса.

Воспитательная деятельность педагога проявляется, прежде всего, в ее целях. Она не имеет конкретного предметного результата, который можно было бы воспринимать с помощью органов чувств, поскольку направлена на обеспечение эффективности других видов деятельности (учебной, трудовой). Содержание, формы и методы воспитательной деятельности педагога всегда подчинены тому или иному виду деятельности детей. О ее эффективности можно судить и по таким критериям, как уровень развития коллектива, обученность и воспитанность обучающихся, характер сложившихся взаимоотношений, сплоченность группы дошкольников. Однако основной продукт воспитательной деятельности всегда носит психологический характер. Деятельность педагога-психолога, как и любая другая, строится на основе переработки поступающей информации.

Важнейшей является психологическая информация о свойствах и состояниях коллектива и его отдельных членов. Отсюда воспитательная деятельность представляет собой различные методы, средства и приемы психологического и педагогического воздействия и взаимодействия. Основным признаком эффективного педагогического взаимодействия является взаимосвязь всех педагогов ОУ, направленная на развитие личности ребенка, социального становления, гармонизацию взаимоотношений детей с окружающим социумом, природой, самим собой.

При организации воспитательных отношений необходимо использовать потенциал основных и дополнительных образовательных программ и включать обучающихся в разнообразную, соответствующую их возрастным индивидуальным особенностям, деятельность, направленную на:

- формирование у детей гражданственности и патриотизма;
- опыта взаимодействия со сверстниками и взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;
- приобщение к системе культурных ценностей;
- готовности к осознанному выбору профессии;
- экологической культуры, предполагающей ценностное отношение к природе, людям, собственному здоровью;
- эстетическое отношение к окружающему миру;
- потребности самовыражения в творческой деятельности, организационной культуры, активной жизненной позиции.

Воспитательная деятельность педагога включает в себя реализацию комплекса организационных и психолого-педагогических задач, решаемых педагогом с целью обеспечения оптимального развития личности ребенка. Методическая детализация реализации воспитательной деятельности педагога осуществляется в процессе ее проектирования и организации.

Наименование должности	Функционал, связанный с организацией и реализацией воспитательного процесса
Заместитель директора	<ul style="list-style-type: none"> - создает условия, позволяющие педагогическому коллективу реализовать воспитательную деятельность; - проводит анализ итогов воспитательной деятельности в ОУ за учебный год; - планирует воспитательную деятельность дошкольных групп на учебный год, включая календарный план воспитательной работы на учебный год; - регулирование воспитательной деятельности в

	<p>дошкольных групп согласно плана программы воспитания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - контроль за исполнением управленческих решений по воспитательной деятельности в ОУ (в том числе осуществляется через мониторинг - качества организации воспитательной деятельности); - создание необходимой для осуществления воспитательной деятельности инфраструктуры; - развитие сотрудничества с социальными партнерами; - наполнение сайта ДОО информацией о воспитательной деятельности;
<p>Воспитатель дошкольных групп</p>	<ul style="list-style-type: none"> - участие в разработке и реализации разнообразных образовательных и социально значимых проектов; - участие творческой группы педагогов в воспитательной деятельности; - повышение психолого-педагогической квалификации воспитателей; - организация и проведение итоговых мероприятий по событиям, проведении общесадовых воспитательных мероприятий, проектов, акций; - участие обучающихся в районных и городских, конкурсах и т.д.; - организационно-методическое сопровождение воспитательной деятельности педагогических инициатив; - стимулирование активной воспитательной деятельности педагогов.
<p>Инструктор по физической культуре Музыкальный руководитель Учитель-логопед Учитель-дефектолог Педагог-психолог</p>	<ul style="list-style-type: none"> - обеспечивает занятие обучающихся творчеством, медиа, физической культурой; - формирование у обучающихся активной гражданской позиции, сохранение и приумножение нравственных, культурных и научных ценностей условиях современной жизни, сохранение традиций ДОО; - организация работы по формированию общей культуры будущего школьника; - внедрение здорового образа жизни;

	<ul style="list-style-type: none"> - внедрение в практику воспитательной деятельности научных достижений, новых технологий образовательного процесса; - организация участия обучающихся в мероприятиях, проводимых районными, городскими и другими структурами в рамках воспитательной деятельности;
Помощник воспитателя	<ul style="list-style-type: none"> - совместно с воспитателем обеспечивает занятие обучающихся творчеством, трудовой деятельностью; - участвует в организации работы по формированию общей культуры будущего дошкольника.

3.5. Организация образовательного процесса

Система физкультурно-оздоровительной работы

№	Разделы и направления работы	Формы работы	Ответственный
1.	Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОУ	Режимы: <ul style="list-style-type: none"> • типовой режим дня по возрастным группам • щадящий режим дня 	Ст.воспитатель, воспитатели, педагоги-специалисты
2.	Разнообразные виды организации режима двигательной активности ребенка: 2.1. Совместная деятельность	<ul style="list-style-type: none"> • утренняя гимнастика • физкультминутки, физкульт.паузы • совместная деятельность в ходе реализации образовательной области физическое развитие • совместная деятельность в ходе реализации образовательной области художественно-эстетическое развитие • спортивные праздники и досуги • спортивные соревнования • походы-прогулки • спортивные игры • подвижные игры на воздухе и в помещении • дни здоровья/каникулы 	Воспитатели, инструктор физ.воспитания музыкальный руководитель

	2.2. Самостоятельная деятельность	Самостоятельная двигательная активность детей в помещении и на прогулке	Воспитатели
3.	Оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение: 3.1. Диспансеризация	<ul style="list-style-type: none"> профилактические осмотры детей декретированных возрастных групп 	Врач-педиатр
		<ul style="list-style-type: none"> компьютерный мониторинг здоровья детей 	Врач-педиатр, инструктор физ.воспитания
	3.2. Профилактические мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> целенаправленные гимнастические комплексы - комплексы адаптационной гимнастики - тренажерный путь - глазной комплекс 	Воспитатели, инструктор физ.воспитания
		<ul style="list-style-type: none"> физиотерапевтические процедуры: - бактерицидное облучение помещений 	Медсестра
		<ul style="list-style-type: none"> комплекс неспецифической профилактики ОРВИ, гриппа, лор-заболеваний витамино-профилактический комплекс вакцинопрофилактика 	Врач-педиатр, ст. медсестра
3.3. Общеукрепляющие мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> режим теплового комфорта в выборе одежды для пребывания в группе, на занятиях по физкультуре, во время прогулок 	Воспитатели	
	<ul style="list-style-type: none"> режим проветривания и оптимизации вентиляции во время дневного сна 	Воспитатели	
	<ul style="list-style-type: none"> местные и общие воздушные ванны 	Воспитатели	
	<ul style="list-style-type: none"> свето-воздушные ванны и солнечные ванны в весенне-летний сезон 	Воспитатели	
4.	Организация питания	<ul style="list-style-type: none"> оздоровительное питание в соответствии с действующими натуральными нормами 	Ст. медсестра, повара
		<ul style="list-style-type: none"> индивидуальная диета для детей страдающих аллергическими заболеваниями, избыточным весом 	Ст. медсестра, повара
		<ul style="list-style-type: none"> пищевые добавки: - бифидокефир / сок 	Врач-педиатр, ст. медсестра, повара

5.	Психолого-педагогическое сопровождение развития	• создание психологического климата в ДОУ	Воспитатели
		• обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности	Воспитатели, педагоги-специалисты
		• личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми	Воспитатели
		• формирование основ коммуникативной деятельности у детей	Воспитатели
		• медико-педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период	Врач-педиатр, воспитатели
6.	Формирование основ гигиенических знаний и здорового образа жизни	• развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья	Ст. воспитатель, воспитатели, инструктор физвоспитания
		• воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков интереса и любви к физической активности	Воспитатели, инструктор физвоспитания
		• формирование основ безопасности жизнедеятельности	Воспитатели

Система закаливающих мероприятий

Закаливающие процедуры проводятся воспитателями групп в течение всего года на основе рекомендаций медицинской сестры, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребёнка.

В МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №3 им.А.А.Ивасенко» осуществляется дифференцированный отбор видов закаливания:

- дневной сон без маек, организуемый в проветренных спальнях;
- упражнения после сна (в постели) с элементами дыхательной гимнастики;
- хождение по массажному коврику;
- полоскание полости рта кипяченой водой комнатной температуры, применяемое систематически после каждого приёма пищи и являющееся превосходным средством, предупреждающим заболевания зубов и слизистых полости рта;
- хождение босиком, способствующее поддержанию определённого тонуса сосудистой сети кожи стоп, играющей важную роль в терморегуляции;

- хождение по мокрым (младший возраст) и солевым (старший возраст) дорожкам;
- воздушные ванны в сочетании с гимнастикой, подвижными играми, беговыми упражнениями;
- обширное умывание лица и рук;
- влажное обтирание рук, шеи, груди;
- игры с водой.

В осенне-зимний период используются обеззараживание воздуха рециркуляторами «Дезар», С витаминизация третьего блюда, закаливание.

Во всех возрастных группах разработаны комплексы оздоровительных мероприятий с учётом возрастных особенностей детей, которые включают в себя профилактические, физкультурно-оздоровительные, коррекционные мероприятия и закаливающие процедуры. В каждой группе имеются листы здоровья детей с отметкой группы здоровья, часто болеющих, состоящих на диспансерном учёте; также отмечаются: отклонения в состоянии здоровья детей, физкультурная группа, показатели физического развития, данные по итогам диагностики уровня физического развития, даются рекомендации специалистов (врача-педиатра, психолога, руководителя по физическому воспитанию).

Для объективной оценки состояния здоровья детей и коррекции педагогической деятельности воспитателей по оздоровлению, ежегодно проводятся осмотры детей врачом-педиатром, а воспитанников подготовительных групп и узкими специалистами: окулист, хирург, отоларинголог, невропатолог, эндокринолог, стоматолог. Педиатр подводит итог осмотров, оценивает физическое, нервно-психическое развитие детей, определяет группу здоровья, даёт рекомендации родителям.

В ОУ проводятся мероприятия, направленные на профилактику нарушений зрения, опорно-двигательного аппарата, с часто болеющими детьми.

Педагогам ОУ руководителем по физическому воспитанию даются конкретные рекомендации по формированию правильной осанки и укрепления свода стопы у детей:

- специальные упражнения, используемые в ходе утренней гимнастики;
- комплексы физминуток;
- цикл коррекционных игр и упражнений, входящих в гимнастику после сна.

Для родителей воспитанников предлагаются рекомендации по формированию правильной осанки и укрепления свода стопы в домашних условиях:

- комплексы игр и упражнений с различными предметами (палки, мячи, обручи, занятия с мячами-фитболами).

Оздоровительные мероприятия для часто болеющих детей в условиях ОУ:

- щадящий режим;
- рациональная дозировка нагрузки в ходе физкультурно-оздоровительной работы;
- комплекс дыхательных упражнений для повышения функциональной эффективности дыхательной системы

Режим двигательной активности младшего и среднего дошкольного возраста

Одним из многообразных факторов, влияющих на состояние, здоровья и развитие ребенка-дошкольника, является двигательная активность (ДА). Благоприятное воздействие на организм может быть оказано только в том случае, если ее уровень находится в пределах оптимальных величин. Двигательный режим включает в себя разные виды занятий по физической культуре и самостоятельную деятельность, в которых четко прослеживаются локомоторные действия детей.

В связи с учетом особенностей ДА детей дошкольного возраста в детском саду разработана рациональная модель двигательной активности

Режим двигательной активности младшего и среднего дошкольного возраста

(при 12 – часовом пребывании детей)

раздел	№ п/п	Организованные формы двигательной деятельности	Длительность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
			1 – 4 гр.зд.					
Совместная	1.	Непосредственно образовательная деятельность 1 половина дня:	15-20	15-20	15-20	15-20	15-20	15-20
	2.	Физ. минутки	1	1	1	1	1	1
	3.	Утренняя гимнастика	5-8	5-8	5-8	5-8	5-8	5-8

	4.	Взбадривающая гимнастика	3	3	3	3	3	3
		«Дорожка здоровья»	2	2	2	2	2	2
	5.	Прогулка (подвижные игры и физические упражнения)	20-25	20-25	20-25	20-25	20-25	20-25
		1 половина дня						
		2 половина дня	15-20	15-20	15-20	15-20	15-20	15-20
ИТОГО В ТЕЧЕНИЕ ДНЯ				61-79	61-79	61-79	61-79	61-79
ИТОГО В ТЕЧЕНИЕ НЕДЕЛИ				305 – 395 (5 ч. 8 мин – 6 ч. 58 мин)				

**Режим двигательной активности старшего дошкольного возраста
(при 12 – часовом пребывании детей)**

раздел	№ п/п	Организованные формы двигательной деятельности	Длит-	Понеде	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
			ть	льник				
			1 – 4 гр.зд.					
Совместная деятельность	1.	Непосредственно образовательная деятельность 1 половина дня:	25-30	25-30	25-30	25-30	25-30	25-30
	2.	Физ. минутки	2	2	2	2	2	2
	3.	Утренняя гимнастика	10-12	10-12	10-12	10-12	10-12	10-12
	5.	Взбадривающая гимнастика	5	5	5	5	5	5
		«Дорожка здоровья»	3	3	3	3	3	3
	6.	Прогулка (подвижные игры и физические упражнения) 1 половина дня	25-30	25-30	25-30	25-30	25-30	25-30
		2 половина дня	15-20	15-20	15-20	15-20	15-20	15-20
ИТОГО В ТЕЧЕНИЕ ДНЯ				85-102	85-102	85-102	85-102	85-102
ИТОГО В ТЕЧЕНИЕ НЕДЕЛИ				425 – 510 мин (7ч. 8 мин – 8 ч. 50 мин)				

При разработке модели ДА учитывали следующие факторы:

- удовлетворение детьми биологической потребности в двигательной активности;

- рациональное содержание двигательной деятельности, основанное на оптимальном соотношении разных видов занятий, подобранных с учетом возрастных и индивидуальных особенностей;
- двигательная активность должна соответствовать опыту ребенка, интересам, желаниям, функциональным возможностям организма, что составляет основу индивидуального подхода;
- оптимизация ДА за счет дополнительных видов занятий двигательного характера с использованием нетрадиционных методик

Организация совместной деятельности в месяц/год

Раздел	№ п/п	Совместная деятельность	Длительность	Особенности организации
Совместная деятельность	1.	Физкультурный досуг	20 – 30 мин	1 раз в месяц
	2.	Спортивные праздники	30-35 мин	2 раза в год

Расписание НОД по физической культуре на 2023-2024 учебный год.

День недели	Спортивный зал	Время	Группа
Понедельник	Малый	8:50 – 9:25	2 мл. гр
	Большой	9:30 – 9:50	Средняя
Вторник	Большой	9:30 – 9:55	Старшая
	Большой	10:30 – 10:55	Подготовительная
Среда	Малый	9:10-9:40	1 мл.гр
	Малый	11:10 – 11:40 л/а	Подготовительная
	Большой	15:30 – 15:50	Старшая
Четверг	Малый	8:55 – 9:20	1мл. гр
	Большой	9:25 – 9:55	Подготовительная
Пятница	Малый	9:00 – 9:40	2 мл. гр
	Большой	10:30 – 10:55	Старшая

3.6. Календарный план воспитательной работы.
3.6.1. Перспективное планирование НОД по физической культуре.

IV. Младшая группа

Месяц	Задачи	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Подвижные игры
Сентябрь	Ознакомить с ходьбой и бегом в заданном направлении; развивать умение сохранять равновесие, ознакомить с прыжками на 2-х ногах на месте; ходьба и бег в колонне по одному; прокатывание мяча друг другу; ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени.	1-3 недели – без предметов, 4-ая неделя – с кубиками	1. Прыжки на двух ногах на месте и вокруг предмета. 2. Ползание на четвереньках 3. Прокатывание мяча друг другу	«Бегите ко мне», «Догони мяч», «Мой веселый звонкий мяч», «Найди свой домик»
Октябрь	Формировать умение ходить и бегать по кругу, развивать устойчивое положение при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры; развивать умение приземляться на полусогнутые ноги; во время ходьбы и бега действовать по плану, развивать навык энергичного отталкивания мячей друг другу при прокатывании.	1-я неделя – с кубиками 2,4 – недели – без предметов, 3-я неделя – с большим мячом	1. Прокатывание мяча в прямом направлении 2. Ползание на четвереньках (прямо, «змейкой» между предметами, под шнур) 3. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	«Поезд», «У медведя во бору», «Бегите к флажку», «Мыши в кладовой»
Ноябрь	Закрепить навык ходьбы и бега в колонне по	1-я неделя – с кубиками, 2-я неделя с	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч	«Мыши в кладовой», «Трамвай»,

	<p>одному; с выполнением заданий по сигналу в чередовании бега и ходьбы; упражнять: в прыжках из обруча в обруч; прокатывании, бросании и ловле мяча; в равновесии на уменьшенной площади опоры.</p>	<p>обручами, 3-я неделя – с флажками, 4-я неделя – б/п</p>	<p>2. Ловить мяч и бросать его обратно 3. Ползание под дугой (высота 50 см.)</p>	<p>«По ровненькой дорожке», «Найди свой домик»</p>
Декабрь	<p>Формировать умение ходить и бегать в рассыпную с использованием всей площадки; по кругу; между предметами, не задевая их. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по доске; развивать навык приземления на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча; подлезать под шнур и дугу, не задевая их.</p>	<p>1-3 недели – с кубиками, 4-я неделя – б/п</p>	<p>1. Прыжки со скамейки 2. Подлезание под шнур 3. Ходьба по скамейке со спрыгиванием в конце 4. Прокатывание мяча друг другу из положения, сидя ноги врозь.</p>	<p>«Наседка и цыплята», «Поезд», «Птичка и птенчики», «Воробышки и автомобиль»</p>
Январь	<p>Ознакомить детей с построением и ходьбой парами; упражнять в ходьбе и беге в рассыпную, формировать умение мягко приземляться на полусогнутые ноги; упражнять в прокатывании мяча вокруг предмета; в</p>	<p>1-я неделя – б/п 2-я неделя – с флажками 3-я неделя – с мячом. 4-я неделя – с погремушками</p>	<p>1. Прыжки со скамейки (высота 15 см) на полусогнутые ноги 2. Прокатывание мяча вокруг предмета 3. Подлезание под дугу высотой 40-50 см. 4. Ходьба по ребристой доске 5. Прыжки из обруча в обруч</p>	<p>«Кролики», «Трамвай», «Мой веселый звонкий мяч», «Найди свой цвет», «Мыши в кладовой»</p>

	<p>подлезании под дугу; развивать глазомер и ловкость;</p> <p>упражнения на внимание по сигналу;</p> <p>формировать умение сохранять равновесие в ходьбе по ограниченной площади опоры.</p> <p>Формировать умение выполнять правила в подвижных играх.</p>			
Февраль	<p>Упражнять в ходьбе и беге с выполнением заданий по сигналу.</p> <p>Формировать умение приземляться мягко после прыжков; энергично отталкивать мяч при прокатывании его в прямом направлении.</p> <p>Упражнять в ходьбе с перешагиванием через предметы; формировать умение перебрасывать мячи через шнур;</p> <p>упражнять в подлезании на четвереньках; в равновесии по уменьшенной площади опоры.</p> <p>Закреплять навыки ходьбы переменным</p>	<p>1-я неделя – с обручами,</p> <p>2-я неделя – с мячом,</p> <p>3-я неделя – б/п</p> <p>4-я неделя – с кубиками</p>	<p>1. Перебрасывание мяча друг другу через шнур двумя руками</p> <p>2. Прокатывание мяча друг другу в положении сидя, ноги скрестно</p> <p>3. Подлезание под шнур, держа мяч впереди двумя руками</p> <p>4. Ползание на четвереньках «как жуки» (3-4 м)</p> <p>5. Ходьба с перешагиванием через предметы</p>	<p>«Птички в гнздышке»,</p> <p>«Воробышки и кот»,</p> <p>«Найди свой цвет»,</p> <p>«Кролики»</p>

	шагом (через рейки лестницы)			
Март	<p>Формировать умение прыгать в длину с места; правильному хвату за рейки лестницы при лазании.</p> <p>Упражнять в ходьбе парами, беге врассыпную, развивать ловкость при прокатывании мяча, в ходьбе и беге по кругу; разучить бросание мяча о землю и ловлю его 2-мя руками; упражнять в ползании по доске; в ходьбе через препятствия; в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке.</p>	<p>1-я неделя – с кубиками,</p> <p>2-я неделя – с мячом,</p> <p>3-я неделя – б/п</p> <p>4-я неделя – на скамейке с кубиками</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, через шнуры</p> <p>2. Прыжки в длину с мячом</p> <p>3. Бросание мяча о землю и ловля его двумя руками</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке до погремушки</p> <p>5. Лазание по наклонной лестнице</p> <p>6. Прыжки через «ручеек» с места (30 см)</p>	<p>«Поезд», «Воробышки и кот», «Светит солнышко в окошко», «Наседка и цыплята»</p>
Апрель	<p>Формировать умение приземляться на обе ноги; бросать мяч вверх и ловить его двумя руками; влезать на наклонную лестницу.</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в прыжках в длину с места; бросании мяча о пол; ходьбе и беге врассыпную; в колонне по одному; ходьбе</p>	<p>1-я неделя – с мячом,</p> <p>2-я неделя – с обручем,</p> <p>3-я неделя – б/п</p> <p>4-я неделя – с погремушками</p>	<p>1. Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с опорой на колени и ладони</p> <p>2. Влезание на наклонную лесенку</p> <p>3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками</p> <p>4. Ходьба по доске, на середине перешагнуть через набивной мяч</p> <p>5. Перепрыгивание</p>	<p>«Курочка-хохлатка», «Найди свой цвет», «Мыши в кладовой», «Воробышки и автомобиль»</p>

	<p>по доске; ползании по доске. Формировать правильную осанку. Закреплять перепрыгивание через шнур; ползание по скамейке на ладонях и коленях. Формировать умение ходить приставным шагом</p>		через шнуры	
Май	<p>Формировать умение мягко приземляться при выполнении прыжка в длину с места; подбрасывать мяч вверх и ловить его. Упражнять в ходьбе и беге по кругу; в перепрыгивании через шнур; в ходьбе и беге в рассыпную и нахождении своего места в колонне; в ползании по скамейке на ладонях и коленях; переменным шагом. Закреплять умение влезать на наклонную лесенку.</p>	<p>1-я неделя – с обручами, 2-я неделя – с погремушками, 3-я неделя – б/п 4-я неделя – с мячом</p>	<p>1. Перепрыгивание через шнуры 2. Влезание на наклонную лесенку 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками 4. Прыжки в длину с места (расст. 15 см) 5. Ходьба по доске, руки на пояс</p>	<p>«Мыши в кладовой», «Огуречик, огуречик» «Воробышки и кот», «Найди свой цвет»</p>

Средняя группа

Месяц	Задачи	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Подвижные игры
Сентябрь	Упражнять в ходьбе	1-я неделя – б/п,	1. Ходьба и бег	«Найди себе

	и беге колонной, в энергичном отталкивании от пола двумя ногами. Формировать умение сохранять равновесие при ходьбе по уменьшенной площади опоры, подпрыгивать вверх энергично, подбрасывать мяч вверх и ловить двумя руками. Закрепить прокатывание мяча в прямом направлении, подлезание под шнур в группировке	2-я неделя – с флажками, 3-я неделя – с мячом, 4-я неделя – с обручем	между параллельными линиями 2. Прыжки на двух ногах с поворотом вправо и влево (вокруг обруча) 3. Подпрыгивание на месте на 2-х ногах «Достань до предмета» 4. Ползание на четвереньках с подлезанием под дугу. 5. Прокатывание мяча друг другу 2-мя руками 6. Ходьба по скамейке с перешагиванием 7. Ходьба по ребристой доске	пару», «Пробеги тихо», «Огуречик, огуречик», «Подарки»
Октябрь	Формировать умение сохранять устойчивое положение при ходьбе на повышенной опоре; находить свое место при ходьбе и беге, развивать глазомер и ритмичность шага при перешагивании через бруски. Упражнять в энергичном отталкивании от пола, в прокатывании мячей друг другу, развивать точность направления; в подлезании под дугу не касаясь руками пола, в ходьбе с изменением направления, в прыжках на 2-х ногах	1,2 –я недели б/п, 3-я неделя – с мячом, 4-я неделя – с кубиками	1. Прыжки на двух ногах из обруча в обруч 2. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками 3. Подлезание под дугу 4. Ползание под шнур (40 см) с мячом в руках 5. Прокатывание мяча по дорожке 6. Ходьба по скамейке с перешагиванием	«Кот и мыши», «Цветные автомобили», «Совушка», «Огуречик», «Мы веселые ребята», «Карусель»

Ноябрь	<p>Упражнять в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, бросании мяча о землю и ловле его 2-мя руками. Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления, в прыжках на двух ногах, в перебрасывании мяча и др.; ползать на животе по скамейке, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе по повышенной опоре. Ползать на четвереньках, следить за правильной осанкой, ходьба и бег между предметами, не задевая их</p>	<p>1,2 –я недели б/п, 3-я неделя – с мячом, 4-я неделя – с флажками</p>	<p>1. Прыжки на двух ногах через шнур 2.Перебрасывание мячей двумя руками снизу (расст. 1,5 м) 3. Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивая через кубики 4. Ползание на животе по скамейке, подтягиваясь руками, хват с боков 5.Прыжки через бруски 6. Прокатывание мячей между предметами, поставленными в одну линию 7. Ходьба по гимн. скамейке с поворотом на середине</p>	<p>«Самолеты», «Цветные автомобили», «Лиса в курятнике», «У ребят порядок», «Быстрой к своему флажку»</p>
Декабрь	<p>Формировать умение перестраиваться в пары на месте. Упражнять в мягком приземлении при спрыгивании; закреплять умение прокатывать мяч, развивать глазомер, закреплять умение ловить мяч. Упражнять в ползании на четвереньках на повышенной опоре, закреплять навык нахождения своего места в колонне. Закреплять прыжки на 2-х ногах.</p>	<p>1-я неделя – б/п, 2-я неделя – с флажками, 3-я неделя – с кубиками, 4-я неделя – б/п</p>	<p>1.Прыжки со скамейки (20 см) 2.Прокатывание мячей между предметами 3.Ползание на четвереньках по гимн. скамейке, хват с боков 4. Перепрыгивание через кубики на 2-х ногах 5. Ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, выс. 25 см от пола 6. Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах</p>	<p>«Трамвай», «Карусели», «Поезд», «Птичка и птенчики», «Котята и щенята»</p>

			(2раза снизу)	
Январь	<p>Упражнять в беге и ходьбе между предметами, закреплять умение отбивать мяч от пола; упражнять в ползании по скамейке на четвереньках.</p> <p>Ходьба со сменой ведущего с высоким подниманием колен. Закреплять умение подлезать под шнур, действовать по сигналу. Разучить ходьбу по гимнастической скамейке с поворотом на середине; упражнять в перешагивании через препятствия.</p>	<p>1-я неделя – с мячом</p> <p>2-я неделя – с косичкой,</p> <p>3-я неделя – б/п</p> <p>4-я неделя – с обручем</p>	<p>1.Отбивание мяча одной рукой о пол (4-5 раз), ловля двумя руками</p> <p>2.Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него, слева и справа</p> <p>3.Подлезание под шнур боком</p> <p>4. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине сделать поворот кругом и пройти дальше, спрыгнуть</p> <p>5. Перебрасывание мяча друг другу, стоя в шеренгах (2раза снизу)</p> <p>6. Прыжки в высоту с места «Достань до предмета»</p>	<p>«Найди себе пару», «самолеты», «Цветные автомобили», «Котята и щенята»</p>
Февраль	<p>Развивать умение быть инициативным, в подготовке и уборке мест занятий. Формировать умение ловить мяч двумя руками, в ходьбе и беге по кругу с изменением направления.</p> <p>Ходьба и бег по наклонной доске, перепрыгивая через шнуры. Закрепить упражнения в равновесии. Навык подлезания на четвереньках.</p> <p>Упражнять в ходьбе с выполнением заданий, прыжках</p>	<p>1,3,4 -я недели – б/п,</p> <p>2-я неделя – с мячом</p>	<p>1.Прыжки через короткие шнуры (6-8 шт)</p> <p>2. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы</p> <p>3. Метание мешочков в вертикаль. цель правой и левой рукой</p> <p>4. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях</p> <p>5.Ходьба с перешагиванием через предметы</p> <p>6. Ходьба и бег по</p>	<p>«У медведя во бору», «Воробушки и автомобиль», «Перелет птиц», «Кролики в огороде»</p>

	из обруча в обруч. Воспитывать и поддерживать дружеские отношения.		наклонной доске	
Март	Формировать умение правильно занимать И.П. при прыжках в длину с места, лазать по наклонной лестнице. Упражнять в бросании через сетку, в ходьбе и беге по кругу, с выполнением задания, в прокатывании мяча вокруг предметов, в ползании на животе по скамейке, ходьбе и беге по наклонной доске. В перешагивании через предметы. Учить сознательно относиться к правилам игры.	1-я неделя – с обручем 2-я неделя – с м. мячом, 3-я неделя – б/п 4-я неделя – с флажками	1.Перебрасывание мяча через шнур (расст. до шнура 2м) 2.Прокатывание мяча между предметами 3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и коленях 4. Лазание по наклонной лестнице 5.Ходьба по гимн. скамейке боком приставным шагом, руки на поясе с перешагиванием через предметы 6. Ходьба и бег по наклонной доске	«Бездомный заяц», «Подарки», «Охотники и зайцы», «Наседка и цыплята»
Апрель	Формировать умение энергично отталкиваться при прыжках в длину с места, замаху при метании мешочков на дальность, соблюдению дистанции во время передвижения и построения. Закреплять умение принимать правильное положение при прыжках в длину с места, в метании в горизонтальную цель, ползания на четвереньках, ходьбе по	1-я неделя – б/п 2-я неделя – с м. мячом, 3-я неделя – с косичкой 4-я неделя – б/п	1. Прыжки в длину с места 2.Метание мешочков на дальность 3. Метание мешочков в вертикаль. цель правой и левой рукой 4.Лазание по гимнастической стенке 5.Ходьба по гимн. скамейке боком приставным шагом, руки на поясе с перешагиванием через предметы 6. Ползание по	«Совушка», «Воробушки и автомобиль», «Птички и кошки», «Котята и щенята»

	ограниченной площади опоры, на повышенной опоре. Развивать умение ходить и бегать со сменой ведущего. Повторить перебрасывание мяча друг другу.		гимнастической скамейке на ладонях и коленях	
Май	Формировать умение бегать и ходить со сменой ведущего, лазать по гимнастической стенке. Упражнять в прыжках в длину с места, перебрасывание мяча друг другу, метание правой и левой рукой на дальность, в верт. Цель, в ползании по скамейке на животе, в прыжках через скамейку в игре «Удочка»	1-я неделя – с кубиками 2-я неделя – с обручем, 3-я неделя – с гимн. палкой 4-я неделя – б/п	1. Прыжки через скакалку 2. Метание правой и левой рукой на дальность 3. Метание мешочков в вертик. цель правой и левой рукой 4. Ползание на животе по гим. скамейке, хват с боков 5. Ходьба по гимн. скамейке на носках, руки за головой, на середине присесть и пройти дальше 6. Лазание по гимнастической стенке, не пропуская реек	«Котята и щенята», «У медведя во бору», «Зайцы и волк», «Подарки»

Старшая группа

Месяц	Задачи	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Подвижные игры
Сентябрь	Формировать умение сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, ходьбе на носках, энергичному отталкиванию двумя ногами от пола взмах рук в прыжке с доставанием до предмета,	1-я неделя – б/п 2-я неделя – с м. мячом, 3-я неделя – с палкой 4-я неделя – б/п	1. Бег в среднем темпе до 1 мин., чередование с ходьбой 2. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед, змейкой между предметами 3. Подбрасывание мяча вверх и ловля его после хлопка	«Мышеловка», «Удочка», «Мы веселые ребята», «Найди свою пару»

	<p>подбрасывание мяча вверх, ходьбе с изменением тела, пролезание в обруч, не задевая края. Упражнять в ходьбе и беге в колонне по одному, враспынную, в перебрасывании мяча, подбрасывании мяча двумя руками вверх. В ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге. Развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру, в прыжках с продвижением вперед.</p>		<p>4. Ходьба по канату, боком приставным шагом, руки на поясе, с мешочком на голове 5. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове 6. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы</p>	
Октябрь	<p>Учить перестроению в колонну по два, ходьбе приставным шагом по гим. скамейке, повороту во время ходьбы по сигналу, делать поворот во время ходьбы и бега в колонну по два (парами). Упражнять в беге до 1 мин., в перешагивании через шнуры и метанию мяча в цель, в равновесии и прыжках. Повторить пролезание в обруч боком, перебрасывании мяча друг другу,</p>	<p>1-я неделя – б/п 2-я неделя – с б. 3-я неделя – с обручем 4-я неделя – б/п</p>	<p>1. Прыжки на 2-х ногах через шнуры, прямо, боком 2. Броски мяча двумя руками от груди, перебрасывать друг другу двумя руками из-за головы 3. Метание в горизонтальную цель правой и левой рукой 4. Ползание на четвереньках между предметами, подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь пола 5. Пролезание через три обруча</p>	<p>«Перелет птиц», «Удочка», «Гуси-гуси», «Ловишки», «Мы веселые ребята»</p>

	переползание через препятствия		(прямо, боком) 6. Ходьба по гимнастической скамейке на середине повернуться, присесть, перешагнуть через мяч	
Ноябрь	Учить перекладывать мяч (мал.) из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке, прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед. Отрабатывать навыки ходьбы с высоким подниманием колен; бег враспышную. Перебрасывание мяча в шеренге, ползание по скамейке на животе и ведение мяча между предметами, пролезание через обручи с мячом в руках, ходьба с остановкой по сигналу. Закреплять подлезание под шнур боком и прямо, ходьбу змейкой. Развивать ловкость и координацию движений.	1-я неделя – с м. мячом 2-я неделя – с обручем 3-я неделя – с б. мячом 4-я неделя – на гимн. скамейке	1. Ходьба по гим. скамейке с перекладыванием мяча (мал.) из одной руки в другую 2. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями 3. Ведение мяча с продвижением вперед 4. Перебрасывание мяча 2-мя руками снизу, из-за головы. 5. Подлезание под шнур боком, прямо, не касаясь руками пола 6. Игра «Волейбол» двумя руками.	«Пожарные учения», «Не оставайся на полу», «Удочка», «Ловишки с ленточками», «Найди свою пару», «Горелки»
Декабрь	Учить ходьбе по наклонной доске, прыжкам с ноги на ногу с	1-я неделя – с палкой 2-я неделя – б/п 3-я неделя – с	1. Ходьба по наклонной доске. Закрепленной на гим. стенке, спуск	«Кто скорей до флажка», «Охотники и зайцы»,

	<p>продвижением вперед, лазать по гимнастической стенке.</p> <p>Совершенствовать : бег в колонне по одному с сохранением дистанции, прыжки на двух ногах с преодолением препятствий, ползание на четвереньках между кеглями, подбрасывание и ловлю мяча; развивать ловкость и глазомер, ползание по гимнастической скамейке на животе.</p> <p>Закреплять: равновесие в прыжке, бег в рассыпную и по кругу с поворотом в др. сторону.</p>	<p>обручем</p> <p>4-я неделя – б/п</p>	<p>по гим. стенке</p> <p>2.Перебрасывание мяча 2-мя руками из-за головы, стоя на коленях</p> <p>3. Прыжки на правой и левой ноге до обозначенного места</p> <p>4.Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками</p> <p>5. Ходьба по гим. скамейке с мешочком на голове</p> <p>б. Перебрасывание мяча друг другу 2-мя руками снизу с хлопком перед ловлей</p>	<p>«Хитрая лиса», «Пятнашки», «Перебежки», «Удочка»</p>
Январь	<p>Учить лазать по гимнастической стенке с переходом на соседний пролет.</p> <p>Упражнять в ходьбе и беге между предметами, в прыжках с ноги на ногу, забрасывать мяч в кольцо, ползать на четвереньках, проталкивая мяч перед собой головой, в пролезании в обруч и в равновесии, в ведении мяча в прямом</p>	<p>1-я неделя – с кубиками</p> <p>2-я неделя – с косичками</p> <p>3-я неделя – с м. мячом</p> <p>4-я неделя – б/п</p>	<p>1. Ходьба по наклонной доске (выс. 40 см)</p> <p>2. Прыжки на правой и левой ноге между кубиками</p> <p>3.Бросание мяча вверх двумя руками снизу друг другу</p> <p>4. Пролезание в обруч</p> <p>5. Лазание по гимн. стенке</p> <p>6. Ведение мяча и забрасывание в баскетбольное кольцо</p>	<p>«Медведь и пчелы», «Совушка», «Хитрая лиса», «Ловишки с ленточками». «Пожарные на учения»</p>

	направлении. Повторить и закрепить ходьбу по наклонной доске с мешочком на голове, следить за осанкой и устойчивым равновесием			
Февраль	Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске, метание мячей в вертикальную цель, лазание по гин. стенке. Закрепить перепрыгивание через бруски, забрасывание мяча в корзину, навык энергичного отталкивания и приземление при прыжках в длину с места, подлезание под дугу и отбивание мяча о пол, подлезание под палку и перешагивание через нее.	1-я неделя – с обручем 2-я неделя – с палкой 3-я неделя – на скамейке 4-я неделя – б/п (аэробика)	1. Перепрыгивание через бруски толчком обеих ног прямо, правым и левым боком 2. Забрасывание мяча в баскетбольное кольцо двумя руками 3. Метание мешочков в вертикальную цель 4. Прыжки на 2-х ногах через косички 5. Прыжки в длину с места 6. Прыжки с ноги на ногу между предметами	«Космонавты», «Поймай палку», «Бег по расчету», «Не оставайся на полу», «Догони мяч»
Март	Учить ходьбе по канату с мешочком на голове, прыжкам в высоту с разбега. Упражнять в ходьбе в колонне по одному с поворотом в др. сторону на сигнал, в прыжках из обруча в обруч, в метании в цель. В ходьбе и беге между предметами, с перестроении в пары и обратно.	1-я неделя – с мячом 2-я неделя – б/п 3-я неделя – с обручем 4-я неделя – б/п	1. Ходьба по канату боком, приставным шагом 2. Перебрасывание мячей с отскоком от пола 3. Прыжки в высоту с разбега (выс. 30 см) 4. Метание мешочков в горизонтальную цель 5. Подлезание под дугу 6. Ползание по скамейке «по	«Пожарные на учении», «Медведи и пчелы», «Не оставайся на полу», «Мяч ведущему», «Проползи не задень»

	Повторить ползание на четвереньках между предметами, подлезании под рейку, построение в три колонны.		медвежьи»	
Апрель	Разучить: прыжки с короткой скакалкой. Бег на скорость. Упражнять: в ходьбе по гим. скамейке, прыжках на 2-х ногах, метании в вертикальную цель, ходьбе и беге между предметами. В прокатывании обручей. В равновесии и прыжках. Закрепить: и.п. при метании в вертикальную цель, навыки лазания по гим. стене одноименным способом.	1-я неделя – б/п 2-я неделя – с косичкой 3-я неделя – с м. мячом 4-я неделя – б/п	1. Прыжки из обруча в обруч, на 2-х ногах 2. Метание в верт. цель правой и левой рукой 3. Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед 4. Пролезание в обруч 5. Футбол с водящим 6. Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове.	«Медведи и пчелы», «Удочка», «Горелки», «Метко в цель», «Пожарные на учениях»
Май	Разучить прыжки в длину с разбега. Упражнять в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону. В перешагивании через набивные мячи, в прыжках на 2-х ногах, в перебрасывании мяча друг другу, лазании «по медвежьи», бросании мяча о пол одной рукой, ловля двумя. Закрепить:	1-я неделя – б/п 2-я неделя – с флажками 3-я неделя – б/п 4-я неделя – с ленточками	1. Прыжки с продвижением вперед с ноги на ногу 2. Перебрасывание мяча друг другу и ловля после отскока 3. Ползание «по медвежьи» 4. Забрасывание мяча в кольцо (баскетбол) 5. Прыжки через скакалку на месте и с продвижением вперед	«Караси и щуки», «Третий лишний», «Перемени предмет», «Горные спасатели»

	ползание по гим. скамейке на животе; бросание мяча о стену.			
--	---	--	--	--

Подготовительная группа

Месяц	Задачи	Общеразвивающие упражнения	Основные виды движений	Подвижные игры
Сентябрь	Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, с соблюдением дистанции, с четким фиксированием поворотов; по кругу с остановкой по сигналу. Упражнять в сохранении равновесия на повышенной опоре; развивать точность при переброске мяча; координировать движение в прыжке с достав. до предмета, при перешагивании через предметы. Повторить: упражнение на перебрасывание мяча и подлезание под шнур; в переползании через скамейку; прыжки на двух ногах; акробатический кувырок	1-я неделя – б/п 2-я неделя – с палкой 3-я неделя – с м. мячом 4-я неделя – с обручем	1. Ходьба по гим. скамейке боком, приставным шагом через мячи 2. Перебрасывание мячей друг другу: двумя руками снизу; двумя руками из-за головы 3. Прыжки с разбегом с доставанием до предмета 4. Бросание малого мяча вверх, ловля 2-мя руками 5. Ползание на животе подтягиваясь руками 6. Лазание по гим. стенке с переходом на другой пролет	«Кто скорее к флажку», «Не оставайся на полу», «Жмурки», «Пингвины»,
Октябрь	Закрепить навык ходьбы и бега между предметами; с изменением направления по сигналу. С высоким подниманием колен, со сменой темпа движения; бег между линиями. Упражнять: в сохранении равновесия,	1-я неделя – со скакалкой 2-я неделя – с кеглями 3-я неделя – со скакалкой 4-я неделя – с мячом	1. Прыжки через шнур и вдоль на 2-х ногах, на одной ноге 2. Прыжки с высоты (40 см) 3. Бросание малого мяча вверх, ловля 2-мя руками, переброс друг другу 4. Отбивание	«Стоп», «Дорожка препятствий», «Охотники и утки», «Совушка», «Ловкая пара»

	прыжках, бросании мяча, приземлении на полусогнутые ноги в прыжках со скамейки, переползании на четвереньках с дополнительным заданием. Развивать координацию движений. Разучить: прыжки вверх из глубокого приседания.		мяча одной рукой на месте, ведение и забрасывание мяча в корзину 5. Пролезание : через 3 обруча, прямо и боком 6. Ползание по гимнастической скамейке на животе	
Ноябрь	Закрепить навык ходьбы и бега по кругу; парами, с преодолением препятствий; «змейкой», между предметами. Разучить ходьбу по канату; прыжки через короткую скакалку; бросание мешочков в горизонтальную цель; переход по диагонали на другой пролет гим. стенки. Упражнять в энергичном отталкивании в прыжках; подползании под шнур; прокатывании обручей, ползании по скамейке с мешком на спине; в равновесии	1-я неделя – с обручем 2-я неделя – на гим. скамейке 3-я неделя – со скакалкой 4-я неделя – с мячом	1. Ходьба по канату боком приставным шагом 2. Прыжки попеременно на левой и правой ногах через шнур 3. Прыжки через короткую скакалку 4. Подлезание под шнур боком 5. Метание в горизонтальную цель 6. Лазание по гимн. стенке и переход на соседний пролет	«Перелет птиц», «Мышеловка», «Рыбак и рыба», «Лягушки и цапля»
Декабрь	Закреплять навык ходьбы с выполнением задания по сигналу; бег с преодолением препятствий, парами; перестроение с одной колонны в 2и 3; развивать координацию движений при	1-я неделя – с мячом 2-я неделя – с гим. палкой 3-я неделя – с м. мячом 4-я неделя – в парах	1. Лазание по гим. стенке с переходом на другой пролет 2. Забрасывание мяча в корзину 2-мя руками 3. Отбивание мяча в ходьбе 4. Прыжки со скамейке на полусогнутые	«Ловля обезьян», «Перемени предмет», «Два мороза», «Снайперы»

	<p>ходьбе по ограниченной поверхности. Упражнять в прыжках, при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах; в переползании по гимн. скамейке; в лазании по гим. стенке с переходом на другой пролет; следить за осанкой во время выполнения упр. на равновесие.</p>		<p>ноги 5. Прыжки, при переменном подпрыгивании на правой и левой ногах 6. Переползание по прямой «Крокодил» (расст. 3 м)</p>	
Январь	<p>Разучить: ходьбу приставным шагом, прыжки на мягкое покрытие; метание набивных мячей. Закрепить: перестроение из 1 колонны в 2 по ходу движения; преползание по скамейкам, развивать ловкость и координацию в упр. с мячом; навыки ходьбы в чередовании с бегом, с выполнением заданий по сигналу; умение в прыжках энергично отталкиваться от пола и приземляться на полусогнутые ноги.</p>	<p>1-я неделя – на скамейках 2-я неделя – с кеглями 3-я неделя – б/п 4-я неделя – с б. мячом</p>	<p>1. Метание мешочков в вертикальную цель (3 м) 2. Метание набивного мяча двумя руками из-за головы 3. Отбивание мяча в движении 4. прыжки через короткую скакалку 5. Переползание по скамейке с мешочком на спине 6. Ходьба по канату боком приставным шагом с мешочком на голове</p>	<p>«Кто скорее до флажка», «Ловишки с лентой», «Горшки», «Волк во рву», «Мороз – красный нос»</p>
Февраль	<p>Упражнять: в ходьбе и беге в колонне по 1-му с остановкой по сигналу; прыжках и бросании мяча; в ходьбе и беге с изменением направления и между предметами;</p>	<p>1-я неделя – с м. мячом 2-я неделя – с обручем 3-я неделя – с м. мячом 4-я неделя – б/п</p>	<p>1. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи 2. Прыжки через короткую скакалку с продвижением вперед</p>	<p>«Не попадись», «Ловишка, лови ленту», «Охотники и звери», «Палочка-выручалочка»</p>

	<p>в пролезании между реками; в перебрасывании мяча друг другу. Закреплять: равновесие; осанку при ходьбе на повышенной площади опоры; энергично отталкиваться от пола в прыжках через препятствия; в пролезании в обруч; ходьбе со сменой темпа движения. Развивать: ловкость, глазомер при метании в горизонтальную цель.</p>		<p>3. Прыжки через набивные мячи 4. Метание в горизонтальную цель 5. Бросание мяча с хлопком 6. Лазание по гин. стенке</p>	
Март	<p>Закрепить навык ходьбы и бега в чередовании; перестороении в колонну 1 и 2 в движении. Упражнять: в сохранении равновесия; в энергичном отталкивании и приземлении на полусогнутые ноги; в прыжках; в беге до 3-х минут; в ведении мяча ногой. Развивать: координацию движения в упражнениях с мячом; ориентировку в пространстве; глазомер и точность попадания при метании. Разучить: вращение обруча на руке и на полу.</p>	<p>1-я неделя – б/п 2-я неделя – с гим. палкой 3-я неделя – б/п 4-я неделя – с б. мячом</p>	<p>1. Ходьба по рейке: приставляя пятку к носку другой ноги, руки за голову: с мешочком на голове, руки на поясе 2. Бросание мяча вверх с хлопком; с поворотом кругом 3. Прыжки в длину с места 4. Лазание по гин. скамейке на ладонях и коленях 5. Вращение обруча на кисти руки 6. Вращение обруча на полу</p>	<p>«Кто быстрее к флажку», «Горелки», «Жмурки», «Ловкие ребята»</p>
Апрель	<p>Учить: ходьбе по ограниченной площади опоры;</p>	<p>1-я неделя – с обручем 2-я неделя – б/п</p>	<p>1. Ходьба боком приставным шагом, по</p>	<p>«Ловля обезьян», «Охотники и</p>

	<p>ходьба по кругу во встречном направлении. Закреплять: ходьбу с изменением направления; бег с высоким подниманием бедра; навык ведения мяча в прямом направлении; лазание по гим. стенке одноименным способом. Повторить: прыжки с продвижением вперед; ходьбу и бег с ускорением и замедлением; ползание по гим. скамейке; равновесие. Совершенствовать: прыжки в длину с разбега.</p>	<p>3-я неделя – со скакалкой 4-я неделя – б/п</p>	<p>канату 2. Прыжки через скамейку с одной ноги на другую; на 2-х ногах 3. Ведение мяча правой и левой руками и забрасывание его в корзину 4. Прыжки в длину с разбега 5. Метание мешочков в вертикальную цель 6. Лазание по гим. скамейке с мешочком на спине</p>	<p>утки», «Прыгни – присядь», «Мышеловка»</p>
Май	<p>Разучить: бег на скорость; бег со средней скоростью до 100 м. упражнять: в прыжках в длину с разбега; в перебрасывании мяча в шеренгах; в равновесии в прыжках; в забрасывании мяча в корзину 2-мя руками. Повторить: упражнение «крокодил»; прыжки через скакалку; ведение мяча</p>	<p>1-я неделя – с м. мячом 2-я неделя – с гим. палкой 3-я неделя – с б. мячом 4-я неделя – с обручем</p>	<p>1. Прыжки в длину с разбега 2. Метание набивного мяча 3. Бег на скорость (30м) 4. Прыжки через скакалку 5. Бег со средней скоростью 100 м 6. Ведение мяча и забрасывание в корзину</p>	<p>«Мышеловка», «Прыгни – присядь», «Лодочки и пассажиры», «Кто дальше прыгнет»</p>

3.6.2. Взаимодействие инструктора по физической культуре со специалистами

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных

педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя

Перед физкультурной од воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью (кедами), чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Во время выполнения общеразвивающих упражнений помогает исправлять ошибки, при выполнении сложно-координационных упражнений помогает страховать детей. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей.

Срок проведения	Тема консультаций	С кем проводится
Сентябрь	«Гигиеническое значение спортивной формы»	Воспитатели всех групп
Октябрь	Подведение итогов диагностики	Воспитатели всех групп
Ноябрь	«Нетрадиционные методы оздоровления дошкольников»	Воспитатели всех групп
Декабрь	«Значение физ. минуток»	Воспитатели всех групп
Февраль	«Подвижные игры – путь к ЗОЖ»	Воспитатели всех групп
Март	«Весенние подвижные игры»	Воспитатели всех групп
Апрель	«Подвижные игры по произведениям художественной литературы»	Воспитатели всех групп
Май	«Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в 2023 – 2024 учебном году»	Педсовет

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя

Музыка воздействует на эмоции детей; создает у них хорошее настроение; помогает активировать умственную деятельность; способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации; освобождает

инструктора или воспитателя от подсчета; привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

Инструктор по физической культуре совместно с музыкальным руководителем планирует, составляет и проводит спортивно-музыкальные досуги и праздники. Украшают зал перед проведением открытых мероприятий, изготавливают новые атрибуты.

3.6.3. Перспективное планирование развлечений музыкального руководителя и инструктора физической культуры на 2023-2024 учебный год.

<i>Музыкально – физкультурные мероприятия</i>		
Месяцы	Мероприятия	Группы
Сентябрь	День знаний «Карлсон идет в школу»	Старший и подготовитель-ный возраст
	Досуг «Постучим -позвеним»	Младший, средний возраст
	«Осеннее чудо» музыкально – спортивное мероприятие .	Все группы
Октябрь	Викторина « Такие разные мячи»	Старший и Средний, подготовительный возраст
Ноябрь	Музыкально-литературная гостиная «Дружба народов»	Старший и подготовитель-ный возраст
	Вечер игр «Синичкин праздник»	Младший и средний возраст
	Тематический день «День Государственного герба России»	Старший и подготовитель-ный возраст
Декабрь	9 декабря: День Героев Отечества	Средний, старший и подготовительный возраст
	Неделя в«Мастерской Деда Мороза»	Все группы
Январь	Колядки	Все группы
	Музыкально литературная композиция «Дети Ленинграда»	Старший и подготовитель-ный возраст
	Спортивное Развлечение «Зимние забавы»	Средний, Старший и подготовительный возраст
Февраль	8 февраля: День российской науки Интеллектуальная викторина «Хочу всё знать!»	Средний, Старший и подготовительный возраст
Март	Тематический проект «Книжкин дом»	Средний, Старший и подготовительный возраст
	экологическая акция «Эколята дошколята»	Средний, Старший и подготовительный возраст
Апрель	Развлечение «Юморина»	Старший и подготовитель-ный возраст

	Квест «Путешествие в космос»	Средний, Старший и подготовительный возраст
	Неделя здоровья Спортивно – оздоровительное мероприятие	Все группы
Май	Акция «Бессмертный полк»	старшая, подготовительная группа Средний возраст
	Неделя безопасности	Все группы

3.6.4. Совместное перспективное планирование праздников музыкального руководителя и инструктора физической культуры на 2023-2024 учебный год.

<i>Музыкально- физкультурные праздники</i>			
Месяц	Мероприятие	Группы	Организация
Сентябрь	Осенины. «Краски осени»	1 и 2 младшая группа	Исполнение фольклорных песен, народные танцы, хоровое и сольное пение, народные игры, сюрпризы, игра на детских музыкальных инструментах, чтение стихов об осени.
Октябрь	Октября: Международный день музыки Творческий концерт «Юные таланты»	Старший и подготовительный возраст	Исполнение детских песен, народные танцы, хоровое и сольное пение, игра на детских музыкальных инструментах, чтение стихов.
Ноябрь	Музыкально-литературная композиция «Всё начинается с мамы»	Средняя, старшая, подготовительная группа	Участие в эстафетах с участием мам, игровые песни, интервью «Моя мама – самая...». Составление букета для мамы из бросового материала
Декабрь	«Серебром украшена земля»	Во всех возрастных группах	Исполнение песен новогодней тематики, танцы народные и современные, чтение новогодних стихотворений, игры, сюрпризы, инсценирование сказочных сюжетов, привлечение родителей, вручение подарков.
Февраль	Аты баты , шли солдаты	Средняя, старшая, подготовительная группа	Эстафеты спортивные с участием пап, смотр военной песни, полевая кухня.
Март	«Все слова для мамы»	Во всех возрастных группах	Исполнение песен (хоровое, сольное, дуэтом), декламация стихов, инсценировка отрывков литературных произведений, танцы народные и современные, исполнение частушек, аттракционы, привлечение родителей.

	«Масленицу встречаем, весну провожаем!»	Средняя, старшая, подготовительная группа	Ярмарка масленичных атрибутов, сделанных в совместной деятельности, хороводные игры, песни, заклички, приметы.
Апрель	Выпускной бал	Подготовительные группы	Исполнение патриотических песен, танцев, рассказы о ВОВ, просмотр презентаций, декламация стихов, игры, минута Памяти. Акция памяти «Бессмертный полк» на территории ОУ.
Май	День Победы	Старшие и подготовительные к школе группы	Путешествие выпускников с героями. Концерт детской самодеятельности, игры, сюрпризы.

3.6.5. Перспективное планирование консультаций по физической культуре на 2023 – 2024 учебный год

Месяц	Темы		
	для родителей	для педагогов	беседы с детьми
Сентябрь	Беседы – консультации по результатам мониторинга детей на начало учебного года Онлайн брошюра «В какую секцию отдать ребенка»	Обсуждение результатов мониторинга	Беседа: «Правила поведения на физкультурных занятиях в зале и на улице» <u>все группы</u>
Октябрь	Буклет: «Внимание! Плоскостопие!»	Консультация: «Создание в группе условий для организации двигательной деятельности»	Игровая беседа: «Как отдохнуть нашим глазам» <u>все группы</u>
Ноябрь	Консультация: «Физическое развитие ребенка: с чего начать?»	Информационный стенд на тему: «Возрождение ГТО»	Беседа: «Возрождение ГТО» <u>старший возраст</u> Игровая беседа: «Виды спорта»
Декабрь	Информационный стенд: «Витамины для детей»	Консультация: «Организация активного отдыха в дошкольном образовательном учреждении»	«Наши верные друзья – витамины» <u>все группы</u>
Январь	Онлайн анкетирование: «Физическое развитие ребёнка»	Консультация: «Здоровый образ жизни в детском саду»	Беседы: «Быть здоровыми хотим!»
Февраль	Буклет: «Как провести выходные с детьми»	Консультация: «Двигательно-оздоровительные	Беседа: «Как мы дышим»

		моменты в перерывах между занятиями»	<u>все группы</u>
Март	Онлайн – консультация: «Охрана жизни и здоровья детей»	Консультация: «Формирование личности дошкольника средствами физической культуры»	Беседа: «Чтобы не было беда» <u>все группы</u>
Апрель	Онлайн анкетирование: «Первые шаги к ГТО»	Консультация: «Народные подвижные игры на прогулке»	Беседа: «Как мы устроены» <u>все группы</u>
Май	Беседы - консультации по результатам мониторинга по физическому развитию. Онлайн консультация «Отдых с ребенком летом». Консультация «Физическая готовность к школе» - Подготовительная группа.	Организация физкультурно- оздоровительной работы в летний период	Беседа: «Как избежать травматизма» <u>Старшая, подготовительная группа</u>

IV. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ.

Данная рабочая программа является нормативно - управленческим документом образовательного учреждения, характеризующей систему организации физической культуры педагога.

Рабочая программа показывает, как с учетом конкретных условий образовательных потребностей и особенностей физического развития детей дошкольного возраста педагог создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

В условиях дошкольного образования и с учетом его специфики данная система представляет собой оптимальные психолого-педагогические условия, обеспечивающие становление общечеловеческих ценностей, базиса личностной культуры, социальную успешность ребенка дошкольного возраста. Составляющими этих условий являются:

- содержательные условия;
- организационные условия;
- технологические условия (принципы, методы, приемы);
- материально-технические условия (развивающая среда);
- социально - культурные условия (взаимодействие с родителями);
- контрольно-диагностические условия.

Нормативно-правовой базой для разработки Программы являются:

• Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменением, внесенным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776).

• Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». (зарегистрировано Минюстом Российской Федерации 2 ноября 2022г., регистрационный №70809) (в ред. от 29.12.2022);

• Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809

• Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «О стратегии развития воспитания до 2025 года» ;

• Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 15апреля 2022г.№243 «Обутверждении Порядка формирования федерального

перечня электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального, основного, среднего общего образования»

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022г. №874 (зарегистрировано Минюстом Российской Федерации 2 ноября 2022г., регистрационный №70809);

- Национальная доктрина образования РФ на период до 2025 года.

- Указ президента РФ от 7 мая 2018 года №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

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

- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28;

- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27 октября 2020 г. № 32;

- Устав муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №3 имени Анатолия Антоновича Ивасенко»

Основой для разработки рабочей программы по физической культуре являются:

- Программа и методические рекомендации. Физическое воспитание в детском саду. Э.Я. Степаненкова, М.: Мозаика – Синтез, 2006г

- Примерная программа «От рождения до школы» Н. Е. Веракса, М. А. Васильевой, Т. С. Комаровой (2015 г)

- Парциальная программа физического развития детей 3 – 7 лет «Малыши – крепыши» О.В. Бережнова, В.В. Бойко (2017 г)

- Примерные рабочие программы по физическому развитию детей 3 – 7 лет Л.И. Пензулаевой (2017 г)

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса к занятиям

физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение задач:

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

В данной рабочей программе представлены занятия, разработанные с учётом возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностей детей. Занятия построены по общепринятой структуре и включают обучение основным видам движений, комплексы упражнений общеразвивающего характера с различными предметами и подвижные игры.

Система оздоровительных мероприятий предусматривает:

- охрану и укрепление здоровья детей,
 - полноценное физическое развитие ребенка,
 - различную двигательную деятельность,
- привитие стойкого интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Программа реализуется на русском языке в течение всего времени пребывания детей в дошкольных группах образовательного учреждения. Программа может корректироваться в связи с изменениями:

- нормативно-правовой базы,
- образовательного запроса родителей,
- видовой структуры групп.

Цель Программы - разностороннее развитие ребёнка в период дошкольного детства с учётом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Задачи Программы:

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм,

взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;

- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учёта возрастных и индивидуальных особенностей развития;

- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учётом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в т.ч. их эмоционального благополучия;

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

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;

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

Перечень литературных источников.

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования от 17.10.2013г., № 1155
3. Примерная основная общеобразовательная программа «От рождения до школы». М., «Мозаик Синтез», 2012 год
4. Зырянова А.В. Методические рекомендации по организации и проведению экспертизы примерных основных образовательных программ всех уровней общего развития. Москва, 2013.
5. Журнал «Практика управления ДОУ», № 2, 2014. Андреевко Т.А., Алекинова О.В. Введение и реализация ФГОС ДО. План мероприятий.
6. Журнал «Справочник старшего воспитателя», № 3, 2014. Скоролупова О.А. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования: организация внедрения в ДОО.
7. Маханева Н.Д. «Здоровый ребенок». Рекомендации по работе в детском саду и начальной школе, методическое пособие.
8. Анисимова М.С., Хабарова Т.В. «Двигательная деятельность младшего и среднего дошкольного возраста». СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011
9. Богина Т.Л. «Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях». Метод. пособие. М «Мозаика Синтез», 2005
10. Буцинская П.П. и др. «Общеразвивающие упражнения в детском саду». М «Просвещение», 1990
11. Вареник Е.Н. «Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет». М,ТЦ «Сфера», 2008
12. Вихарева Г.Ф. «Споём, попляшем, поиграем». СПб «Музыкальная палитра», 2011 год
13. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. М.: Владос, 1999.
14. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: младший дошкольный возраст М.: Владос, 1999
15. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: средний дошкольный возраст М.: Владос, 2000
16. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: старший дошкольный возраст М.: Владос, 2001
17. Галицина Н.С., Бухарова Е.Е. «Физкультурный калейдоскоп для дошкольников», М «Скрипторий 2003», 2006
18. Давыдова М.А. «Спортивные мероприятия для дошкольников 4-7 лет». М, «ВАКО», 2007
19. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет. Пособие. М.Арунова, М. «Просвещение», 2006
20. Дик Н.Ф. «Увлекательные физкультурные занятия для дошкольников», М.ООО ТИД, 2007
21. Желобкович Е.Ф. 150 эстафет для детей дошкольного возраста. Москва: Скрипторий 2003, 2010.

22. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду. Примерные планы и конспекты. Под ред. Т.С.Яковлевой. М, «Школьная Пресса», 2007
23. «Здоровячок». Система оздоровления дошкольников. Т.С.Никонорова, Е.М.Сергиенко, Воронеж, 2007
24. «Играй – не зевай. Подвижные игры с дошкольниками». М.Н.Дедулевич, М. «Просвещение», 2007.
25. Иванов В.А. Методика комплексного развития основных двигательных качеств детей 3-7 лет в режиме дошкольных учреждений. Методическое пособие для педагогов и воспитателей. Красноярск: Офсет, 1997.
26. Каплунова И., Новоскольцева И. «Праздник каждый день». Программа музыкального воспитания для детей младшей группы. СПб «Композитор», 1999 год.
27. Каплунова И., Новооскольцева И. «Праздник каждый день» конспекты музыкальных занятий с аудио приложением. Младшая группа. СПб «Композитор», 2007 год.
28. Картушина М.Ю. «Сценарии оздоровительных досугов для детей 4-5 лет», М «ТЦСфера», 2004
29. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. «Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста», М. «Просвещение», 1985
30. Кириллова Ю.А. «Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей средней логопедической группы». СПб, «ДЕТСТВОПРЕСС», 2005
31. Ковалько В.И. «Азбука физкультминуток для дошкольников», М «ВАКО», 2005
32. Луконина Н.Н., Чадова Л.Е. «Физкультурные праздники в детском саду», М. «Айрис-пресс», 2005
33. «Малыши, физкульт-привет!». М. «Скрипторий 2003», 2006
34. Миняева.С.А. «Подвижные игры дома и на улице». М «Айрис-пресс», 2007
35. «Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях по программе «Остров здоровья»». Е.Ю.Александрова. Волгоград, 2007
36. Павлова. П.А, Горбунова И.Е. «Расти здоровым, малыш!». М, «ТЦ Сфера», 2006
37. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3–5 лет. М, «Владос», 2003
38. Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет.
39. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы во второй младшей группе.
40. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе.
41. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе.

42. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в подготовительной к школе группе.
43. Пензулаева Л. И. Малоподвижные игры и упражнения для детей 3–7 лет.
44. Прохорова Г.А. «Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет». М «Айрис-пресс», 2007
45. Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Г. «Физкульт-привет минуткам и паузам!». СПб «ДЕТСТВО - ПРЕСС», 2004
46. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы. СПб. «ДЕТСРВО-ПРЕСС», 2010
47. Сауко Т, Буренина А . «Топ-хлоп, малыши!». Программа по музыкально-ритмическому воспитанию детей 2-3лет. СПб, 2001 год
48. Сивцова А.М. «Здоровьесберегающие педагогические технологии в дошкольном образовательном учреждении». СПб: СПБАППО, 2008
49. Система мероприятий по оздоровлении детей о ДОУ. М.Н.Кузнецова, М «Айрис-пресс», 2007
50. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет. Е.И.Подольская. Волгоград, 2010
51. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. С.О.Филиппова. СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005
52. Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». М. «Мозаика-Синтез», 2006
53. Суворова Т. «Танцуй, малыш!». 1-2 часть. СПб, 2007 год.
54. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-5 лет». М, «ГНОМ и Д», 2004
55. Утробина К.К. «Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет». М, «ГНОМ и Д», 2003
56. Физическая культура в дошкольном детстве. Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей. Н.В. Полтавцева, Н.А. Гордова. М. «Просвещение», 2008
57. Физическое развитие детей 2-7 лет. Сюжетно-ролевые занятия . Е.И.Подольская. Волгоград, 2010
58. Филиппова С.О. «Мир движений мальчиков и девочек». СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2001
59. Фирилева Ж.Г., Сайкина Е.Г. «Лечебно-профилактический танец «Фитнесс-Данс», СПб «Утор», 2005
60. Фирилева Ж.Г., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 1999
61. Фролов В.Г., Юрко Г.П. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста». М. «Просвещение», 1983
62. Харченко Т.Е. «Утренняя гимнастика в детском саду». Упражнения для детей 5-7 лет. М. «Мозаика-Синтез», 2006

Определение уровня физической подготовленности дошкольников.

Алгоритм тестирования

Для обеспечения объективности результатов обследования необходимо знать определенную последовательность выполняемых действий по организации и проведению тестирования. Строгая регламентация процесса оптимизирует достижение основных задач диагностики, а именно:

- определение исходного уровня двигательных умений и физических качеств каждого ребенка и группы в целом;
- изучение динамики состояния развития двигательных навыков и качеств детей;
- разработка программы физкультурно - оздоровительных и коррекционных мероприятий.

В соответствии с новыми санитарными правилами для детского сада тестирование физической подготовленности детей проводит инструктор по физической культуре. Методист или старший воспитатель должен контролировать его проведение. Воспитатели групп оказывают необходимую помощь в организации этой работы. Как правило, медицинская сестра осуществляет наблюдение за состоянием детей, их реакцией на выполнение двигательного задания.

Для проведения в одной возрастной группе необходимо присутствие не менее двух человек (один педагог регистрирует результаты, другой – объясняет двигательные задания). Очень важно четко и правильно заполнить протокол тестирования.

Организация и проведение программы тестирования невозможны без ряда согласований, в частности, с руководителем образовательного учреждения.

Целью данного взаимодействия является составление расписания обследования дошкольников по группам, уточнение списков, распределение обязанностей педагогического коллектива и медицинского персонала (сопровождение детей, регистрация результатов и пр.).

Необходимо учитывать, что инструктор по физической культуре должен в совершенстве овладеть методикой тестирования до начала основного обследования. Старшему воспитателю целесообразно проверить степень готовности педагога и в случае необходимости провести консультации на эту тему.

Для определения исходного уровня физической подготовленности детей оптимальным считается период с 15 сентября по 15 октября. Для обследования динамики развития двигательных навыков тестирование

следует проводить два раза в год: в начале учебного года – в сентябре, когда группа уже укомплектована полностью, и в конце года – в апреле–мае.

Тестирование можно осуществлять как в рамках занятий по физической культуре, так и в процессе физкультурно - оздоровительных мероприятий. Всем выполняемым упражнениям должна предшествовать разминка, которая включает ходьбу, бег, дыхательные подготавливающие упражнения. Ребенку следует давать одну-две пробные попытки с настройкой на максимальный результат во время последней. В протоколы вносится лучший результат.

Необходимые условия при выборе тестов для оценки физических качеств:

- доступность двигательных заданий для детей различного уровня физического развития;
- соответствие тестов возрастным особенностям физического развития детей;
- использование тех движений, которые не требуют предварительного обучения и которыми дети достаточно свободно владеют, например основные движения (бег, прыжки, метание, поскоки и др.);
- простота методики проведения обследования (не требует больших затрат времени на освоение упражнений), отсутствие необходимости в сложной измерительной аппаратуре и специальном помещении для проведения тестирования;
- соответствие двигательных заданий основополагающим критериям – надежности, объективности, информативности;
- возможность использования приемов, позволяющих стимулировать проявление положительных эмоций и наглядно оценивать достигнутый результат;
- повторяемость двигательных заданий для воспитанников разных возрастных групп, что позволяет проводить “сквозное” тестирование, отслеживая динамику показателей физической подготовленности каждого ребенка и детей от 4 до 7 лет;
- использование тестовых упражнений в игровой форме, чтобы процедура диагностики была для детей интересной и увлекательной.

Целесообразно разделить показатели физической подготовленности по половозрастным группам с указанием возраста (месяц, год) и пола детей (мальчики и девочки).

Для получения объективных данных первичное и повторное обследования должны осуществляться в одинаковых условиях.

Обязательно следует четко соблюдать методику тестирования. Заранее отработывается единая методика подачи команд.

Результат теста засчитывается, если ребенок справился с заданием в соответствии с методикой.

Во время выполнения тестовых заданий недопустимы комментарии и разбор ошибок детей со стороны педагогов. Они должны рассматриваться в процессе обучения.

Требования по безопасности тестирования

1. Все тесты должны соответствовать возрастным особенностям детей с учетом их состояния здоровья и развития.

2. В ДОУ можно использовать тесты, официально утвержденные не только органами образования, но и здравоохранения. Нельзя допускать автоматического переноса школьных методик в ДОУ. В полной мере должен действовать принцип “не навреди”.

3. Тестирование физической подготовленности детей проводится по достижении ими 3 лет 6 месяцев. К обследованию допускаются дети, не имеющие противопоказаний к выполнению контрольных тестов по состоянию здоровья (в соответствии с заключением врача дошкольного образовательного учреждения). Дошкольники 2й медицинской группы освобождаются от тестов, которые им противопоказаны. При нарушенной функции зрения или при выраженной форме плоскостопия они могут быть освобождены, например, от бега на 30 м.

4. Тест “прыжок в длину” допускается только на мягком покрытии (гимнастический мат, ковер).

5. При пупочной грыже и грыже белой линии живота дети освобождаются от теста “подъем в сед” и т. п. Дошкольники 3й и 4-й медицинских групп и дети, имеющие врожденные пороки развития органов или систем, от тестирования по обязательной программе освобождаются полностью, в протоколе фиксируется только их медицинская группа или делается отметка “ЛФК”, если они занимаются по программе лечебной физической культуры.

6. Тестирование не проводится в течение месяца с детьми, перенесшими острое заболевание, обострение хронического заболевания. Вся необходимую информацию о состоянии здоровья детей медицинская сестра предоставляет воспитателю по физической культуре в начале учебного года.

7. В связи с тем, что у большинства детей отмечается слабость связочно - мышечного аппарата и возникает риск получения серьезной травмы, не

рекомендуются использовать в качестве тестов “висы”, элементы акробатики (“мостик”, кувырки), перебрасывание друг другу утяжеленного мяча.

8. Необходимо строго дозировать упражнения на силовую выносливость – подъем туловища в сед из положения лежа. Особое внимание следует уделять детям с повышенной возбудимостью и двигательной расторможенностью. Такие дошкольники нуждаются в постоянном контроле со стороны взрослых.

9. Обследование следует выполнять не ранее 30 мин после принятия пищи. Целесообразно проводить тестирование в часы наибольшей биологической активности – с 9 до 13 ч, перед тестированием необходимо организовать небольшую разминку для подготовки организма дошкольников к предстоящей мышечной нагрузке.

10. Участок или физкультурный зал, где проводится тестирование детей, должен быть подготовлен (не иметь посторонних предметов; быть хорошо проветриваемым; стандартное, апробированное оборудование должно быть прочно закреплено, не иметь острых краев и т. д.).

11. Обязательна страховка детей при выполнении двигательных заданий, особенно это важно для беговых упражнений, прыжков, упражнений на выносливость.

12. К выполнению двигательных тестов дети допускаются в соответствующей спортивной форме, подобранной по сезону и удобной для занятий.

Анализ и обработка полученных данных тестирования

Оценка полученных результатов – сложная задача.

При оценке двигательных умений и физических качеств используются количественные и качественные показатели.

Первый, наиболее распространенный способ оценки физической подготовленности – это сопоставление средних показателей по группе с данными оценочных таблиц по возрастно-половым показателям физической подготовленности детей, разработанных на основе стандартов, как правило, *для определенного географического региона.*

В результате анализа принято выделять детей со средним, высоким и низким уровнем физической подготовленности. Уровень определяется по большинству показателей, которые подпадают под соответствующую градацию. Например, высокая физическая подготовленность предполагает большинство показателей выше средних и отсутствие низкого результата; наличие большинства показателей ниже среднего свидетельствует о низкой подготовленности.

Необходимо также выделить и качественные показатели, которые дают представление об уровне овладения техникой движений у детей. Критерии оценки качества подлежат переводу в определенную систему баллов, например 3 или 5балльную шкалу.

Не следует рассматривать данные оценочных таблиц в качестве строгих нормативов (эталонов) и подгонять к ним результаты анализа тестирования дошкольников. Сопоставительная норма характеризует лишь место испытуемого среди обследованных детей. Важнее проследить динамику индивидуальных показателей развития каждого ребенка. В этой связи наиболее эффективным методом оценки служит прирост показателей двигательных навыков и физических качеств.

Для оценки темпов прироста индивидуальных показателей физических качеств в течение года можно использовать следующую шкалу:

- до 8% – неудовлетворительно;
- 8-10% – удовлетворительно;
- 10-15% – хорошо;
- свыше 15% – отлично (данные В.И. Усакова).

Анализ и оценка динамики норм индивидуального продвижения очень важны для своевременного внесения коррекций в образовательный процесс с целью осуществления индивидуально дифференцированного подхода. Оценка групповых показателей прироста включает средний результат по группе и коэффициент вариации. Если коэффициент вариации уменьшается, то это положительная тенденция в осуществлении индивидуального подхода к каждому ребенку.

**Таблица оценок физической подготовленности детей 4—7 лет,
мальчики, г. Нефтеюганск**

Возраст, лет.	Уровень физической подготовленности		
	<i>Высокий</i>	<i>Средний</i>	<i>Низкий</i>
	3 баллов	2 балла	1 балл
Тест 1. Бег на 30 м. сек.			
4 – 5	7,9 и ниже	8.0– 9.7	9.8 и выше
5 – 6	6.8 и ниже	6.9 – 8.8	8.9 и выше
6 – 7	6.3 и ниже	6.4 – 8.2	8.3 и выше
Тест 2. Бег на 90 м. сек.			
4 – 5	28.6 и ниже	28.7 – 39.0	39.1 и выше
Тест 2. Бег на 300 м. сек.			
5 – 6	8 4 и ниже	84.1 – 137	138 и выше.
6 – 7	74 и ниже	74.1 – 127	128 и выше

Тест 3. Подъём туловища в сед (раз за 30 сек.)			
4 – 5	12 и выше	11 – 6	5 и ниже
5 – 6	13 и выше	12 - 7	6 и ниже
6 – 7	14 и выше	13 – 8	7 и ниже
Тест 4. Прыжки в длину с места(см.)			
4 – 5	90 и выше	89 – 54	53 и ниже
5 – 6	110 и выше	109 – 71	70 и ниже
6 – 7	125 и выше	124 – 83	82 и ниже
Тест 5. Наклон вперёд из положения, сидя (см.)			
4- 5	9 и выше	8.9 – 0.1	0 и ниже
5 -6	10 и выше	9.9 – 1.1	1 и ниже
6 -7	11 и выше	10.9 – 2.1	2 и ниже
Тест 6. Челночный бег (3x10 м)			
4 - 5	11.9 и ниже	12.0– 13.0	13.1 и выше
5 – 6	10.9 и ниже	11.0 – 12.4	12.5 и выше
6 – 7	10.0 и ниже	10.1 – 11.4	11.5 и выше

**Таблица оценок физической подготовленности детей
4—7лет, девочки, г. Нефтеюганск**

Возраст, лет.	Уровень физической подготовленности		
	<i>Высокий</i> 3 баллов	<i>Средний</i> 2 балла	<i>Низкий</i> 1 балл
Тест 1. Бег на 30 м, сек.			
4 – 5	8.1 и ниже	8. 2 – 10.0	10 1 и выше
5 – 6	7.2 и ниже	7.3 – 9.1	9.2 и выше
6 – 7	6.7 и ниже	6.8 – 8.5	8.6 и выше
Тест 2. Бег на 90 м, сек.			
4 – 5	28.9 и ниже	29.0 – 39.3	39.4 и выше
Тест 2. Бег на 300 м, сек.			
5 – 6	84. и ниже	85.0 – 137	138 и выше
6 – 7	76 и ниже	77.0 – 130.4	130.5 и выше
Тест 3. Подъём туловища в сед, раз за 30 сек.			
4 – 5	11 и выше	10 – 5	4 и ниже
5 – 6	12 и выше	11 – 6	5 и ниже
6 – 7	13 и выше	12 - 7	6 и ниже.
Тест 4. Прыжок в длину с места (см)			
4 – 5	85 и выше	84 – 46	45 и ниже
5 – 6	100 и выше	99 – 63	62 и ниже
6 – 7	115 – и выше	114 – 79	78 и ниже
Тест 5. Наклон вперёд из положения, сидя (см)			
4 - 5	10.5 и выше	10.4 – 0.5	0.4 и ниже
5 - 6	12 и выше	11.9 – 1.6	1.5 и ниже
6 - 7	15.5 и выше	15.4 – 2.9	3.0 и ниже

Тест 6. Челночный бег (3x10 м)			
4 – 5	12.1 и ниже	12.2 – 13.1	13.2 и выше
5 – 6	11.1 и ниже	11.2 – 12.4	12.5 и выше
6 – 7	10.2 и ниже	10.3 – 11.6	11.7 и выше