

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Управление образование Железнодорожного района города Екатеринбурга
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад №487

Принято:

Педагогический совет

Протокол № 1

от 30.08 2022г.

Утверждено

И.О. Заместителя

Приказ

Пастухов



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Инструктора по физической культуре

Разработал: инструктор по физической культуре
Кичигина Александра Валерьевна

г. Екатеринбург, 2022

Рабочая программа разработана в соответствии с основной общеобразовательной программой - образовательной программой дошкольного образования МАДОУ детского сада № 487

Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности «Физическое развитие» детей дошкольного возраста (3-7(8)-го года жизни. Обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных физической деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Срок реализации программы: 1 год

Содержание образовательной программы

1	Целевой раздел образовательной программы	
	Обязательная часть программы.....	4
1.1	Пояснительная записка.....	4
1.1.1	Цели и задачи реализации образовательной программы.....	6
1.1.2	Принципы и подходы к формированию Программы.....	7
1.1.3	Значимые для разработки и реализации программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста	9
1.2	Планируемые результаты освоения детьми основной общеобразовательной программы.....	11
1.2.1	Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы.....	11
	Целевые ориентиры формируемой части Программы	12
2	Содержательный раздел образовательной программы.....	23
2.1	Содержание образовательной деятельности в соответствии с направлением развития ребенка «Физическое развитие».....	23
2.2	Описание вариативных форм, методов и средств реализации программы.....	43
2.3.	Взаимодействие взрослых с детьми.....	46
2.4.	Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников.....	53
2.5	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.....	55
2.6.	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.....	57
2.7.	Способы и направления поддержки детской инициативы.....	59
2.8.	Программа коррекционно-развивающей работы с детьми с ограниченными возможностями.....	60
	Часть, основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования, формируемая участниками образовательных отношений.....	64
3.	Организационный раздел.....	71
3.1	Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка.....	71
3.2	Организация развивающей предметно-пространственной среды.....	75
3.3	Материально-техническое обеспечение Программы.....	80
3.4.	Распорядок и режим дня.....	81
3.5.	Организация образовательной деятельности.....	82
3.6.	Методическое обеспечение Программы	83
	Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений.....	85

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ.

ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа образовательной деятельности с детьми дошкольного возраста с 3-х до 7 (8) лет (далее по тексту - РП) разработана на основе основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования (далее – ООП ДО) Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения – детский сад № 487 (далее по тексту – ДООУ).

Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности для детей дошкольного возраста с 3-х до 7 (8) лет групп общеразвивающей направленности, и направлена создание условий для физического развития, сохранения, укрепления здоровья каждого ребенка, его сознательного отношения к собственному здоровью через знакомство с доступными способами его укрепления.

В рабочей программе определено конкретное содержание образовательной области «Физическое развитие» с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей для возможного его освоения в двигательной активности.

В рабочей программе учтено, что образовательная деятельность осуществляется в течение всего времени пребывания детей в ДООУ в режиме полного дня с 10,5 - часовым пребыванием детей с 07:30 до 18:00 часов и пятидневной рабочей недели, исключая выходные и праздничные дни.

Планирование образовательной деятельности в РП опирается на результаты педагогической оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста и направлено в первую очередь на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка, в том числе, на формирование развивающей предметно-пространственной среды.

Целевой раздел рабочей программы определяет цели и задачи, принципы и подходы к организации образовательного процесса, в том числе, с учетом особенностей ДООУ, региона (Среднего Урала), образовательных потребностей и запросов воспитанников и их родителей (законных представителей), планируемых результатов освоения детьми дошкольного возраста ООП ДО в виде целевых ориентиров. В целевом разделе рабочей программы описаны подходы к развивающему оцениванию достижения целей образовательной деятельности в форме педагогической диагностики развития детей, а также качества её реализации. Система оценивания в первую очередь направлена на оценивание созданных условий для детей дошкольного возраста внутри образовательной деятельности.

В РП предусмотрено обеспечение единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста по физическому развитию.

Рабочая программа – учебно-методическая документация, обеспечивающая реализацию основной образовательной программы дошкольного образования в соответствии с ФГОС ДО, определяющая основные характеристики и организационно-педагогические условия организации образовательного процесса для получения детьми дошкольного возраста дошкольного образования.

РП ДО включает в себя:

- обязательную часть, разработка которой осуществлена в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами. Программа определяет обязательную часть основной общеобразовательной программы дошкольного образования детей от 3 до 7 лет.

- часть РП ДО, формируемую участниками образовательного процесса (вариативную часть) - 40%.

Основанием для разработки рабочей программы служат:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации».

«Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организациях». Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 1.2.3685-21, утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года (далее – СанПиН).

- Устав МБДОУ детский сад № 487.

- Основная общеобразовательная программа - образовательная программа дошкольного образования МБДОУ детского сада № 487.

В содержании Программы учитывается примерная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. – 368 с., а также учебно-методический комплект к ней. Рабочая программа является «открытой» и предусматривает вариативность, интеграцию, изменения и дополнения по мере профессиональной необходимости.

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы

Цель программы: формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

Задачи обязательной части образовательной программы направлены на решение следующих задач:

- охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- обеспечения преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее – 4 преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);
- создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- объединения обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил, и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования,

охраны и укрепления здоровья детей.

Основная задача формируемой части программы:

- Формирование начал культуры здорового образа жизни на основе национально-культурных традиций.

1.1.2 Принципы и подходы к формированию Программы

Основные принципы Программы.

1) Соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка.

2) Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики).

3) Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму»).

4) Обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников.

5) Строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.

6) Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.

7) Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности дошкольников не только в рамках непрерывной образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

8) Предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми (игра)

9) Строится на принципе культуросообразности. Учитывает национальные ценности и традиции в образовании.

В соответствии с требованиями ФГОС ДО в Программе учитываются:

- Индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования (далее – особые образовательные потребности),

- Индивидуальные потребности отдельных категорий детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья;

- возможности освоения ребенком Программы на разных этапах ее реализации.

Подходы к реализации Программы

Личностно-ориентированный подход – концентрирует внимание педагога на целостности личности ребенка и его индивидуальности;

Индивидуальный подход – выбор педагогом методов, приемов и средств воспитания и обучения в соответствии с индивидуальным уровнем подготовленности ребенка;

Системный подход – связан с исследованиями проблемы системности знаний, возможности освоения детьми элементарных систем знаний о явлениях социальной действительности, предметном мире и мире природы.

Подход этнокультурной соотнесенности дошкольного образования. В программе уделяется большое внимание произведениям устного народного творчества, народным хороводным играм, музыке и танцам, декоративно-прикладному искусству России.

Аксиологический подход (ценностный), предусматривающий организацию развития и воспитания на основе общечеловеческих ценностей.

Системно-деятельностный подход заключается в том, что личностное, социальное, познавательное развитие детей определяется характером организации их деятельности. Системно-деятельностный подход к развитию ребенка и созданию развивающей образовательной среды предполагает гармоничное развитие всех сторон личности ребенка.

Ведущие условия реализации Программы.

Ребенок дошкольного возраста – это, прежде всего, неутомимый деятель, с удовольствием и живым интересом познающий и проявляющий себя в окружающем пространстве. Процесс развития дошкольника осуществляется успешно при условии его активного и разнообразного взаимодействия с миром.

Реализация программы нацелена на:

- создание каждому ребенку условий для наиболее полного раскрытия возрастных возможностей и способностей, так как задача дошкольного воспитания состоит не в максимальном ускорении развития дошкольника и не в форсировании сроков и темпов перевода его на «рельсы» школьного возраста;
- обеспечение разнообразия детской деятельности - близкой и естественной для ребенка: игры, общения со взрослыми и сверстниками, экспериментирования, предметной, изобразительной, музыкальной. Чем полнее и разнообразнее детская деятельность, тем больше она значима для ребенка и отвечает его природе;
- ориентацию всех условий реализации программы на ребенка, создание

эмоционально комфортной обстановки и благоприятной среды его позитивного развития.

1.1.3 Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

В ДОУ функционирует 5 групп общеразвивающей направленности для детей с 3 лет до 7 лет

Количество воспитанников с учетом возрастной и половозрастной категории

<i>Возрастная категория</i>	<i>Количество групп</i>	<i>Направленность групп</i>	<i>Количество девочек</i>	<i>Количество мальчиков</i>	<i>Всего детей</i>
Группа от 3 до 4 лет	1	общеразвивающая	11	11	22
Группа от 4 до 5 лет	1	Общеразвивающая	13	11	24
Группа от 5 до 6 лет	1	Общеразвивающая	16	11	27
Группа от 6 до 7 лет	2	общеразвивающая	19	13	32
Всего	5		59	46	105

Дошкольный возраст наиболее благоприятен для приобретения жизненно важных знаний, умений и навыков. Именно в это время накладываются основы будущего здоровья, работоспособности человека, его психическое здоровье.

На 3 году жизни характерный для первых двух лет интенсивный темп физического развития несколько замедляется, но весь организм крепнет, растет; развивается нервная система, совершенствуется моторика.

Ребенок в этом возрасте чрезвычайно активен, старается действовать самостоятельно. Сохраняется стремление к действиям с предметами. Существенное значение для развития моторики имеет возникновение сюжетной игры.

Движения ребенка еще не сформированы как произвольные, они часто непреднамеренны, направления их случайны. Однако в этом возрасте появляется возможность устанавливать некоторое сходство с образцом движения. Действуя по подражанию, ребенок не придерживается точно заданной формы движения.

К концу года движения приобретают размеренный ритмичный характер и выполняются в большей свободой и легкостью. Это поддерживает положительное эмоциональное отношение к двигательной деятельности. У ребенка развивается двигательная память, позволяющая самостоятельно воспроизводить выполненные ранее

движения.

Дошкольный возраст (3 – 7 лет) характеризуется значительной динамикой показателей, которыми характеризуется физическое и двигательное развитие ребёнка. Быстрыми темпами идёт рост скелета и мышечной массы. Особенности психики детей этого возраста обуславливают целесообразность коротких по времени, но часто повторяющихся занятий разнообразного, преимущественно игрового содержания. Недопустимы перегрузки организма, связанные с силовым напряжением и общим утомлением. В то же время необходимо отметить, что развитие выраженного утомления у ребёнка маловероятно, т.е. он не в состоянии противодействовать развивающемуся чувству усталости и прекращает тренировку.

В младшем дошкольном возрасте (3 – 4 года) создаются условия для освоения ребёнком многих видов простейших движений, действий и закаливающих процедур.

В 5– 6 лет (старший дошкольный возраст) идёт освоение новых видов физических упражнений, повышаем уровень физических способностей, стимулируем участие в коллективных играх и соревнованиях со сверстниками.

Закаливание становится привычным элементом режима дня. Следует учитывать, что в дошкольном возрасте для высшей нервной деятельности ещё характерна неустойчивость основных нервных процессов. Поэтому не следует рассчитывать на прочное освоение ребёнком этого возраста сложных двигательных умений и действий. Однако, следует уделять особое внимание освоению и совершенствованию новых видов движений – пальцев рук и кисти, ловкости. Ловкость развивается при перемещениях со сменой направления ходьбы и бега, в упражнениях с предметами, особенно с мячом, игре с кубиками.

Следует учесть, что 5-й год жизни является критическим для многих параметров физического здоровья ребёнка. В этот период отмечается ослабление некоторых звеньев мышечной системы и суставных связок. Следствием этого могут быть нарушения осанки, плоскостопие, искривление нижних конечностей, уплощение грудной клетки или её деформация, выпуклый и отвислый живот. Всё это затрудняет дыхание. Правильно организованная физическая активность детей, регулярные и правильно построенные занятия физическими упражнениями способны предотвратить развитие этих нарушений.

На 6-м году жизни всё большее внимание следует уделять на фоне равностороннего физического совершенствования специальному развитию отдельных физических качеств и способностей. Главная задача в этот период – заложить прочный фундамент для интенсификации физического воспитания в последующие годы. Отличие этого периода от предыдущего заключается в усилении акцента на развитие физических

качеств – преимущественно выносливости и быстроты. Однако это не является самоцелью.

Задача таких занятий состоит, прежде всего, в подготовке организма ребёнка, управлении движениями и их энергетическим обеспечением, а также в подготовке психики к предстоящему в недалёком будущем значительному повышению умственных и физических нагрузок в связи с началом обучения в школе.

Что касается силовых качеств, то речь лишь идёт о воспитании способности проявлять незначительные по величине напряжения в течении достаточно длительного времени и точно дозировать мышечные усилия. Не следует предлагать ребёнку упражнения с отягощениями, за исключением метаний. В то же время масса метаемых снарядов не должна превышать 100 – 150 г.

Общий физический потенциал 6-летнего ребёнка возрастает настолько, что в программу занятий можно включать упражнения на выносливость; пробежки трусцой по 5 – 7 минут, длительные прогулки.

Общее время составляет 30 – 35 минут.

К моменту поступления в школу ребёнок должен обладать определённым уровнем развития двигательных качеств и навыков, которые являются соматической основой «школьной зрелости», поскольку они базируются на определённом фундаменте физиологических резервов функций. Показатели физической подготовленности, по сути, являются показателями «физической зрелости» для поступления детей в школе.

1.2. Планируемые результаты освоения программы.

Результатами освоения программы являются целевые ориентиры дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. К целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка:

1.2.1. Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства;

активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя. Старается разрешать конфликты;

- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

1.2.2. Целевые ориентиры формируемой части Программы.

- *ребенок ориентирован на сотрудничество*, дружелюбен, приязненно расположен к людям, способен участвовать в общих делах, совместных действиях, деятельности с другими детьми и взрослыми; способен понимать состояния и поступки других людей, выбирать адекватные способы поведения в социальной ситуации и уметь преобразовывать ее с целью оптимизации общения с окружающими;

- *ребенок обладает установкой на толерантность*, способностью мириться, уживаться с тем, что является отличным, непохожим, непривычным (например, с чужим мнением, с человеком, имеющим недостатки физического развития, с людьми других национальностей и др.); с удовольствием рассказывает о своих друзьях других этносов, высказывает желание расширять круг межэтнического общения;
- *ребенок знает некоторые способы налаживания межэтнического общения* с детьми других этносов и использует их при решении проблемно - игровых и реальных ситуаций взаимодействия;
- *ребенок обладает чувством разумной осторожности*, выполняет выработанные обществом правила поведения (на дороге, в природе, в социальной действительности);
- *ребенок проявляет уважение к родителям (близким людям)*, проявляет воспитанность и уважение по отношению к старшим и не обижает маленьких и слабых, посильно помогает им;
- *ребенок проявляет познавательную активность*, способность и готовность расширять собственный опыт за счет удовлетворения потребности в новых знаниях, переживать радость открытия нового; умение использовать разнообразные источники получения информации для удовлетворения интересов, получения знаний и содержательного общения;
- *ребенок проявляет интерес к малой родине, родному краю, их истории, необычным памятникам, зданиям; к событиям настоящего и прошлого родного края; к национальному разнообразию людей своего края, стремление к знакомству с их культурой; активно включается в проектную деятельность, самостоятельное исследование, детское коллекционирование, создание мини-музеев, связанных с прошлым и настоящим родного края;*
- *ребенок обладает креативностью*, способностью к созданию нового в рамках адекватной возрасту деятельности, к самостоятельному поиску разных способов решения одной и той же задачи; способностью выйти за пределы исходной, реальной ситуации и в процессе ее преобразования создать новый, оригинальный продукт;
- *ребенок проявляет самостоятельность*, способность без помощи взрослого решать адекватные возрасту задачи, находить способы и средства реализации собственного замысла на материале народной культуры; самостоятельно может

рассказать о малой родине, родном крае (их достопримечательностях, природных особенностях, выдающихся людях), использует народный фольклор, песни, народные игры в самостоятельной и совместной деятельности, общении с другими детьми и взрослыми;

- *ребенок способен чувствовать прекрасное*, воспринимать красоту окружающего мира (людей, природы), искусства, литературного народного, музыкального творчества;
- *ребенок признает здоровье как наиважнейшую ценность* человеческого бытия, проявляет готовность заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих, соблюдать правила безопасности жизнедеятельности, самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья в рамках адекватной возрасту жизнедеятельности и общении;
- *ребенок проявляет эмоциональную отзывчивость* при участии в социально значимых делах, событиях. Охотно участвует в общих делах социально-гуманистической направленности (в подготовке концерта для ветеранов войны, посадке деревьев на участке, в конкурсе рисунков «Мы любим нашу землю» и прочее); выражает желание в будущем (когда вырастет) трудиться на благо родной страны, защищать Родину от врагов, стараться решить некоторые социальные проблемы.
- *ребенок обладает начальными знаниями о себе*, об истории своей семьи, ее родословной; об истории образования родного города (села); о том, как люди заботятся о красоте и чистоте своего города; о богатствах недр Урала (полезных ископаемых, камнях самоцветах); о природно-климатических зонах Урала (на севере - тундра, тайга, на Юге Урала – степи), о животном и растительном мире; о том, что на Урале живут люди разных национальностей; о том, что уральцы внесли большой вклад в победу нашей страны над фашистами во время Великой Отечественной войны; о промыслах и ремеслах Урала (камнерезное и ювелирное искусство; каслинское литье, ограды и решетки города Екатеринбурга; уральская роспись на бересте, металле, керамической посуде);
- *ребенок знает* название и герб своего города (поселка, села), реки (водоема), главной площади, местах отдыха; фамилии уральских писателей и названия их произведений (П.П. Бажов, Д.Н. Мамин-Сибиряк); другие близлежащие населенные пункты и крупные города Урала; Урал – часть России, Екатеринбург - главный город Свердловской области.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ ЧАСТИ

3-4 года

Антропометрические показатели в норме или отмечается их положительная динамика. Физиометрические показатели соответствуют возрастно-половым нормативам. Уровень развития физических качеств и основных движений соответствует возрастно-половым нормативам. Двигательная активность соответствует возрастным нормативам. Отсутствие частой заболеваемости. Владеет основами гигиенической культуры.

Ходьба и бег:

- ходит в разном темпе и в разных направлениях; с поворотами; приставным шагом вперёд; на носках; высоко поднимая колени; перешагивая через предметы (высотой 5-10 см); змейкой между предметами за ведущим;

- ходит по горизонтально лежащей доске (шириной 15 см), по ребристой доске (шириной 20 см);

- догоняет, убегает, бежит со сменой направления и темпа, останавливается по сигналу;

- бежит по кругу, обегает предметы;

- бежит по дорожке (шириной 25 см);

- челночный бег (5 м X 3).

Прыжки:

- прыгает одновременно на двух ногах на месте и с продвижением вперёд (не менее 4 м);

- прыгает на одной ноге (правой и левой) на месте; прыгает в длину с места;

- прыгает вверх с места, доставая предмет одной рукой;

- прыгает одновременно двумя ногами через канат (верёвку), лежащий на полу;

- прыгает одновременно двумя ногами через три-четыре линии (поочерёдно через каждую), расстояние между соседними линиями равно длине шага ребёнка.

Лазанье, ползание:

- перелезает через лежащее бревно, через гимнастическую скамейку;

- влезает на гимнастическую стенку, перемещается по ней вверх-вниз, передвигается приставным шагом вдоль рейки;

- подлезает на четвереньках под две-три дуги (высотой 50-60 см)

Катание, бросание, ловля, метание:

- бросает двумя руками мяч вдаль разными способами (снизу, из-за головы, от груди);

- катает и перебрасывает мяч друг другу;

- перебрасывает мяч через препятствие (бревно, скамейку);
- прокатывает мяч между предметами;
- подбрасывает и ловит мяч (диаметром 15-20 см) двумя руками;
- бросает вдаль мяч (диаметром 6-8 см), мешочки с песком (весом 150 г) правой и левой рукой;
- попадает мячом (диаметром 6-8-12 см) в корзину (ящик), стоящую на полу, двумя и одной рукой (удобной) разными способами с расстояния не менее 1 м;
- метает мяч одной (удобной) рукой в вертикальную цель (наклонённую корзину), находящуюся на высоте 1 м с расстояния не менее 1 м.

Координация, равновесие:

- кружится в обе стороны;
- ловит ладонями (не прижимая к груди) отскочивший от пола мяч (диаметром 15-20 см), брошенный ребёнку взрослым с расстояния 1 м не менее трёх раз подряд;
- ходит по наклонной доске (шириной 20 см и высотой 30 см) и по напольному мягкому буму (высотой 30 см);
- стоит не менее 10 с на одной ноге (правой и левой), при этом другая нога согнута в колене перед собой.

Спортивные упражнения:

- катается на санках с невысокой горки; забирается на горку с санками;
- скользит по ледяным дорожкам с помощью взрослого;
- катается на трёхколесном велосипеде.

4 – 5 лет

Антропометрические показатели в норме или отмечается их положительная динамика. Физиометрические показатели соответствуют возрастно-половым нормативам. Уровень развития физических качеств и основных движений соответствует возрастно-половым нормативам. Двигательная активность соответствует возрастным нормативам. Отсутствие частой заболеваемости.

Владеет основами гигиенической культуры.

Ходьба и бег:

— ходить в разном темпе и в разных направлениях; с поворотами; приставным шагом вперёд, назад, боком; на носках; на пятках; высоко поднимая колени; перешагивая через предметы (высотой 10—15 см); змейкой между предметами за ведущим и самостоятельно;

— ходить прямо и боком приставным шагом по лежащему на полу канату (верёвке) диаметром 3 см;

— перешагивать одну за другой рейки лестницы, приподнятой от пола на 25 см, перешагивать через набивные мячи;

— бегать со сменой направления и темпа, со сменой ведущего;

— бегать врассыпную, змейкой между предметами самостоятельно;

— челночный бег (10 м Ч 3);

— ходьба на четвереньках, опираясь на стопы и ладони.

Прыжки:

— прыгать на месте: ноги вместе — ноги врозь; на одной ноге (правой и левой);

— прыгать в длину с места;

— прыгать одновременно на двух ногах, постепенно поворачиваясь кругом; вокруг предметов (мяч, кубик); из обруча в обруч (диаметром 45 см), лежащие на полу вплотную друг к другу;

— прыгать одновременно двумя ногами через пять-шесть линий (поочерёдно через каждую), расстояние между соседними линиями равно длине шага ребёнка;

— перепрыгивать одновременно двумя ногами через две линии (расстояние между линиями 25 см) боком с продвижением вперёд;

— перепрыгивать с разбега через верёвку или резинку (высотой 15 см);

— спрыгивать на мат со скамейки высотой 20 см и с гимнастического бревна высотой 15 см.

Лазанье, ползание:

— лазать по гимнастической стенке вверх-вниз, передвигаться приставным шагом по горизонтальной рейке и перелезать с одного пролёта на другой в любую сторону;

— лазать по горизонтальной гимнастической лестнице разными способами;

— ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;

— подлезать под дуги (высотой 50—60 см) не касаясь пола *Ходьба и бег:*

— ходить в разном темпе и в разных направлениях; с поворотами; приставным шагом вперёд, назад, боком; на носках; на пятках; высоко поднимая колени; перешагивая через предметы (высотой 10—15 см); змейкой между предметами за ведущим и самостоятельно;

— ходить прямо и боком приставным шагом по лежащему на полу канату (верёвке) диаметром 3 см;

— перешагивать одну за другой рейки лестницы, приподнятой от пола на 25 см, перешагивать через набивные мячи;

- бегать со сменой направления и темпа, со сменой ведущего;
- бегать врассыпную, змейкой между предметами самостоятельно;
- челночный бег (10 м Ч 3);
- ходьба на четвереньках, опираясь на стопы и ладони.

Прыжки:

- прыгать на месте: ноги вместе — ноги врозь; на одной ноге (правой и левой);
- прыгать в длину с места;
- прыгать одновременно на двух ногах, постепенно поворачиваясь кругом; вокруг предметов (мяч, кубик); из обруча в обруч (диаметром 45 см), лежащие на полу вплотную друг к другу;
- прыгать одновременно двумя ногами через пять-шесть линий (поочерёдно через каждую), расстояние между соседними линиями равно длине шага ребёнка;
- перепрыгивать одновременно двумя ногами через две линии (расстояние между линиями 25 см) боком с продвижением вперёд;
- перепрыгивать с разбега через верёвку или резинку (высотой 15 см);
- спрыгивать на мат со скамейки высотой 20 см и с гимнастического бревна высотой 15 см.

Лазанье, ползание:

- лазать по гимнастической стенке вверх-вниз, передвигаться приставным шагом по горизонтальной рейке и перелезать с одного пролёта на другой в любую сторону;
- лазать по горизонтальной гимнастической лестнице разными способами;
- ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками;
- подлезать под дуги (высотой 50—60 см) не касаясь пола руками;
- пролезать разными способами в обруч, стоящий вертикально на полу.

Катание, бросание, ловля, метание:

- прокатывать мяч или шар в цель (расстояние 1—1,5 м);
- подбрасывать мяч (диаметром 12—15 см) вверх и ловить его ладонями, не прижимая к груди, не менее пяти раз подряд;
- перебрасывать мяч двумя и одной рукой через препятствие (высотой не менее 1,2 м) с расстояния не менее 1,2 м;
- метать двумя и одной рукой (правой и левой) разными способами мячи (диаметром 6—8 см) в корзину (ящик), стоящую на полу, с расстояния не менее 1,5 м;
- метать мяч в вертикальную цель (обруч диаметром 45 см; щит 40 см) с расстояния не менее 1,5 м одной (удобной) рукой (высота центра мишени – 1,2 м);
- отбивать мяч от пола одной рукой (правой и левой) не менее пяти раз подряд.

Координация, равновесие:

- прыгать на одной ноге (правой и левой), продвигаясь вперёд не менее чем на 5 м, сохраняя прямолинейность движения;
- удерживать равновесие, стоя на носках с закрытыми глазами, не менее 10 с;
- ходить по гимнастической скамейке прямо; с перешагиванием через кубики; с поворотами;
- вбегать на наклонную доску (шириной 20 см и высотой 35 см);
- ходить прямо по гимнастическому бревну (шириной 10 см, высотой 15 см);
- переступать через скакалку, вращая её вперёд и назад.

Спортивные упражнения:

- кататься на санках с невысокой горки, уметь делать повороты и тормозить;
 - скользить по ледяным дорожкам без помощи взрослого;
 - кататься на трёхколёсном и двухколёсном велосипеде; самокате;
 - ходить на лыжах скользящим шагом без палок, свободно размахивая руками;
- поворачиваться на месте переступающими шагами.

5 -6 лет

Антропометрические показатели в норме или отмечается их положительная динамика. Физиометрические показатели соответствуют возрастно-половым нормативам. Уровень развития физических качеств и основных движений соответствует возрастно-половым нормативам. Двигательная активность соответствует возрастным нормативам. Отсутствие частой заболеваемости.

Владеет основами гигиенической культуры.

Ходьба и бег:

- ходить в разном темпе и в разных направлениях; с поворотами; приставным шагом вперёд, назад, боком; на носках; на пятках; перекатом с пятки на носок; на наружной поверхности стоп; высоко поднимая колени; в полуприседе; перестраиваться в колонну по два человека;
- бегать со сменой направления и темпа, со сменой ведущего;
- бегать врассыпную, змейкой между предметами; высоко поднимая колени, с захлестом голени назад;
- челночный бег (10 м х 3).

Прыжки:

- прыгать на месте: ноги вместе — ноги врозь; с поворотами в любую сторону;
- прыгать в длину и в высоту с места и с разбега;

— прыгать на одной (удобной) ноге из обруча в обруч (диаметром 32—45 см), лежащие на полу вплотную друг к другу;

— перепрыгивать одновременно двумя ногами через две линии (расстояние между линиями 30 см) боком с продвижением вперёд;

— спрыгивать на мат со скамейки высотой 25 см и с гимнастического бревна высотой 15 см;

— прыгать на батуте не менее четырех раз подряд.

Лазанье, ползание:

— лазать по гимнастической стенке в разных направлениях, перелезть с одного пролёта на другой в любую сторону на разных уровнях;

— лазать по наклонной гимнастической лестнице разными способами;

— ползать по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; на четвереньках с опорой на ладони и голени;

— подлезать поочерёдно под несколькими предметами (высотой 40—50—60 см) разными способами;

— пролезать разными способами в обруч, стоящий вертикально на полу.

Катание, бросание, ловля, метание:

— подбрасывать мяч (диаметром 6—8 см) вверх и ловить его ладонями не прижимая к груди не менее пяти раз подряд;

— перебрасывать мяч из одной руки в другую движением кисти;

— перебрасывать двумя и одной (удобной) рукой мяч через сетку (верёвку), закреплённую на высоте не менее 1,5 м от пола;

— метать одной рукой (правой и левой) разными способами мяч (диаметром 6—8 см) в горизонтальную цель (обруч диаметром

45 см) с расстояния не менее 1,5 м (попадать не менее двух раз подряд);

— метать одной (удобной) рукой мяч в вертикальную цель (щит 25 X 25 см) с расстояния 1,5 м, высота центра мишени — 1,5 м (попадать не менее двух раз подряд);

— прокатывать двумя руками утяжелённый мяч (весом 0,5 кг) между предметами и вокруг них (конусов, кубиков);

— отбивать мяч от пола одной рукой (правой и левой) и поочерёдно на месте и с продвижением (не менее 5 м).

Координация, равновесие:

— прыгать на одной ноге (удобной), продвигаясь вперёд не менее чем на 5 м змейкой между предметами (конусами);

— удерживать равновесие не менее 10 с, стоя на одной ноге, другая согнута и приставлена стопой к колену под углом 90°;

— ходить по гимнастической скамейке прямо; приставным шагом боком; с перешагиванием через кубики; с поворотами; поднимаясь на носки;

— ходить по гимнастическому бревну и узкой стороне гимнастической скамейки (шириной 10 см и высотой 25 см);

— прыгать через короткую скакалку одновременно на двух ногах и с ноги на ногу, вращая её вперёд; прыгать на двух ногах и на одной (удобной) ноге через качающуюся длинную скакалку;

— перепрыгивать через обруч, вращая его как скакалку.

Спортивные упражнения:

— кататься на санках с горки, уметь хорошо управлять санками; катать сверстников на санках;

— скользить по ледяным дорожкам с разбега без помощи взрослого; скользить с небольших горок, удерживая равновесие приседая;

— кататься на двухколёсном велосипеде, уверенно выполняя повороты; на самокате;

— владеть элементами спортивных игр (бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей).

6-7 (8) лет

Антропометрические показатели в норме или отмечается их положительная динамика. Физиометрические показатели соответствуют возрастно-половым нормативам. Уровень развития физических качеств и основных движений соответствует возрастно-половым нормативам. Двигательная активность соответствует возрастным нормативам. Отсутствие частой заболеваемости.

Владеет основами гигиенической культуры.

Ходьба и бег:

— ходить в разном темпе и в разных направлениях; с поворотами; приставным шагом вперёд, назад, боком; на носках; на пятках; перекатом с пятки на носок; на наружной поверхности стоп; высоко поднимая колени; в полуприседе; перестраиваться в колонну во время движения по два — четыре человека;

— бегать со сменой направления и темпа, со сменой ведущего;

— бегать врассыпную, змейкой; высоко поднимая колени, с захлестом голеней назад; боковым галопом, спиной вперёд;

— челночный бег (10 м х 3).

Прыжки:

— прыгать на месте разными способами: ноги вместе — ноги врозь; одна нога впереди, другая сзади; с поворотами в любую сторону (с одновременным ритмичным выполнением различных движений руками);

— выпрыгивать вверх из глубокого приседа;

— прыгать в длину и в высоту с места и с разбега;

— прыгать на одной (правой и левой) ноге из обруча в обруч (диаметром 45 см), лежащие на полу вплотную друг к другу;

— перепрыгивать одновременно двумя ногами через две линии (расстояние между линиями 35 см) боком с продвижением вперёд;

— спрыгивать на мат с гимнастического бревна и со скамейки высотой 30 см;

— прыгать на батуте не менее восьми раз подряд.

Лазанье, ползание:

— лазать по гимнастической стенке со сменой темпа в разных направлениях (в том числе по диагонали), перелезать с одного пролёта на другой в любую сторону на разных уровнях;

— ползать по-пластунски;

— преодолевать полосу препятствий (подлезая под дуги, в ворота, перелезая через брёвна и т. п.), чередуя лазанье с бегом и прыжками.

Катание, бросание, ловля, метание:

— прокатывать и перебрасывать утяжелённый мяч (весом 1 кг);

— подбрасывать мяч (диаметром 6—8 см) вверх, хлопнув в ладоши, и ловить его ладонями, не прижимая к груди, не менее десяти раз подряд;

— ловить мяч не менее десяти раз подряд после подбрасывания его вверх и отскока от пола;

— перебрасывать двумя и одной (правой и левой) рукой мяч через сетку (верёвку), закреплённую на высоте не менее 1,7 м от пола;

— метать одной (правой и левой) рукой разными способами мяч (диаметром 6—8 см) в горизонтальную цель (32 x 32 см) с расстояния не менее 1,5 м (попадать не менее двух раз подряд);

— метать одной (правой и левой) рукой мяч в вертикальную цель (щит 25 Ч 25 см) с расстояния 1,5 м, высота центра мишени — 1,5 м (попадать не менее двух раз подряд);

— отбивать мяч от пола одной рукой (только правой или левой) и поочерёдно правой и левой рукой на месте и с продвижением шагом и бегом с поворотом (два раза по 5 м).

Координация, равновесие:

— прыгать на одной ноге (удобной), продвигаясь вперёд не менее чем на 5 м, при этом продвигая носком опорной ноги небольшой кубик (коробочку), сохраняя прямолинейность движения;

— удерживать равновесие не менее 10 с, сидя на корточках на носках с закрытыми глазами и вытянув руки вперёд;

— делать ласточку на удобной ноге;

— ходить по гимнастической скамейке прямо; приставным шагом боком; с перешагиванием через предметы; с поворотами; с приседаниями; на носках; с мешочком на голове;

— ходить по гимнастическому бревну и узкой стороне гимнастической скамейки (шириной 10 см и высотой 30 см);

— прыгать через короткую скакалку, вращая её вперёд и назад, одновременно на двух ногах, с ноги на ногу (не менее десяти раз подряд); на одной ноге, вращая скакалку вперёд;

— вбегать под вращающуюся длинную скакалку, прыгать на двух ногах и с ноги на ногу через вращающуюся длинную скакалку; выбегать из-под вращающейся длинной скакалки;

— вести одной (удобной) рукой обруч, поставленный вертикально, не допуская его падения, не менее 5 м.

Спортивные упражнения:

— кататься на санках с горки разными способами, хорошо управляя санками; катать сверстников на санках;

— скользить с небольших горок стоя и приседая;

— кататься на двухколёсном велосипеде, уверенно им управляя;

— владеть элементами спортивных игр (бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, городки, настольный теннис).

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание образовательной деятельности в соответствии с направлением развития ребенка «Физическое развитие»

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не 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.).

(Извлечение из ФГОС ДО)

1) Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:

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

2) Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

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

Цель:

- 1) гармоничное физическое развитие;
- 2) формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой;
- 3) формирование основ здорового образа жизни.

Задачи:

1) Оздоровительные:

- охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;
- всестороннее физическое совершенствование функций организма;
- повышение работоспособности и закаливание.

2) Образовательные:

- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие физических качеств;
- овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.

3) *Воспитательные:*

- формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;
- разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).

Принципы физического развития:

1) Дидактические:

- систематичность и последовательность;
- развивающее обучение;
- доступность;
- воспитывающее обучение;
- учет индивидуальных и возрастных особенностей;
- сознательность и активность ребенка;
- наглядность.

2) Специальные:

- непрерывность;
- последовательность наращивания тренирующих воздействий;
- цикличность.

3) Гигиенические:

- сбалансированность нагрузок;
- рациональность чередования деятельности и отдыха;
- возрастная адекватность;
- оздоровительная направленность всего образовательного процесса;
- осуществление личностно- ориентированного обучения и воспитания.

Здоровьесберегающие технологии, используемые в МБДОУ детском саду № 487

№	Виды	Особенности организации
	Медико-профилактические	
	<i>Закаливание</i> в соответствии с медицинскими показаниями	
1.	Обширное умывание после дневного сна (мытье рук до локтя)	Дошкольные группы ежедневно
2.	Воздушные ванны (после сна)	Средняя, старшая, подготовительная ежедневно
3.	Ходьба босиком	Все группы ежедневно
4.	Облегченная одежда	Все группы ежедневно
	<i>Профилактические мероприятия</i>	
1.	Витаминация 3-х блюд	Ежедневно
2.	Употребление фитонцидов (лук, чеснок)	Осенне-зимний период
3.	Полоскание рта после еды	Ежедневно
4.	Чесночные бусы	По эпидпоказаниям

	<i>Медицинские</i>	
1.	Мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2.	Плановые медицинские осмотры	2 раза в год
3.	Антропометрические измерения	2 раза в год
4.	Профилактические прививки	По возрасту
5.	Кварцевание	По эпидпоказаниям
6.	Организация и контроль питания детей	Ежедневно
	<i>Физкультурно-оздоровительные</i>	
1.	Корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	Ежедневно
2.	Зрительная гимнастика	Ежедневно
3.	Пальчиковая гимнастика	Ежедневно
4.	Дыхательная гимнастика	Ежедневно
5.	Элементы точечного массажа	Средняя, старшая, подготовительная, не реже 1 раза в неделю
6.	Динамические паузы	Ежедневно
7.	Релаксация	2-3 раза в неделю
	<i>Образовательные</i>	
1.	Привитие культурно-гигиенических навыков	Ежедневно

***Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе
общеразвивающей направленности для детей 3 - 4 лет***

Содержание направления развития детей дошкольного возраста «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих задач: - развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. Развитие умения выполнять ходьбу и бег свободно, не шаркая ногами, не опуская

голову, сохраняя перекрёстную координацию движений рук и ног; действовать совместно;

2. Формирование умения строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить

своё место при построениях;

3. Формирование умения сохранять правильную осанку в положениях сидя,

стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии;

4. Формирование умения соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве;

5. Совершенствование разнообразных видов движений, основных движений. Развитие навыков лазанья, ползания; ловкости, выразительности и красоты движений;

6. Введение в игры более сложных правил со сменой видов движений;

7. Развитие умения энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед: принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком.

8. закрепление умения энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя руками одновременно;

9. Обучение хвату за перекладину во время лазанья;

10. Закрепление умения ползать.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. Поощрение участия детей в совместных играх и физических упражнениях.

2. Воспитание интереса к физическим упражнениям, желания пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время;

3. Формирование у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности;

4. Формирование желания и умения кататься на санках, трёхколёсном велосипеде, лыжах. Развитие умения самостоятельно садиться на трёхколёсный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Развитие умения надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место;

5. Развитие умения реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и другие; выполнять правила в подвижных играх;

6. Развитие самостоятельности и творчества при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организация подвижных игр с правилами. Поощрение самостоятельных игр детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

1. Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне

по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2 - 2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по тонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убегать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и лёгкой (расстояние 1 - 1,5 м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см) Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля (2-3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м.) между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см.), не касаясь руками пола, пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперёд (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребёнка, через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

Ритмическая гимнастика. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

2. Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимание и опускание прямых рук вперёд, вверх, в стороны (одновременно, поочерёдно). Перекладывание предметов из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопки в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивание рук вперёд, в стороны, поворачивание ладонями вверх, поднимание и опускание кисти, шевеление пальцами.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Передача мяча друг другу над головой вперёд-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворот (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклон, подтягивание ног к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лёжа на спине: одновременное поднимание и опускание ног, движения ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лёжа на животе: сгибание и разгибание ног (поочерёдно и вместе), поворот со спины на живот и обратно; прогибание, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подъём на носки; поочерёдное выставление ноги на носок вперёд, назад, в сторону. Приседания, держась за опору и без неё; приседания, вынося руки вперёд; приседания, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочерёдное поднимание и опускание ног, согнутых в коленях. Сидя захват пальцами ног мешочки с песком. Ходьба по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

3. Спортивные упражнения

Катание на санках. Катание на санках друг друга, катание с невысокой горки. Скольжение. Скольжение по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

4. Подвижные игры

С бегом. «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пёс», «Птички в гнёздышках».

С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

С подлезанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве. «Найди своё место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 4 - 5 лет

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

-Формирование правильной осанки.

-Закрепление и развитие умения выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног Развитие умения бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

-Формирование умения выполнять действия по сигналу. Упражнения в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.

-Закрепление умения ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Развитие умения перелезать с одного пролёта гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

-Закрепление умения энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперёд, ориентироваться в пространстве.

-Формирование умения в прыжках в длину и высоту с места, сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие Формирование умения прыгать через короткую скакалку.

-Закрепление умения принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

-Развитие физических качеств (гибкость, ловкость, быстрота, выносливости)

-Развитие двигательной активности детей в играх с мячами, скакалками, обручами и другими предметами

-Закрепление умения кататься на трёхколёсном велосипеде по прямой, по кругу.

-Совершенствование умения ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять

повороты, подниматься на гору.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

-Формирование умений и навыков правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитание красоты, грациозности, выразительности движений.

-Развитие и совершенствование двигательных умений и навыков детей, умения творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

-Закрепление умения выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

-Приучение детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.

-Один раз в месяц проведение физкультурных досугов продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурных праздников (зимний и летний) продолжительностью 45 минут.

-Развитие активности детей в разнообразных играх.

-Развитие быстроты, силы, ловкости, пространственной ориентировки.

-Воспитание самостоятельности и инициативности в организации знакомых игр.

-Приучение детей к выполнению действий по сигналу.

-Во всех формах двигательной деятельности развитие у детей организованности, самостоятельности, инициативности, умения поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

1. Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего. Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по верёвке (диаметр 1,5-3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, через набивной

мяч (поочерёдно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), враспынную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1—1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд; к концу года)

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под верёвку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку.

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперёд (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочерёдно) Прыжки через линию, поочерёдно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочерёдно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см) Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2 2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5-2 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика. Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и циклических движений под музыку.

2. Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимание рук вперёд, в стороны, вверх (одновременно, поочерёдно), отведение рук за

спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивание руками вперёд-назад; выполнение круговых движений руками, согнутыми в локтях. Закладывание рук за голову, разведение их в стороны и опускание. Поднимание рук через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимание палки (обруча) вверх, опускание за плечи; сжимание, разжимание кистей рук; вращение кистями рук из исходного положения руки вперёд, в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Повороты в стороны, держа руки на поясе, разведение рук в стороны; наклоны вперёд, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоны с выполнением задания (класть и брать предметы из разных исходных положений: ноги вместе, ноги врозь). Наклоны в стороны, держа руки на поясе. Прокатывание мяча вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекалывание предметов из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимание обеих ног над полом: поднимание, сгибание, выпрямление и опускание ног на пол из исходных положений лёжа на спине, сидя. Повороты со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимание вытянутых вперёд рук, плеч и головы, лёжа на животе.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подъём на носки; поочерёдно выставление ноги вперёд на пятку, на носок; притопы; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперёд, в стороны. Поочерёдное поднимание ног, согнутых в коленях. Ходьба по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захват и перекалывание предметов с места на место стопами ног

Статические упражнения. Сохранение равновесия в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5-7 секунд).

3. Спортивные упражнения

Скольжение. Самостоятельное скольжение по ледяным дорожкам.

4. Подвижные игры

С бегом. «Самолёты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике» «Зайка серый умывается»

С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелёт птиц», «Котята и щенята» С бросанием и ловлей. «Подбрось, поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку». На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушёл?», «Прятки».

Народные игры. «У медведя во бору».

***Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе
общеразвивающей направленности детей 5 - 6 лет***

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

-Совершенствование физических качеств в разнообразных формах двигательной деятельности.

-Формирование правильной осанки, умения осознанно выполнять движения.

-Развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости.

-Совершенствование двигательных умений и навыков детей.

-Закрепление умения детей с легкостью выполнять ходьбу и бег, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

-Закрепление умения лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

-Совершенствование умения выполнять прыжки в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

-Закрепление умения сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

-Закрепление умений кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой), ориентироваться в пространстве.

-Знакомство со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

-Развитие самостоятельности, творчества, формирование выразительности и

грациозности движений.

-Воспитание стремления участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

-Формирование умения самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

-Формировать привычки помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.

-Поддержка интереса детей к различным видам спорта, сообщение им наиболее важных сведений о событиях спортивной жизни страны.

-Проведение один раз в месяц физкультурных досугов длительностью 25-30 минут; два раза в год физкультурных праздников длительностью до 1 часа.

-Во время физкультурных досугов и праздников привлечение дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

1. Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, верёвке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врассыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость. 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической

скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролёта на другой, пролезание между рейками.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперёд другая назад), продвигаясь вперёд (на расстояние 3-4 м) Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперёд, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов поочерёдно через каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см) Прыжки через короткую скакалку, вращая её вперёд и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд), одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз), бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, с груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперёд (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперёд, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

2. Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разведение рук в стороны из положения руки перед грудью; поднимание рук вверх и разведение в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперёд-

вверх; поднимание рук вверх - назад попеременно, одновременно. Поднимание и опускание кистей; сжимание и разжимание пальцев.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены и касаясь её затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочерёдно поднимание согнутых прямых ног, прижавшись к гимнастической стенке взявшись руками за рейку на уровне пояса. Наклоны вперёд, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклон вперёд, стараясь коснуться ладонями пола, наклоны, поднимая за спиной сцепленные руки. Повороты, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочерёдное отведение ног в стороны из упора, присев; движения ног, скрещивая их из исходного положения лёжа на спине. Подтягивание головы и ног к груди (группировка)

3. Спортивные упражнения

Скольжение. Скольжение по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

4. Спортивные игры

Городки. Бросание бит сбоку, занимая правильное исходное положение.

Знакомство с 3-4 фигурами. Выбивание городков с полу кона (2-3 м) и кона (5-6 м).

Элементы баскетбола. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, ведение мяча правой, левой рукой. Бросание мяча в корзину двумя руками от груди.

Бадминтон. Отбивание волана ракеткой, направляя его в определённую сторону.

Игра в паре с воспитателем.

Элементы футбола. Прокатывание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Обведение мяча вокруг предметов; закатывание в лунки, ворота; передача ногой друг другу в парах, отбивание о стенку несколько раз подряд.

Элементы хоккея. Прокатывание шайбы клюшкой в заданном направлении, закатывание её в ворота. Прокатывание шайбы друг другу в парах.

5. Подвижные игры

С бегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы весёлые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру» «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц»

С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы»

С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберётся до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье»

С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо»

Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?»

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

***Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе
общеразвивающей направленности для детей 6 - 7 лет***

Содержание образовательной области «Физическое развитие» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

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

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

-Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

-Формирование привычки сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

-Закрепление умения соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

-Совершенствование активного движения кисти руки при броске.

-Закрепление умения быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, круге; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

-Развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

-Упражнения в статическом и динамическом равновесии, на развитие координации движений и ориентировку в пространстве.

-Закрепление умения участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.

-Совершенствование техники основных движений (добываясь естественности, лёгкости, точности, выразительности их выполнения).

-Закрепление умения сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину.

-Упражнения в лазании с пролёта на пролёт гимнастической стенки по диагонали.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

-Закрепление умения придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности; самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.

-Поддержание проявления интереса к физической культуре и спорту отдельным достижениям в области спорта.

-Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

-Проведение один раз в месяц физкультурных досугов длительностью до 40 минут, два раза в год физкультурных праздников (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

1. Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперёд и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперёд сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, верёвки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по верёвке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Круговое с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперёд, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость. 30 м примерно за 6,5-7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролёта на пролёт по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперёд на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, верёвку вперёд и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребёнка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку) Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперёд; прыжки на двух ногах с продвижением вперёд по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый-второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

2. Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимание рук вверх, вперёд, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимание рук вверх из положения руки к плечам. Поднимание и опускание плеч; энергичное разгибание согнутых в локтях рук (пальцы сжаты в кулаки), вперёд и в стороны; отведение локтей назад (рывки 2—3 раза) и выпрямление рук в стороны из положения руки перед грудью; круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращение обруча одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращение кистями рук. Разведение и сведение пальцев; поочерёдное соединение всех пальцев с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускание и повороты головы в стороны. Повороты туловища в стороны, поднимая руки вверх, в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы): наклоны вперёд, подняв руки вверх, держа руки в стороны. В упоре сидя поднимание обеих ног (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; перенос прямых ног через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения, лёжа на спине (закрепив ноги) переход в положение, сидя и снова в положение лёжа. Прогибание, лёжа на животе. Из положения лёжа на спине поднимание обеих ног одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переход в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочерёдное поднимание ноги, согнутой в колене; поочерёдное поднимание прямой ноги стоя, держась за опору.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставление ноги вперёд на носок скрестно: приседания, держа руки за головой; поочерёдное пружинистое сгибание ног (стоя, ноги врозь); приседания из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выпад вперёд, в сторону; касание носком выпрямленной ноги (мах вперёд) ладони вытянутой вперёд руки (одноименной и разноимённой); свободное размахивание ногой вперёд - назад, держась за опору. Захват ступнями ног палки посередине и поворачивание её на полу.

Статические упражнения. Сохранение равновесия, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг) Выполнение общеразвивающих упражнений, стоя на левой или правой ноге и т. п.

3. Спортивные упражнения

Скольжение. Скольжение с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скольжение с невысокой горки.

4. Спортивные игры

Городки. Бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знакомство с 4—5 фигурами. Выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола. Передавание мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывание мячей друг другу двумя руками от груди в движении. Ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола. Передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Ведение мяча змейкой между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота.

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. Забивание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадание шайбой в ворота, удары по шайбе с места и после ведения.

Бадминтон. Перебрасывание волана на сторону партнёра без сетки, через сетку (правильно держа ракетку) Свободное передвижение по площадке во время игры.

Элементы настольного тенниса. Выполнение подготовительных упражнений с ракеткой и мячом: подбрасывание и ловля мяча одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену (правильно держа ракетку) Подача мяча через сетку после его отскока от стола.

5. Подвижные игры

С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чьё звено скорее соберётся?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом»

С ползанием и лазаньем. «Перелёт птиц», «Ловля обезьян». Эстафеты. «Весёлые соревнования», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?». Народные игры. «Гори, гори ясно!», лапта.

2.2. Описание вариативные форм, способов, методов и средств реализации Программы.

<i>Виды детской деятельности</i>	<i>Формы работы</i>
Познавательно-исследовательская	• Беседы • Сбор фотографий и оформление • Просмотр видео фильмов и диафильмов • Дидактические игры • Настольно-печатные игры • Коллекционирование • Праздники • Отгадывание загадок • Викторина • Моделирование • Сбор фотографий и оформление • Игры – путешествия • Разгадывание кроссвордов • Просмотр видео фильмов и диафильмов • Проектная деятельность
Игровая	• Игра-развлечение • Праздник • Викторина
Коммуникативная	• Фонетическая ритмика • Коммуникативные игры • Психогимнастика • Физкультурная сказка • Обсуждение ситуации • Обсуждение поступков • Разбор понятий • Беседы – рассуждение • Моделирование правил • Коллективное составление инструкции (памятки)
Изобразительная	• Рисование • Лепка • Аппликация • Рассматривание картин, иллюстраций • Выставки детских работ • Создание коллажа
Восприятие художественной литературы и фольклора	• Чтение • Слушание • Книжная выставка • Заучивание стихотворений
Самообслуживание и бытовой труд	• Поручение • Коллективное творческое дело • Задания
Музыкальная	• Танцы

	• Ритмические движения • Аэробика • Ритмика • Музыкальные занятия
Двигательная	• Утренняя гимнастика • Ленивая гимнастика • Закаливание • Основные движения • Игровое упражнение • Спортивные упражнения • Физкультурные занятия • Спортивные упражнения • Игровое упражнение • Основные движения • Игры-соревнования • Подвижная игра • Игры малой подвижности • Народные игры • Упражнения на фитолах • Корригирующая гимнастика • Игра с правилами на физическую компетенцию • Спортивные игры • Развлечения, • Праздники • Игры-соревнования • Малая олимпиада • Эстафеты • Имитация через движение характерных особенностей изучаемых объектов и явлений окружающего мира

МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Наглядный	Словесный	Практический
• Наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнения, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) • Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни) • Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)	• Объяснения, пояснения, указания • Подача команд, распоряжений, сигналов • Вопросы к детям • Образный сюжетный рассказ, беседа • Словесная инструкция	• Повторение упражнений без изменения и с изменениями • Проведение упражнений в игровой форме • Проведение упражнений в соревновательной форме

Двигательная деятельность.

Организация двигательного режима

Формы организации	Младший возраст		Старший возраст	
	Младшие Группы	Средние Группы	Старшие группы	Подготовит. группы
Организованная деятельность	6 часов в неделю		8 часов в неделю	
Утренняя гимнастика	6-8 минут	6-8 минут	8- 10 минут	10- 12 минут
Дозированный бег		3-4 минуты	5-6 минут	7-8 минут
Упражнения после дневного сна	5- 10 минут	5- 10 минут	5- 10 минут	5- 10 минут
Подвижные игры			не менее 2-4 раз в день	
	6-8 минут	10-15 минут	15-20 минут	15-20 минут
Спортивные игры	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю			
Спортивные упражнения	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю			
		8-12 минут	8-15 минут	8-15 минут
Физкультурные упражнения на прогулке	Ежедневно с подгруппами			
	5-10 мин	10-12 мин	10-15 минут	10-15 минут
Спортивные развлечения			1-2 раза в месяц	
	15 минут	20 минут	30 минут	30-40 минут
Спортивные праздники			2- 4 раза в год	
	15 минут	20 минут	30 минут	40 минут
День здоровья	Не реже 1 раза в квартал			
	1 день в месяц			
Неделя здоровья	Не реже 1 раза в квартал			
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Примерная модель двигательного режима в МБДОУ детского сада № 487

№	Формы организации	Особенности организации
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале, длительность 6 - 12 минут.
2.	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Ежедневно в течение 7 - 8 минут.
3.	Динамические паузы вовремя НОД	Ежедневно
4.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно с учетом уровней двигательной активности (ДА) детей, длительность 12 - 15 минут.
5.	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время прогулки, длительность 12 - 15 минут.
6.	Оздоровительный бег	2 раза в неделю, подгруппами по 5- 7 человек во время утренней прогулки, длительность 3 - 7 минут.
7.	Гимнастика после дневного сна в	Ежедневно по мере пробуждения и

	сочетании с контрастными воздушными ваннами	подъема детей, длительность не более 10 минут.
8.	НОД по физической культуре	3 раза в неделю (одно на воздухе). Длительность 15 - 30 минут.
9.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей.
10.	Физкультурно-спортивные праздники	2-3 раза в год (последняя неделя квартала).
11.	Физкультурный досуг	2-3 раза в год, внутри детского сада или совместно со сверстниками соседнего учреждения.
12.	Физкультурно-спортивные праздники	1-2 раза в год на воздухе или в зале, длительность не более 30 минут.
13.	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	По желанию родителей и детей не более 2 раз в месяц, длительность 25 - 30 минут.
14.	Физкультурная образовательная деятельность детей совместно с родителями в дошкольном учреждении	Определяется воспитателем по обоюдному желанию родителей, воспитателей и детей.
15.	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, туристических походов, посещения открытых занятий.

2.3. Взаимодействие взрослых с детьми.

Взаимодействие взрослых с детьми является важнейшим фактором развития ребенка и пронизывает все направления образовательной деятельности.

С помощью взрослого и в самостоятельной деятельности ребенок учится познавать окружающий мир, играть, рисовать, общаться с окружающими. ***Процесс приобщения к культурным образцам человеческой деятельности*** (культуре жизни, познанию мира, речи, коммуникации, и прочим), приобретения культурных умений при взаимодействии со взрослыми и в самостоятельной деятельности в предметной среде называется ***процессом овладения культурными практиками***.

Процесс приобретения общих культурных умений во всей его полноте возможен только в том случае, если взрослый выступает в этом процессе в роли партнера, а не руководителя, поддерживая и развивая мотивацию ребенка. Партнерские отношения взрослого и ребенка в ДОО и в семье являются разумной альтернативой двум диаметрально противоположным подходам: прямому обучению и образованию, основанному на идеях «свободного воспитания». Основной функциональной характеристикой партнерских отношений является равноправное отношение к ребенку

включение взрослого в процесс деятельности. Взрослый участвует в реализации поставленной цели наравне с детьми, как более опытный и компетентный партнер.

Для *личностно-порождающего взаимодействия* характерно принятие ребенка таким, какой он есть, и вера в его способности. Взрослый не подгоняет ребенка под какой-то определенный «стандарт», а строит общение с ним с ориентацией на достоинства и индивидуальные особенности ребенка, его характер, привычки, интересы, предпочтения. Он сопереживает ребенку в радости и огорчениях, оказывает поддержку при затруднениях, участвует в его играх и занятиях. Взрослый старается избегать запретов и наказаний. Ограничения и порицания используются в случае крайней необходимости, не унижая достоинство ребенка. Такой стиль воспитания обеспечивает ребенку чувство психологической защищенности, способствует развитию его индивидуальности, положительных взаимоотношений со взрослыми и другими детьми.

Личностно-порождающее взаимодействие способствует формированию у ребенка различных позитивных качеств. Ребенок учится уважать себя и других, так как отношение ребенка к себе и другим людям всегда отражает характер отношения к нему окружающих взрослых. Он приобретает чувство уверенности в себе, не боится ошибок. Когда взрослые предоставляют ребенку самостоятельность, оказывают поддержку, вселяют веру в его силы, он не пасует перед трудностями, настойчиво ищет пути их преодоления.

Ребенок не боится быть самим собой, быть искренним. Когда взрослые поддерживают индивидуальность ребенка, принимают его таким, каков он есть, избегают неоправданных ограничений и наказаний, ребенок не боится быть самим собой, признавать свои ошибки. Взаимное доверие между взрослыми и детьми способствует истинному принятию ребенком моральных норм.

Ребенок учится брать на себя ответственность за свои решения и поступки. Ведь взрослый везде, где это возможно, предоставляет ребенку право выбора того или действия. Признание за ребенком права иметь свое мнение, выбирать занятия по душе, партнеров по игре способствует формированию у него личностной зрелости и, как следствие, чувства ответственности за свой выбор.

Ребенок приучается думать самостоятельно, поскольку взрослые не навязывают ему своего решения, а способствуют тому, чтобы он принял собственное.

Ребенок учится адекватно выражать свои чувства. Помогая ребенку осознать свои переживания, выразить их словами, взрослые содействуют формированию у него умения проявлять чувства социально приемлемыми способами.

Ребенок учится понимать других и сочувствовать им, потому что получает этот опыт из общения со взрослыми и переносит его на других людей.

Характер взаимодействия с детьми:

- *лично-порождающее взаимодействие* - характерно принятие ребенка таким, какой он есть, и вера в его способности;

- *лично-порождающее взаимодействие способствует* формированию у ребенка различных позитивных качеств. Ребенок учится уважать себя и других, так как отношение ребенка к себе и другим людям всегда отражает характер отношения к нему окружающих взрослых. Он приобретает чувство уверенности в себе, не боится ошибок. Когда взрослые предоставляют ребенку самостоятельность, оказывают поддержку, вселяют веру в его силы, он не пасует перед трудностями, настойчиво ищет пути их преодоления.

Ребенок не боится быть самим собой, быть искренним. Когда взрослые поддерживают индивидуальность ребенка, принимают его таким, каков он есть, избегают неоправданных ограничений и наказаний, ребенок не боится быть самим собой, признавать свои ошибки. Взаимное доверие между взрослыми и детьми способствует истинному принятию ребенком моральных норм.

Ребенок учится брать на себя ответственность за свои решения и поступки. Ведь взрослый везде, где это возможно, предоставляет ребенку право выбора того или действия. Признание за ребенком права иметь свое мнение, выбирать занятия по душе, партнеров по игре способствует формированию у него личностной зрелости и, как следствие, чувства ответственности за свой выбор.

Ребенок приучается думать самостоятельно, поскольку взрослые не навязывают ему своего решения, а способствуют тому, чтобы он принял собственное.

Ребенок учится адекватно выражать свои чувства. Помогая ребенку осознать свои переживания, выразить их словами, взрослые содействуют формированию у него умения проявлять чувства социально приемлемыми способами.

Ребенок учится понимать других и сочувствовать им, потому что получает этот опыт из общения со взрослыми и переносит его на других людей.

Взаимодействие с детьми строится на:

- общении с детьми, выборе стратегии поддержки и развития для каждого ребенка, учитывающей его потребности;

- понимании, того, что выбор методов воспитания и обучения может либо облегчать участие ребенка в видах деятельности, либо создавать препятствия; если дети испытывают трудности в обучении, то происходит это потому, что технологии и методы

обучения не позволяют этим детям освоить соответствующее действие, а не потому, что они не обладают способностью учиться;

- выборе определенных методов и приемов, чтобы особенности и потребности большинства детей не препятствовали их участию в работе и достижению успеха в деятельности;

- использовании разнообразных методов обучения и поддержка детей с различными потребностями в обучении, учет их интересов и сильных сторон развития;

- постоянное слежение за тем, не появляются ли сигналы, которые свидетельствуют о том, что, возможно, метод не «работает» в отношении конкретного ребенка или группы детей, и готовность предпринять соответствующие меры для адаптации;

- направление и облегчение процесса познания ребенка, стимулирование познания, разделяя с ребенком ответственность за обучение;

- планирование и создание условий для развития детей, учет индивидуальных способностей каждого ребенка;

- предоставление детям разнообразных материалов и создание ситуаций, которые дают им неограниченные возможности взаимодействия с окружающим миром. Дети учатся успешнее, когда делают что-либо самостоятельно, выясняя путем проб и ошибок, как устроен мир. Изученные понятия хорошо закрепляются с помощью активных упражнений;

- наблюдении за тем, как дети работают с материалами, что помогает определить, какие задания следует давать детям, исходя из их интересов, специфических потребностей, стилей восприятия; фиксации, к каким материалам дети явно не проявляют интереса, выяснение причин его отсутствия и обеспечение разнообразия игр и заданий;

- представлении о типичном развитии дошкольников и индивидуальных особенностях каждого ребенка; знание, какие материалы необходимы ребенку на том конкретном этапе развития, на котором он находится;

- умении задавать детям открытые вопросы, помогая им продолжать исследовать и узнавать новое. Открытые вопросы предполагают более одного «правильного» ответа. Они также позволяют понять мыслительный процесс ребенка. Вопросы-ответы помогают развивать не только мышление, но и речь. Если воспитатель часто задает вопросы, то и дети начнут о многом спрашивать. Развитие мышления имеет гораздо большее значение для образования, чем запоминание фактической информации;

- предоставление детям времени на обдумывание того, что они делают, что позволяет лучше усвоить вводимое понятие;

- предоставлении времени на вопросы и ответы, а также на самостоятельное

выражение мыслей;

- обсуждении с детьми сделанных выводов и заключений, как верных, так и не совсем. Часто обсуждение идеи, которая в результате оказывается неверной, приносит больше пользы, чем обсуждение верного ответа;

- умении идти на риск, пробовать новые материалы и новые пути использования старых материалов. Некоторые занятия окажутся особенно успешными; некоторые - наоборот. Своевременная замена материалов или нахождение способа продолжить и развить занятие, которое имеет особенный успех. Предложение детям нового занятия, чтобы приучить их активно пробовать новое;

- умении признать, что они чего-то не знают, - это лучше, чем дать неверную или неточную информацию. Говоря «не знаю» - создание обстановки, в которой все вместе участвуют в поиске ответов и решений, совместном исследовании мира. При этом дети учатся пользоваться различными источниками; замечают, что и взрослые тоже учатся; общаются и играют с детьми, разделяют их стремление узнать новое и проявляют интерес ко всему, что дети делают и исследуют;

- умении почувствовать, когда их присутствие не нужно; когда детей следует предоставить самим себе, чтобы они самостоятельно управляли процессом познания.

В области физического развития

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Взрослыми:

- предусмотрена системная работа по формированию здорового образа жизни (привычек здорового питания, закаливания, регулярной двигательной активности и пр.) с учетом потребностей, возможностей, интересов и инициативы детей;

- обеспечивается системная работа по формированию здорового образа жизни с учетом их потребностей, возможностей, интересов и инициативы;

- создаются условия совместно с детьми в ходе разных мероприятий и повседневной жизни обсуждать, что полезно и что вредно для здоровья, помогать детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил (используя рассказы, видео, электронные ресурсы, экскурсии и пр.);

- предусмотрена амплификация и постоянное совершенствование образовательной среды для разноуровневого формирования здорового образа жизни (от мытья рук до регулярных занятий спортом) с учетом потребностей и возможностей воспитанников, их семей и заинтересованных сторон;

- на своем примере демонстрируется здоровый образ жизни;

- создается атмосфера, благоприятствующая развитию у детей радости от движения, что впоследствии будет способствовать желанию молодых людей и взрослых заниматься спортом и вести здоровый образ жизни;

- реализуются различные протяженные во времени проекты, фокусирующие внимание детей на здоровых привычках (напр., изучение тела человека сопровождается изучением правил, которые помогут долгие годы сохранять здоровье; изучаются свойства разных продуктов и пр.).

ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СВОЕМ ТЕЛЕ И ФИЗИЧЕСКИХ ВОЗМОЖНОСТЯХ, ПРОИЗВОЛЬНОСТЬ И КООРДИНАЦИЯ ДВИЖЕНИЙ

Взрослыми:

- предусмотрено системное развитие физических возможностей с учетом потребностей, возможностей, интересов и инициативы детей. Напр., свободное движение в разнородном пространстве; занятия, развивающие равновесие; упражнения для развития координации движений и пр.;

- развиваются у детей представления о своем теле, они учат их выполнять различные действия и движения (произвольные и спланированные), менять скорость, темп, ритм предлагаемых движений;

- предусмотрено разностороннее развитие мелкой моторики обеих рук в различных формах деятельности (напр., игры с мелкими предметами, пальчиковые игры, штриховка, линии и лабиринты, лепка, массаж, сортировка мелких предметов по форме с закрытыми глазами);

- предусмотрена амплификация и постоянное совершенствование образовательной среды для разноуровневого развития физических возможностей с учетом индивидуальных особенностей, интересов инициативы детей, их семей, сотрудников группы и заинтересованных сторон;

- предусмотрено постепенное усложнение организованной и спонтанной двигательной активности детей: от симметричных движений в одной плоскости до разнонаправленных поочередных движений из разнонаправленных исходных положений;

- с учетом индивидуальных способностей детям предлагаются разноуровневые физкультурные и спортивные занятия; - выстраивается целенаправленная работа по развитию координации движений (плавность, размеренность, экономность, точность и пр.), развитию автоматизма выполнения некоторых движений;

- предусмотрено разноуровневое развитие мелкой моторики с учетом интересов и способностей детей (от простых игр до целенаправленного последовательного развития

навыков и приемов, напр. вязания, вышивания, конструирования с использованием мелких деталей и пр.).

ДВИЖЕНИЕ И ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ

Взрослыми:

- предусмотрены системная поддержка двигательной активности в течение дня в группе;
- предусмотрена интеграция различных форм двигательной активности (физкультминутка, пальчиковая, зрительная, дыхательная и зрительная гимнастика, ходьба по массажным дорожкам, подвижные игры, движение в сложных физкультурных комплексах и пр.) в целостный образовательный процесс, с учетом потребностей, возможностей, интересов и инициатив воспитанников;
- системная поддержка двигательной активности в течение дня в группе;
- движение и двигательная активность детей выстроена с учетом потребностей, возможностей, интересов и инициативы воспитанников;
- предусмотрена амплификация и постоянное совершенствование образовательной среды для разноуровневой поддержки и стимулирования двигательной активности детей, позволяющая приобрести разнообразный двигательный опыт, усложняющийся по мере развития физических возможностей ребенка;
- предусмотрено создание целостного и полифункционального пространства, открывающего массу возможностей для разносторонней и разноуровневой двигательной активности детей;
- реализуется предусмотренная работа, стимулирующая двигательную активность воспитанников в обогащенной образовательной среде группы, включающая учебные ситуации, выстраиваемые с учетом текущего опыта детей, а также свободное движение и пр.;
- создана насыщенная и эмоционально благоприятная среда для двигательной активности детей, педагог обсуждает двигательный опыт ребенка и вызванным им эмоциональные переживания, помогает соотнести свой опыт с опытом других людей;
- стимулируется детское любопытство и интерес к новым движениям и двигательным действиям.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ, ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ

Взрослыми:

- предусмотрено систематическое разностороннее развитие крупной моторики детей (развиваются сила, скорость, ловкость, гибкость, выносливость, внимание, точность,

чувство ритма и др.) в разных формах (в играх, физкультурных и спортивных занятиях) с учетом потребностей и возможностей, интересов и инициативы детей;

- обеспечивается развитие крупной моторики интегрировано с другими образовательными областями (напр., она развивается во время занятий танцами или ритмикой, в путешествиях по разнородному природному ландшафту с познавательными целями;

- реализуется предусмотренное систематическое разностороннее развитие крупной моторики детей в разных формах – в подвижных играх, на физкультурных и спортивных занятиях;

- укрепляется позитивная самооценка детей через достижение уверенности в движениях, ощущение нарастающих навыков (ведется педагогическое наблюдение);

- поддерживается интерес детей к различным подвижным играм (наигры с мячом в кругу, догонялки, бег наперегонки, игры с прыжками, с мячом, народные игры и пр.);

- играют в игры вместе с детьми, не пытаясь без необходимости доминировать;

- предусмотрена амплификация и постоянное совершенствование образовательной среды для разноуровневого развития крупной моторики с учетом индивидуальных особенностей детей (от свободной подвижной игры до регулярных спортивных занятий);

- предусмотрено обучение детей правилам выполнения движений, позволяющим минимизировать риски;

- предусмотрено обогащение предметно-пространственной среды, напр., за счет партнерства со спортивными организациями и организация доступа детей к их спортивному пространству;

- используются открытые задания с разными степенями сложности, из которых ребенок сам отдает предпочтение тому, что ему по силам. Педагог стимулирует выбор всё усложняющихся заданий, поощряет поиск различных двигательных решений определенной задачи.

2.4. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников

Взаимодействие с семьей в образовательном процессе по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования предполагает координацию усилий нескольких сторон (субъектов образовательного пространства) в образовательном процессе. Равноправными субъектами педагогического процесса в детском саду являются дети, воспитатели, специалисты, младшие воспитатели, медсестра, родители. Равноправие субъектов подразумевает:

- открытость к взаимодействию;
- возможность запросить, и получить информацию;

- инициатором процесса взаимодействия по поводу вновь возникшей проблемы или с целью удовлетворения потребности может стать любой из субъектов;
- возможность участия субъектов в планировании, реализации, управлении и оценке результатов совместных проектов, образовательного процесса.

Задачи:

- обеспечить включение родителей в образовательный процесс на основе согласования целей, задач, прогнозируемого результата, применение различных форм консультативной помощи и поддержка каждой семьи с целью развития творчески самостоятельной личности;
- обеспечить единство форм содержания образования детей через партнерское взаимодействие всех специалистов ДОУ.

<i>Функции совместной партнерской деятельности</i>	<i>Формы работы (взаимодействия) с родителями</i>
Информационно-консультативная деятельность	- обмен информацией с родителями о развитии и образовании ребенка, что является основой позитивного взаимодействия, установления открытых и доверительных отношений (описаны способы обмена информацией); - различные способы обмена информацией с родителями, в т. ч. онлайн- и офлайн-способы; разные типы информационных коммуникаций по целям: развивающее информирование (напр: советы педагога), мотивирующее информирование (вовлечение родителей в образовательную деятельность); - комплексная система информационного взаимодействия с родителями, которая предусматривает разные виды информации и разные способы и время для ее получения заинтересованными сторонами в зависимости от целей и задач. Родители регулярно информируются о результатах педагогических наблюдений. Родители регулярно получают необходимую информацию в электронном виде (вацап, чат, мессенджеры и пр), с которой могут ознакомиться в удобное время. Для информирования родителей используются различные неэлектронные формы: неформальное общение, тематические выставки, развивающие семинары, проекты и пр. Родителям доступны видеозаписи, иллюстрирующие деятельность ребенка (короткие видео либо полная запись дня). Родителям доступны регулярные индивидуальные беседы с педагогом на тему развития ребенка с учетом его индивидуальных особенностей с опорой на данные педагогических наблюдений и педагогической диагностики. - тестирование, анкетирование, опрос родителей, для выявления области специальных знаний и умений родителей и их желания участвовать в жизни группы, ДОУ; - информационные стенды для родителей; - памятки и информационные письма для родителей; - подгрупповые и индивидуальные консультации; - интернет. Сайт ДОУ; - презентация достижений; - общение с родителями для того, чтобы узнать, какие цели родители

	ставят для своих детей;
Просветительская деятельность	- наглядная информация (стенды, папки-передвижки, семейные и групповые фотоальбомы, фоторепортажи); - Дни открытых дверей; - памятки; - консультации, семинары, семинары-практикумы, конференции, брифинги; - распространение опыта семейного воспитания; - тематическое дистанционное обучение родителей; - совместная разработка учебных пособий и дидактических игр; - круглые столы, конференции с участием родителей, представителей общественных, научных организаций; - папки, листовки, памятки, буклеты, бюллетени; - стеллажи для демонстрации детских работ по лепке и небольших конструкций;
Организационная деятельность	- дни открытых дверей; - семинары; - открытые занятия; - детско-родительские проекты; - выставки; - анкетирование;
в создании условий	- помощь в создании предметно-развивающей среды;
Культурно-досуговая деятельность	- физкультурно-спортивные мероприятия; - акции; - участие в конкурсах; - игровые семейные конкурсы, викторины

2.5. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Педагоги стремятся развивать в детях самостоятельность, которая всегда сопряжена с ответственностью. Начиная с младшего дошкольного возраста дети постепенно вовлекаются в разработку правил, самостоятельно следуют этим правилам и оценивают своё поведение. Дети вместе с воспитателем обсуждают и устанавливают правила в группе, которые становятся общими стандартами для всех, включая и воспитателей. В младшем возрасте это может быть какое-то одно простое правило, обсужденное воспитателем вместе с детьми. В среднем возрасте – дети уже могут сами предлагать и с помощью взрослого принять к исполнению два – три несложных правила. Детям старшего дошкольного возраста доступно совместное принятие и выполнение нескольких понятных, разумных правил.

Дети различаются по уровню своей готовности соблюдать правила и принимать тот тип поведения, которого от них ожидают педагоги. Одним из лучших способов обеспечить максимальное соблюдение правил детьми является привлечение самих детей к определению этих правил, их изменению и принятию новых правил по мере возникновения такой необходимости, то есть дети:

- участвуют в разработке правил;
- следят за их соблюдением;
- оценивают свое поведение с точки зрения соблюдения правил;
- учатся быть ответственными за свои слова и поступки.

Воспитатель учит детей правилосообразному поведению. Кроме того, принятие детьми правила, которое они разработали сами, создает у них чувство причастности и ответственности за его соблюдение. Дети научаются самоконтролю, могут сами регулировать свое поведение не по указке «сверху», а по собственной инициативе и собственному пониманию. Это создает основания для развития осмысленной произвольности, способствует психологически правильному взрослению ребенка.

В ходе образовательной деятельности каждая образовательная область (модуль) реализуется интегрировано с другими образовательными областями - в дошкольном возрасте - в центрах активности обеспечивается освоения содержания психолого-педагогических задач каждой из образовательных областей, обеспечивая влияние на развитие ребенка дошкольного возраста в специфичных для него видах деятельности – которые обеспечивают реализацию целей и задач образовательных областей через различные вариативные формы, способы, методы и средства освоения содержания образования с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Содержание РП заключается в описании новых средств, методов, технологий с помощью которых взрослый может обеспечить нравственное и коммуникативное развитие ребенка в различных культурных практиках: игре, художественно-эстетической деятельности, исследовании, коммуникации, чтении, изучении основ математики, грамоты и др.

Посредством данных культурных практик дошкольники стихийно осваивают и приобретают собственный опыт общения и группового взаимодействия со взрослыми, сверстниками и младшими детьми.

Культурные практики – это также стихийное и подчас обыденное освоение разного опыта общения и группового взаимодействия с взрослыми, сверстниками и младшими детьми. Это – приобретение собственного нравственного, эмоционального опыта сопереживания, заботы, эмпатии, помощи и т.п. Здесь – начала «скрытого» воспитания и освоения фонового знания.

Культурные практики – понятие, объясняющее, как ребенок становится субъектом активного отношения, восприятия, выбора, пробы сил, принятия или непринятия чего – либо в своей жизни. Это понятие помогает объяснить, с помощью каких культурных

механизмов ребенок выбирает то или иное действие и какое влияние на развитие имеет этот выбор.

2.6. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

В основе организации образовательного процесса лежит тематическое планирование образовательной работы в ДОУ

Цель: построение образовательного процесса, направленного на обеспечение единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, с учетом интеграции на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму» с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей.

Организационной основой реализации тематического принципа построения программы являются темы (праздники, события, проекты), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а так же вызывают личностный интерес детей к:

- явлениям нравственной жизни ребенка;
- окружающей природе;
- миру искусства и литературы;
- традиционным для семьи, общества и государства праздничным событиям;
- событиям, формирующим чувство гражданской принадлежности ребенка (родной город, День народного единства, День защитника Отечества и др.);
- сезонным явлениям;
- народной культуре и традициям.

Правильно организованные праздники - это эффективный инструмент развития и воспитания детей. Предусмотрено, что праздник проводится для детей, являясь захватывающим, запоминающимся событием в жизни каждого ребенка. Любой праздник для ребенка противопоставляется обыденной жизни, является эмоционально значимым событием, которое ассоциируется с радостью и весельем, и становится коллективным действием, объединяющим сообщество детей, родителей и педагогов. Традиционно в ДОУ проводятся различные праздники и мероприятия. Для детей дошкольного возраста предлагаются разные профессиональные, международные праздники экологической направленности:

- «Всемирный день земли»
- «Всемирный день животных».

Международные праздники социальной направленности:

- «Всемирный день здоровья»,
- «Международный день семьи»,
- «Международный день защиты детей»,
- «День пожилого человека».
- «День народного единства»

В планировании образовательной деятельности с детьми отражены особенности традиционных событий, праздников, мероприятий, организуемых в детском саду:

- Празднование Нового года
- Выпускной бал
- День знаний
- День победы
- 8 марта
- День космонавтики
- Праздник поэзии
- День матери

Мероприятия групповые, межгрупповые и общесадовские:

- спортивные праздники (проводятся 2 раза в год);
- Музыкальные праздники (на основании годового календарного графика)
- соревнования;
- дни здоровья;
- тематические досуги;
- развлечения (1 раз в неделю);
- театрализованные представления;
- смотры и конкурсы;
- экскурсии.

Праздники и мероприятия ДОУ

Месяц	Младшая группа (3-4 года)	Средняя группа (4-5 лет)	Старшая группа 5-6 лет)	Подготовительная группа (6-7 лет)
сентябрь	День знаний			
октябрь			«День пожилого человека».	
		«Праздник поэзии»		
Ноябрь		«День народного единства»		
	«День матери»			
Декабрь	«Новый год»			
Февраль		«День защитника Отечества»		
Март	«Всемирный день земли»			
	Международный женский день			
Апрель	«Всемирный день здоровья»			
			«День космонавтики»	
Май	«День победы»			

				«Выпускной бал»
Июнь	«Международный день защиты детей»			

2.7. Способы и направления поддержки детской инициативы

Главный целевой ориентир дошкольного образования – это поддержка детской инициативы. Чтобы ее сформировать, детям необходимо предоставить свободу для самовыражения. При совместной партнёрской деятельности, взрослый не только насыщает среду, наблюдает за детьми и предоставляет им возможность для самовыражения, но и руководит их действиями, показывает новые способы действий, задает модели поведения и пр. Роль взрослого – мотивировать, заинтересовать детей.

Взаимодействие педагога с ребёнком строится на отношении к ребёнку как к качественно отличному от взрослого, но равноценному ему партнёру. В соответствии с этим воспитатели предоставляют детям право выбора и учитывают их интересы и потребности.

Ребёнок как личность равноценен взрослому, но обладает специфически детскими индивидуальными и возрастными механизмами поведения. Рассматривая детей как равноценных партнёров, воспитатель уважает в каждом из них право на индивидуальную точку зрения, на самостоятельный выбор. Поэтому, общаясь с детьми, он предоставляет им не универсальный образец для подражания, а определённое поле выбора, то есть диапазон одинаково принятых в культуре форм поведения, в котором каждый ребёнок находит свой собственный, адекватный его индивидуальным особенностям стиль поведения. Тем самым усвоение детьми культурных норм не противоречит развитию в каждом из них творческой и активной индивидуальности. Активность ребёнка выходит далеко за пределы усвоения взрослого опыта и рассматривается как накопление личного опыта в процессе самостоятельного исследования и преобразования окружающего его мира.

Индивидуализация образования в дошкольном возрасте предполагает:

- постоянное наблюдение, сбор данных о ребёнке, анализ его деятельности и создание индивидуальных программ развития;
- помощь и поддержку ребёнка в сложной ситуации;
- предоставление выбора в разных видах деятельности, акцент на инициативность, самостоятельность и личностную активность детей.

Инициативность ребенка предполагает самостоятельную постановку целей, организацию действий, направленных на достижение этих целей и реализацию действий. При этом ребенок как субъект должен уметь оценивать обстановку, в которой происходит

действие (например, в игре уметь провести анализ ситуации, выявить позиции участников), разрабатывать план действий (цепь ходов в настольной игре) и выполнять действие.

Инициативность – одно из важных условий развития творческой деятельности ребёнка.

Поддержка детской инициативы, детского творчества связана с созданием социальной ситуации развития ребенка, через три группы условий:

- предметно-пространственные (оборудование, мебель, игрушки);
- социальные (система взаимоотношений со взрослыми и сверстниками);
- деятельностные (организация детских видов деятельности).

Условия	Организация
<i>Предметно-пространственные условия</i>	Материалы и оборудование должны обладать двумя основными свойствами: трансформируемость и полифункциональность. Благодаря этому реализуется возможность изменения среды в зависимости от новых образовательных задач, ситуаций, интересов, возможностей детей. Изменение предметной среды способствует возникновению новых игр, инициативы, и каждый ребенок тем самым может удовлетворить свои интересы.
<i>Социальная ситуация развития</i>	Социальная ситуация развития предусматривает изменение стиля и способов взаимодействия взрослого с детьми: общение должно быть нацелено на понимание причин поведения ребенка. В основе поддержки детской инициативы – «феноменологическая открытость» - способность понимать мотивы поведения ребенка, его потребности, эмоциональные переживания. «Когда меня понимают, я лучше понимаю себя» - такая установка влияет на формирование адекватной самооценки и выработку новых моделей поведения.
<i>Деятельностные условия</i>	Деятельностные условия направлены на организацию обучения без психологического давления на ребенка, на основе его мотивации. Речь идет об организации совместной партнерской деятельности взрослого с детьми, где педагог выступает партнером ребенка, а тот с интересом участвует в деле, которое предлагает взрослый. Педагог должен уметь мотивировать детей, владеть вариативными формами работы, создавать проблемные ситуации.

2.8. Программа коррекционно-развивающей работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья

Цель коррекционной работы — создание оптимальных психолого-педагогических условий для обеспечения коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей с ОВЗ и оказания помощи детям этой категории в освоении основной образовательной программы дошкольного образования.

Задачи коррекции:

- своевременное выявление детей с ОВЗ и определение их особых образовательных потребностей, обусловленных недостатками в физическом и (или) психическом развитии;
- создание условий, способствующих освоению детьми с ОВЗ программы и их интеграции в ДОО;
- осуществление индивидуально ориентированной психолого-медико-педагогической помощи детям с ОВЗ с учётом особенностей психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей детей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии);
- разработка и реализация индивидуальных планов коррекционной работы с детьми с ОВЗ, организация индивидуальных и (или) групповых занятий для детей с выраженным нарушением в физическом и (или) психическом развитии;
- разработка и реализация дополнительных образовательных программ и получения дополнительных образовательных коррекционных услуг;
- реализация системы мероприятий по социальной адаптации детей с ОВЗ и формированию здорового образа жизни;
- оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) детей с ОВЗ по медицинским, социальным, правовым и другим вопросам.

Объективным фактом становится понимание ситуации, когда сложности на пути образовательного процесса, даже в условиях инклюзивной модели, появляются не только у детей с ОВЗ. В детской популяции в последние годы отмечается увеличение количества детей со специфическими отклонениями (особенностями) как органического, так и функционального характера. Педагогическим сообществом эти дети отнесены к так называемой «группе риска» детей, также имеющих **«особые образовательные потребности» - особенности развития, препятствующие успешному освоению образовательной программы.** Для данной категории детей могут быть разработаны индивидуальные образовательные маршруты, предусмотренные основной образовательной программой образовательной организации.

Данная группа детей на сегодняшний день выделяется наиболее широко и может быть представлена следующими категориями:

- дети с нарушением зрения;

- дети с нарушением речи, обусловленные органическим поражением центральной нервной системы (ОНР, алалия, дизартрия и др.);
- дети с нарушением речи (ФФН, дислалия, ринолалия и др.);
- дети с выдающимися способностями;
- дети-билингвы;
- часто болеющие дети;
- леворукие дети;
- дети с синдромом гиперактивности и дефицитом внимания;
- дети с нарушением эмоционально-волевой сферы.

Инклюзия в таком случае рассматривается, как процесс включения всех детей в общее (дошкольное) образование на основе особых образовательных потребностей данных категорий. В то же время, практически каждая из представленных категорий может входить в симптомокомплекс сочетанных нарушений, имеющих у детей с ОВЗ. В этой ситуации обеспечение качества образовательного процесса становится возможным в рамках определённого пересмотра ценностных характеристик образования и созданию своевременных практических рекомендаций для организации условий образования и воспитания детей с особыми образовательными потребностями.

Особенности организации коррекционно-развивающей работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья (краткая характеристика)

Дети с косоглазием и амблиопией	Направления психолого-педагогической помощи: - развитие вестибулярного аппарата; - развитие двигательной сферы; - развитие остаточного зрения, формирование зрительного внимания; - развитие осязательного восприятия; - развитие слухового восприятия; - развитие движений рук. Взаимосвязь психолого-педагогической коррекции с лечением зрения. В образовательный процесс вводится дозированная зрительная нагрузка при рассматривании иллюстраций, рисовании, просмотре видеоинформации и др. Важным требованием распорядка жизни детей является система двигательной активности ребёнка, предусматривающая преодоление гиподинамии у детей, обусловленная трудностями их зрительно-двигательной ориентировки, включающая специальные занятия по лечебной физкультуре, ритмике, ориентировке в пространстве, физкультурные минутки. Одновременно с общеобразовательным процессом осуществляется коррекционная работа, направленная на преодоление отклонений в психическом развитии детей. Все занятия носят индивидуально-дифференцированный характер в зависимости от потребности в них ребёнка. Применение средств наглядности осуществляется с учётом
---------------------------------	---

	своеобразия зрительного восприятия. Предметы, явления, иллюстрации, игрушки, по которым слабовидящие составляют словесное описание, должны быть зрительно доступны детям. Изображения на картинках не должны быть перегружены объектами. Речь педагога должна служить примером, быть образной, выразительной и эмоционально окрашенной. Особое значение имеет активное включение в процесс обследования предметов сохранных анализаторов. Дополнительная информация получается за счёт полисенсорных взаимосвязей (слухо-двигательных, тактильно-двигательных, осязательных и др.) и обеспечивает детям более полную и точную информацию об объекте. Основными методами и средствами являются наблюдения, обследование, экскурсии, дидактические игры, упражнения с натуральными объектами или их изображениями, просмотры диафильмов, рассматривание различных видов наглядности (картинки, игрушки, муляжи и др.), беседы об увиденном, слушание грамзаписей, применение магнитофонных записей и т.п. Но ведущим остаётся использование конкретного материала, активно воспринимаемого детьми (поэтапное обследование предмета).
--	---

Особенности организации работы с детьми с речевыми нарушениями

Нарушения речи, обусловленные органическим поражением центральной нервной системы (ОНР, алалия, дизартрия и др.)	Формы • Игра. Виды игр: игра с правилами, подвижная игра. • Игровая ситуация. Методы и приемы • Наглядные: • Словесные: - игры со словами. • Практические: - пластические этюды, хороводные игры. • Метод проектов.
Нарушения речи Классификация нарушений: Функциональные нарушения речи (ФФН, дислалия, ринолалия и др.)	Формы • Игра. Виды игр: игра с правилами, подвижная игра. • Игровая ситуация. Методы и приемы • Наглядные: • Словесные: - игры со словами. • Практические: - пластические этюды, хороводные игры. • Метод проектов.

Организация работы с детьми, обладающими выдающимися способностями

Дети, обладающие выдающимися способностями	Основная стратегия в работе с детьми обладающими выдающимися способностями строится с позиций развития их внутреннего деятельностного потенциала, поддержки потребностей в исследовательской и поисковой активности, грамотном сочетании принципов ускорения, углубления, обогащения и проблематизации. Наиболее эффективными являются методы работы: • исследовательский;
--	---

	• частично-поисковый; • проблемный; • проективный. Оптимальными являются следующие формы работы – спортивные игры и состязания, творческие задания, спортивные конкурсы, индивидуальные творческие задания.
--	---

ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Содержание образования в части, формируемой участниками образовательных отношений, выстроено по модулям образовательной деятельности, на основе авторских программ, выбранных с учетом образовательных потребностей, интересов, мотивов детей, членов их семей и возможностей педагогов, с учетом специфики национальных, социокультурных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность.

Данная часть РП учитывает образовательные потребности, интересы и мотивы детей, членов их семей и педагогов и, в частности, ориентирована на:

- специфику национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
- выбор тех парциальных образовательных программ, методик и форм организации работы с детьми, которые в наибольшей степени соответствуют потребностям и интересам детей, а также возможностям педагогического коллектива;
- сложившиеся традиции ДОУ.

Обогащение содержания образовательной деятельности обеспечивается в пяти образовательных областях. При этом учитывается, что в соответствии с ФГОС ДО (п.2.12) «Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений, может быть представлена в виде ссылок на соответствующую методическую литературу, позволяющую ознакомиться с содержанием выбранных участниками образовательных отношений парциальных программ, форм организации образовательной работы.

Реализация (обогащение) содержания образования с учетом специфики национальных, социокультурных условий Среднего Урала

В направление физического развития обеспечивается обогащение содержания модуля образовательной программой дошкольного образования «СамоЦвет».

Образовательная программа дошкольного образования «СамоЦвет» для детей дошкольного возраста представлена в печатном виде для доступа педагогической и родительской общественности ДОУ по результатам ее апробации в период с 2017 года.

Региональный реестр учебно-методических материалов, получивших одобрение по результатам общественно-профессиональной экспертизы на официальном сайте ГАОУ ДПО СО «ИРО». Дата одобрения РУМО - 25 декабря 2019 г.

Ссылка для ознакомления: <https://www.irro.ru/?cid=440> с Образовательной программой дошкольного образования «СамоЦвет».

Парциальная образовательная программа дошкольного образования «СамоЦвет для детей дошкольного возраста, создана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, учитывает специфику образования детей в социокультурных условиях Среднего Урала.

Программа раскрывает принципы, содержание, возможные методы и приемы, техники, подходы к реализации воспитательного потенциала совместной деятельности детей и взрослых, самостоятельной деятельности детей в предметно-развивающем ценностно-насыщенном образовательном пространстве, раскрывает особенности создания условий для овладения культурными средствами деятельности и общения, в системе отношений ребенка к миру, к другим людям, к себе самому.

Одним из результатов реализации программы станет принятие и уважение детьми дошкольного возраста ценности «Семьи», «Здоровья», «Труда и творчества», «Социальной солидарности», правил и норм поведения.

Программа опирается на методологию, основные теоретические положения и идеи культурно-исторического, деятельностного, системного и аксиологического подходов, ориентирует на создание эффективной образовательной развивающей и развивающейся среды, в партнерском взаимодействии образовательной организации и семьи.

Задачи в части, формируемой участниками образовательных отношений:

1. Развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала.
2. Формировать полезные привычки здорового образа жизни с использованием местных природных факторов. Познакомить ребенка с определенными качествами полезных продуктов.
3. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений в традиционных для Урала спортивных играх и упражнениях.
4. Развивать представления ребенка о пользе закаливания, режиме жизни, о зависимости между особенностями климата Среднего Урала, погодных условий.

Формы, способы, методы и средства реализации содержательных линий поддержки культурных практик в части, формируемой участниками образовательных отношений

Младший дошкольный возраст 3-5 лет

Решение образовательных задач физического развития детей

- Культурная практика здоровья;
- Двигательная культурная практика *предусматривает:*
 - ✓ учет функциональных и адаптационных возможностей ребенка;
 - ✓ удовлетворение биологической потребности ребенка в движении;
 - ✓ поддержку и развитие всех систем и функций организма ребенка через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр, закаливающие процедуры;
 - ✓ интеграцию движений тела и сенсорных процессов анализаторов: слушание, ориентация, осязание, тонкая моторика кисти и речевого аппарата, через сенсомоторное развитие ребенка;
 - ✓ поддержку интереса ребенка к народным подвижным играм, играм-забавам, играм-развлечениям;
 - ✓ внимательное наблюдение за самочувствием каждого ребенка на занятиях, его реакцией на нагрузку, на новые упражнения;
 - ✓ корректировку движения и осанки каждого ребенка, который в этом нуждается;
 - ✓ использование игровых образов и воображаемых ситуаций (животных, растений, воды, ветра и др.), поддержку и стимулирование стремления ребенка к творческому самовыражению и импровизации в движении (мимике, пантомимике);
 - ✓ варьирование нагрузки в соответствии с состоянием здоровья и темпом физического развития ребенка на основе медицинских показаний и наблюдений за их самочувствием;
 - ✓ развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр;
 - ✓ упражнения на освоение ребенком языка эмоций, элементов техники выразительных движений (гаммы переживаний, настроений); на приобретение навыков саморасслабления.

Способы и средства

- подвижная народная игра;
- народные спортивные игры;

- играм-забавам
- игра-путешествие;
- дидактическая игра;
- увлекательные конкурсы;
- чтение народных потешек, поговорок, присказок, считалок, загадок;
- экскурсия; целевая прогулка;
- простейшая поисковая деятельность;
- совместная выработка правил поведения;
- простейшая проектная деятельность;
- коллекционирование, выставка полезных предметов (для здоровья);
- оформление рисунков, изготовление поделок по мотивам потешек, стихотворений;
- иллюстрирование простейших загадок (отгадок к ним);
- сюжетно-ролевая игра;
- образная игра-импровизация;
- проблемные игровые ситуации, связанные с безопасной жизнедеятельностью человека;
- обсуждение опасных для здоровья и жизни ситуаций;
- обсуждение с ребенком особенностей поведения в быту, в детском саду, на улице, на дороге, в транспорте.

Старший дошкольный возраст 5-7(8) лет

Решение образовательных задач физического развития детей

- Культурная практика здоровья;
- Двигательная культурная практика *предусматривает:*
 - ✓ учет интересов, склонностей, способностей детей к двигательной деятельности;
 - ✓ формирование подгрупп детей на основе состояния их здоровья и темпов физического развития, их функционального состояния в соответствии с медицинскими показаниями;
 - ✓ варьирование нагрузки и содержания занятий в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребенка (используют физические упражнения в различных вариантах и сочетаниях, различные исходные положения - сидя, стоя, лежа и т.п.);
 - ✓ создание условий для проявления детьми здоровьесберегающей компетентности, инициирование самостоятельности и активности детей в

здоровьесберегающем поведении;

- ✓ обсуждение правил и способов безопасного поведения в быту, природе, на улице, в городе, в общении с незнакомыми людьми;
- ✓ показ приемов оказания элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания;
- ✓ ознакомление с правилами обращения за помощью в опасных ситуациях, номер телефона вызова экстренной помощи;
- ✓ использование авторских и народных детских игр, приуроченных к разным временам года; организацию участия детей в празднично-игровых забавах, играх, спортивных игровых соревнованиях;
- ✓ расширение репертуара традиционных игр, развивающих не только ловкость, быстроту реакции, но и систему взаимодействия играющих, понимание ситуации, смекалку;
- ✓ стимулирование ребенка к самовыражению и импровизации;
- ✓ использование выразительно - отобразительных средств, с помощью которых можно передать характер движений, отношение к самому себе и к миру - плавные, сильные, охранительные, точные, согласованные и т.п.;
- ✓ включение проектировочных и регулирующих действий, проектирования последовательности в выполнении замысла;
- ✓ включение движения, создающего художественный, выразительный образ - в пластике, подвижных играх и т.п.;
- ✓ включение регулятивных движений обеспечивающих смену активных движений и отдыха, двигательной активности, способов саморегуляции (смена настроений через образы, игру, изменение движений в пространстве - бег, ходьба, лазание, метание и т.п.); корректирующих движений - состояния организма, тела, положения, осанку (изменение характера действий, составляющих основной вид движения, метание, прыжки и т.п.) и т.д.; релаксирующих – расслабляющих (дыхание, ароматерапия, хромотерапия), восстанавливающих движений - физические упражнения (силовые - метание, перетягивание и т.п., скоростные - бег, ходьба и т.п., ориентировочные - лазание, подлезание, прыжки и т.п.);
- ✓ обеспечение связи характера движений, конкретной жизненной ситуации и состояния своего здоровья ребенка;
- ✓ обсуждение правил безопасной организации двигательной активности;
- ✓ упражнения, подвижные игры народов Урала, использование их в самостоятельной и совместной с другими деятельности;

- ✓ обсуждение с ребенком опасности вредных привычек, ситуаций, угрожающих жизни и здоровью человека;
- ✓ постоянное привлечение внимания ребенка к разнообразным сложным физическим упражнениям как особому объекту познания;
- ✓ использование измерительных приборов для выявления вместе с детьми их физических возможностей: кистевых динамометров, линеек, спирометра и других, обсуждение результатов и побуждение к физическому совершенствованию;
- ✓ интеграцию организационных форм двигательной деятельности детей: метод диалога, дидактические и подвижные игры, игровые задания, народные игры, среда двигательной активности;

Способы и средства

- способы закаливания, сохранения здоровья с учетом климатических особенностей Среднего Урала;
- народные традиции в оздоровлении; «Лесная аптека»;
- ознакомление с оздоравливающими свойствами натуральных продуктов питания. витаминами, их влиянием на укрепление организма;
- правила выбора одежды в соответствии с конкретными погодными условиями Среднего Урала.
- ознакомление с особенностями национальной одежды народов Урала;
- традиционные для Среднего Урала продукты питания и блюда; национальная кухня;
- традиционные для Урала виды спорта, спортивные игры;
- способы обеспечения и укрепления, доступными средствами, физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала;
- спортивные события в своей местности, крае;
- знаменитые спортсмены, спортивные команды;
- дидактические игры, моделирующие последовательность действий ребенка при организации подвижной игры, структуру спортивного упражнения;
- выставки детских или совместно подготовленных с родителями коллекций, картин, фотографий, проектов: «Полезные для здоровья предметы и вещи», «Наши добрые помощники» (об органах чувств) и др.;
- стихи, пословицы, поговорки о здоровье, закаливании, гигиене, культуре еды и др.;
- создание чудесной книги здоровья, книги витаминов;

- образовательные ситуации и игровые тренинги, обеспечивающие углубление представлений о правилах безопасного поведения и знакомство с приемами первой помощи в случае травмы;

- создание наглядных пособий (моделей, плакатов, макетов, коллажей), позволяющих закрепить представления о правилах безопасного поведения;

- тематические конкурсы, соревнования с участием детей и родителей на темы укрепления здоровья («Папа, мама, я - спортивная семья», «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья», «Безопасная улица» и др.);

- беседы, чтение детской художественной литературы, рассматривание картин, фотографий, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных видах спорта традиционных для Среднего Урала, знаменитых спортсменах родного города (села), края;

-обсуждение с детьми их опыта организации совместных народных подвижных игр;

- рассматривание детских фотографий родителей, бабушек, дедушек, воспитателя на физкультуре, на соревнованиях; знаменитых спортсменов малой родины, родного края;

-подвижные игры народов Урала;

- устное народное творчество;

- скольжение;

- элементы спортивных игр;

- краткосрочные, длительные проекты.

Игры народов Среднего Урала:

Русские – «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки», «У медведя во бору», «Фанты».

Башкирские – «Липкие пеньки», «Медный пень», «Палка-кидалка», «Стрелок», «Юрта».

Татарские – «Жмурки», «Займи место», «Кто первый», «Кто дальше бросит?», «Лисичка и курочки», «Мяч по кругу», «Перехватчики», «Продам горшки», «Серый волк», «Скок-перескок», «Спутанные кони», «Тимербай», «Хлопушки».

Удмуртские – «Водяной», «Догонялки», «Игра с платочком», «Охота на лося», «Серый зайка».

Марийские - «Биляша», «Катание мяча».

Коми – «Ловля оленей», «Невод», «Охота на оленей», «Стой, олень!».

Чувашские – «Штаидерт», «Кто вперед возьмет флажок», «Тума-дуй».

Спортивные игры:

«Городки», «Катание на лыжах», «Катание на санках» и др.

Целевые прогулки, экскурсии по городу обеспечивают необходимую двигательную активность и способствует сохранению и укреплению здоровья ребенка.

Реализация программы «Здоровье», «Модель закаляющих процедур с учетом климатических условий Среднего Урала, особенностей психофизического здоровья каждого ребенка». Участие в тематических проектах, спортивных событиях. Создание тематических выставок рисунков, коллективных коллажей, аппликаций о правильном питании. Сюжетно-ролевые игры «Аптека», «Больница», «Лесная аптека» и др. Детско-взрослые проекты.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка

Для успешной организации образовательной деятельности предусмотрено обеспечение следующих психолого-педагогических условий:

- 1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- 2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- 3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;
- 8) поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

В Группе предусмотрено обеспечить условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста, предполагают:

- 1) обеспечение эмоционального благополучия через:
 - непосредственное общение с каждым ребенком;
 - уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям;
- 2) поддержку индивидуальности и инициативы детей через:
 - создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
 - создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
 - недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.);
- 3) установление правил взаимодействия в разных ситуациях:
 - создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья;
 - развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками;
 - развитие умения детей работать в группе сверстников;
- 4) построение вариативного развивающего образования, ориентированного на уровень развития, проявляющийся у ребенка в совместной деятельности со взрослым и более опытными сверстниками, но не актуализирующийся в его индивидуальной деятельности (далее - зона ближайшего развития каждого ребенка), через:
 - создание условий для овладения культурными средствами деятельности;
 - поддержку спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства;
 - оценку индивидуального развития детей;
- 5) взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

Образовательная деятельность предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами:

1. Личностно-порождающее взаимодействие взрослых с детьми, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр.; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и жизненных навыков.

2. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности, то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка, стимулирование самооценки.

3. Формирование игры как важнейшего фактора развития ребенка.

4. Создание развивающей образовательной среды, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности.

5. Сбалансированность репродуктивной (воспроизводящей готовый образец) **и продуктивной** (производящей субъективно новый продукт) **деятельности**, то есть деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности.

6. Участие семьи как необходимое условие для полноценного развития ребенка дошкольного возраста.

Обеспечение эмоционального благополучия ребенка

Обеспечение эмоционального благополучия ребенка достигается за счет уважения к его индивидуальности, чуткости к его эмоциональному состоянию, поддержки его чувства собственного достоинства. В ДОУ педагоги создают атмосферу принятия, в которой каждый ребенок чувствует, что его ценят и принимают таким, какой он есть; могут выслушать его и понять. Для обеспечения в группе эмоционального благополучия педагог:

- общается с детьми доброжелательно, без обвинений и угроз;
- внимательно выслушивает детей, показывает, что понимает их чувства, помогает делиться своими переживаниями и мыслями;
- помогает детям обнаружить конструктивные варианты поведения;
- создает ситуации, в которых дети при помощи разных культурных средств (игра, рисунок, движение и т. д.) могут выразить свое отношение к личностно-значимым для них событиям и явлениям, в том числе происходящим в детском саду;

- обеспечивают в течение дня чередование ситуаций, в которых дети играют вместе и могут при желании побыть в одиночестве или в небольшой группе детей.

Формирование доброжелательных, внимательных отношений

Воспитание у детей доброжелательного и внимательного отношения к людям возможно только в том случае, если педагог сам относится к детям доброжелательно и внимательно, помогает конструктивно разрешать возникающие конфликты. Для формирования у детей доброжелательного отношения к людям педагог:

- устанавливает понятные для детей правила взаимодействия;
- создает ситуации обсуждения правил, прояснения детьми их смысла;
- поддерживает инициативу детей старшего дошкольного возраста по созданию новых норм и правил (когда дети совместно предлагают правила для разрешения возникающих проблемных ситуаций).

Развитие самостоятельности

Развитие самостоятельности включает две стороны: адаптивную (умение понимать существующие социальные нормы и действовать в соответствии с ними) и активную (готовность принимать самостоятельные решения) .

В ходе реализации ООП ДО дошкольники получают позитивный социальный опыт создания и воплощения собственных замыслов. Дети чувствуют, что их попытки пробовать новое, в том числе и при планировании собственной жизни в течение дня, поддержаны взрослыми. Образовательная ситуация строиться с учетом детских интересов. Образовательная траектория группы детей может меняться с учетом происходящих в жизни дошкольников событий.

Самостоятельность человека (инициативность, автономия, ответственность) формируется именно в дошкольном возрасте, если взрослые создают для этого условия.

Для формирования детской самостоятельности педагог выстраивает образовательную среду таким образом, чтобы дети могли:

- учиться на собственном опыте, экспериментировать с различными объектами, в том числе с растениями;
- находиться в течение дня как в одновозрастных, так и в разновозрастных группах;
- изменять или конструировать игровое пространство в соответствии с возникающими игровыми ситуациями;
- быть автономными в своих действиях и принятии доступных им решений.

С целью поддержания детской инициативы педагоги регулярно создают ситуации, в которых дошкольники учатся:

- при участии взрослого обсуждать важные события со сверстниками;

- совершать выбор и обосновывать его (например, детям можно предлагать специальные способы фиксации их выбора);
- предъявлять и обосновывать свою инициативу (замыслы, предложения и пр.);
- планировать собственные действия индивидуально и в малой группе, команде;
- оценивать результаты своих действий индивидуально и в малой группе, команде.

Все утренники и праздники создаются с учетом детской инициативы и включают импровизации и презентации детских произведений.

Создание условий для физического развития

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа Я тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, предусмотрена возможность:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

3.2. Организация развивающей среды

Функциональная направленность	Вид помещения	Оснащение. Оборудование, в том числе ТСО
Сохранение и укрепление здоровья детей. Безопасность.	Музыкально-физкультурный зал: • Физкультурные занятия. • Спортивные и тематические досуги. • Развлечения, праздники и утренники. • Занятия по ритмике. • Индивидуальные занятия.	• Шкаф для используемых пособий, игрушек, атрибутов и прочего материала. • Музыкальный центр. • Спортивное оборудование для прыжков, метания, лазанья. • Магнитофон. • Мольберт.
Образование, развитие детей	Групповые комнаты: • Физическое развитие.	• Центр физического развития и здоровья.
Информационно-просветительская	Раздевальная комната: Информационно-просветительская	• Информационный уголок. • Выставки детского

работа	работа с родителями.	творчества. • Наглядно-информационный материал для родителей.
--------	----------------------	--

Материально-технические (пространственные) условия организации физического развития детей

1. Музыкально-физкультурный зал.
2. участки детского сада оснащенные спортивным оборудованием, инвентарем.

Предметно – пространственная среда способствует укреплению и сохранению здоровья через решение следующих задач:

Развитие, накопление и использование двигательного опыта детей-дошкольников.

1. Формирование основ сбережения своего здоровья.
2. Безопасность пространственных элементов и окружающего пространства.
3. Обеспечение чувства эмоциональной защищенности, доверия ребенка к окружающему миру, радость существования (через овладение диалогическими формами работы, позиция взрослого исходит из интересов и перспектив его дальнейшего развития, использование технологий гуманно-личностного подхода).

4. Развитие индивидуальности ребенка, его интересов, склонностей (диагностирование, знание индивидуальных особенностей).

5. Развитие творческих способностей ребенка, формирование позиции активного участия в творении красоты и гармонии в окружающем пространстве, тесно сотрудничая со взрослыми и сверстниками. (выстраивание предметной и эмоциональной среды с использованием известных и проблемных компонентов, выстраивание определенных детско-взрослых взаимоотношений на примере красоты человеческого мира и взаимоотношений).

6. Стимулирование, способствующее знакомству со средствами и способами познания, развитию и коррекции психических процессов ребенка (ребенок должен постоянно находиться на грани перехода к следующему этапу развития, в зоне его ближайшего развития).

Организация предметно-развивающей среды является неперенным компонентом элементом для осуществления педагогического процесса, носящего развивающий характер. Предметно-развивающая среда как организованное жизненное пространство, способна обеспечить социально-культурное становление дошкольника, удовлетворить потребности его актуального и ближайшего развития.

Предметно-пространственная развивающая среда рассматривается как система

материальных объектов и средств деятельности ребенка, функционально моделирующая содержание развития его духовного и физического облика, для овладения культурными способами деятельности, с ориентацией на специфику национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность.

Материалы и оборудование должны создавать оптимально насыщенную (без чрезмерного обилия и без недостатка), мобильную среду и обеспечивать реализацию вариативной части основной образовательной программы в совместной деятельности взрослого и ребенка и самостоятельной деятельности ребенка, с учетом его потенциальных возможностей, интересов и социальной ситуации развития.

Среда рассматривается:

- с точки зрения психологии, как условие, процесс и результат саморазвития личности;

- с точки зрения педагогики, среда как условие жизнедеятельности ребенка, формирования отношения к базовым ценностям, усвоения социального опыта, развития жизненно необходимых личностных качеств; способ трансформации внешних отношений во внутреннюю структуру личности, удовлетворения потребностей субъекта.

Подбор материалов и оборудования должен осуществляться для тех видов деятельности ребенка, которые в наибольшей степени способствуют решению развивающих задач образовательной программы “Мы живем на Урале” на этапе дошкольного детства (игровая, изобразительная, конструктивная, трудовая, познавательно-исследовательская, коммуникативная, восприятие художественной литературы и фольклора, самообслуживание и элементарный бытовой труд, музыкальная деятельности, а также для организации двигательной активности в течение дня), а также с целью активизации двигательной активности ребенка.

Предметно-пространственная среда должна обеспечивать:

1. Возможность реализации сразу нескольких видов интересов детей.
2. Многофункциональность использования элементов среды и возможность её преобразования в целом.
3. Доступность, разнообразие автодидактических пособий (с возможностью самоконтроля действий ребёнка).
4. Наличие интерактивных пособий, сделанных детьми, педагогами и родителями.
5. Использование интерактивных форм и методов работы с детьми, позволяющих «оживить» среду, сделать её интерактивной.

Развивающая среда выстраивается на следующих **принципах**:

- **насыщенность среды**, предусматривает оснащенность средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем;

- **трансформируемость** пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

- **полифункциональность** предусматривает обеспечение всех составляющих воспитательно-образовательного процесса и возможность разнообразного использования различных составляющих предметно-развивающей среды;

- **вариативность** среды предполагает, наличие в группе различных пространств (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей; периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей;

- **доступность** среды предполагает, доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность; свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности; исправность и сохранность материалов и оборудования;

- **безопасность** предметно-пространственной среды предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования;

- **учета полоролевой специфики** - обеспечение предметно-развивающей среды как общим, так и специфичным материалом для девочек и мальчиков;

- **учета национально-культурных особенностей** города, края.

Реализация вышеперечисленных принципов организации среды развития самостоятельной деятельности детей обеспечивает ребенку возможность комфортно чувствовать себя в помещении детского сада и благоприятно воздействует на всестороннее развитие дошкольника, как в совместной со сверстниками, так и в самостоятельной деятельности.

В реальном образовательном процессе реализация содержания образования обеспечивается развивающей средой, в создании которой учитываются интересы и потребности ребенка, предоставляется возможность ребенку продвигаться в своем развитии. Обогащение предметно-пространственной среды, обладающей разносторонним потенциалом активизации, является одним из значимых психофизиологических

механизмов перевода игры в учебную деятельность с целью формирования познавательной, социальной мотивации ребенка к развитию, самореализации.

Развивающая среда способствует эмоциональному благополучию ребенка, формирует чувство защищенности и уверенности в себе, обеспечивает влияние на эмоциональную атмосферу образовательного процесса.

- Для физического развития

- Среда стимулирует физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети имеют возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка предоставляет условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) является трансформируемым (меняется в зависимости от игры и предоставляет достаточно места для двигательной активности).

- Детям доступны предметы и инструменты для развития мелкой моторики (бумага и карандаши для штриховки, крупы и фасоль для сортировки и пр.).

- Зонирование пространства позволяет детям спокойно играть в игры, развивающие мелкую моторику, в течение дня.

- Стационарное и мобильное оборудование для разноуровневой двигательной активности, развития крупной моторики детей и проведения активных игр (имеются игровые комплексы, горки, мячи, обручи, скакалки), подобранное с учетом их интересов. Обустроено место для хранения мобильного оборудования, инвентаря, снаряжения. Обустройство пространства включает все необходимое для полноценных подвижных игр и спортивных занятий детей, места хранения маркированы и подписаны.

- Детям доступно различное оборудование и спортивное снаряжение для разноуровневой двигательной активности. Пространство поддерживает разнообразные возможности индивидуализации образовательного процесса (имеется место для физического развития детей в группе, в мини-группах, в парах, индивидуального).

- Создано и оснащено пространство здорового образа жизни (пространство, поддерживающее двигательную активность детей, соблюдение правил гигиены, здорового питания и пр.).

3.3. Материально-техническое обеспечение Программы

№	Наименование инвентаря	Количество (шт.)
1.	«Городки»	1 комплект
2.	«Рыбалка»	2 набора

3.	«Хоккей»	2 набора
4.	Гимнастическая палка	36
5.	Жезл регулировщика	2
6.	Кегли и шар	33 и 1
7.	Кожаный мешок с песком 20х20	5
8.	Кольцо большое (30 см)	26
9.	Кольцо малое (10 см)	6
10.	Кольцо малое (15 см)	9
11.	Кольцо среднее (20 см)	2
12.	Конус	6
13.	Корзина мягкая	6
14.	Корзина пластик	5
15.	Массажная дорожка	2
16.	Мешок для прыжков	2
17.	Мешочек с песком для метания (зал)	21
18.	Мешочек с песком для метания (улица)	29
19.	Мягкая дорожка (кочки)	1
20.	Мяч вязанный для метания	13
21.	Мяч для сухого бассейна	169
22.	Мяч надувной 25-30 см	32
23.	Мяч резиновый (10 см)	7
24.	Мяч футбольный	10
25.	Обруч 50 см	10
26.	Обруч 60 см	14
27.	Разметчик для спортивных игр	10 и 1 палка
28.	Скакалка	30
29.	Эстафетная палка дерево	5
30.	Эстафетная палка пластик	2

3.4. Распорядок и режим дня

Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении

МБДОУ работает в режиме пятидневной рабочей недели с 10,5-часовым пребыванием детей с 07.30 до 18.00 часов, исключая выходные и праздничные дни. Режим посещения ребенком МБДОУ может определяться индивидуально (в пределах режима работы МБДОУ).

Правильный режим дня - это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

Организация жизни и деятельности воспитанников спланирована согласно «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организациях». Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 1.2.3685-21, утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года

Соблюдение требований к организации режимных процессов:

- Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (во сне, в питании).
- Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.
- Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах, поощрение самостоятельности и активности.
- Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.
- Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.
- Спокойный, доброжелательный тон воспитателя.
- Отсутствие напряженности и ускоренного темпа проведения режимных процессов.
- Недопустимость сокращения времени в режиме дня, отведенного для игровой деятельности детей.
- Организация в зимний период каникул для детей дошкольного возраста.

Особенности организации и проведения непрерывной образовательной деятельности.

Продолжительность НОД зависит от возраста детей и соответствует требованиям СанПин. В теплое время года непосредственно образовательную деятельность осуществляют на участке во время прогулки. Воспитателю предоставляется право варьировать место непосредственной образовательной деятельности в педагогическом процессе, интегрировать содержание различных видов непосредственной образовательной деятельности в зависимости от поставленных целей и задач обучения и воспитания, их место в образовательном процессе.

Реализация задач образовательной программы происходит в ходе образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской

деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения), а также в ходе образовательной деятельности, осуществляемой в режимных моментах и в совместной деятельности с родителями.

Организация непосредственно образовательной деятельности (совместной) с детьми:

- В теплое время года непосредственно образовательную деятельность осуществляют на участке во время прогулки.
- Продолжительность непрерывной непосредственной образовательной деятельности для детей от 3 до 4 лет - не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет - не более 25 минут, а для детей от 6 до 7 лет - не более 30 минут.

3.5. Организация образовательной деятельности

Цель: Удовлетворять биологическую потребность растущего организма ребёнка в двигательной деятельности, давать возможность ему ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

№	Специалисты	Содержание работы
1	Администрация детского сада (заведующий)	Материально-техническое и методическое обеспечение воспитательно-образовательного процесса, координация деятельности специалистов, планирование и контроль за учебно-воспитательным процессом, диагностика.
2	Инструктор по физической культуре	Планирование и проведение физкультурных занятий с учетом групп здоровья и индивидуальных особенностей детей, организация спортивных развлечений, консультирование
3	Медицинская сестра.	Учет детей по группам здоровья, профилактические мероприятия, организация питания и контроль, консультирование педагогов и родителей.
4	Воспитатель.	Планирование и проведение физкультурно-оздоровительных и профилактических мероприятий в своей возрастной группе в течении дня, консультирование родителей.
5	Музыкальный руководитель	Планирование и проведение занятий по логоритмике, хореографии, дыхательной гимнастики, проведение развлечений по оздоровительной тематике.

Расписание непрерывно-образовательной деятельности по физической культуре

№ группы	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
2 младшая № 6 (3-4 года)		9:00-9:20 (в помещении)		10:50 – 11:10 (на улице)	9:00-9:20 (в помещении)
Средняя № 4		9:40 – 10:00		11:10 – 11:30	9:30 - 9:50

(4-5 лет)		(в помещении)		(на улице)	(в помещении)
Старшая № 1 (5-6 лет)		10:00 – 10:25 (в помещении)		10:15 – 10:40 (на улице)	10:00 – 10:25 (в помещении)
Подготовит. № 3 (6-7(8) лет)		11:15 – 11:45 (в помещении)		9:00-9:30 (в помещении)	10:40 – 11:10 (на улице)
Подготовит. № 5 (6-7(8) лет)		10:35 – 11:05 (в помещении)		9:40 – 10:10 (в помещении)	11:15 – 11:45 (на улице)

3.6. Методическое обеспечение Программы:

	Название, автор
1.	Физкультурные занятия с элементами логоритмики. Автор: Копылова Светлана Федоровна.
2.	Физическая культура в дошкольном детстве: Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 4 - 5 лет. Автор: Полтавцева Нина Владимировна.
3.	Подвижные тематические игры для дошкольников. Автор: Лисина Татьяна Викторовна, Морозова Галина Владимировна.
4.	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5 - 6 лет. Старшая группа ФГОС. Автор: Федорова С.Ю.
5.	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 4 - 5 лет. Средняя группа ФГОС. Автор: Федорова С.Ю.
6.	Примерные планы физкультурных занятий с детьми 3 - 4 лет. Младшая группа ФГОС. Автор: Федорова С.Ю.
7.	Утренняя гимнастика в детском саду: для занятий с детьми 5 - 7 лет. Автор: Харченко Татьяна Егоровна.
8.	Утренняя гимнастика в детском саду: для занятий с детьми 3 - 5 лет. Автор: Харченко Татьяна Егоровна.
9.	Игры, которые лечат. Для детей от 3 до 5 лет. Автор: Бабенкова Евгения Алексеевна, Федоровская Ольга Михайловна.
10.	Спортивные праздники в детском саду ФГОС ДО. Автор: Харченко Татьяна Егоровна.
11.	Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников: Учебно-методическое пособие. Автор: Муллаева Надежда Борисовна.
12.	Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке. Автор: Фролов В.Г.
13.	Занятия по физкультуре с детьми 3 - 7 лет: Планирование и конспекты. Автор: Сергиенко Нина Николаевна, Вареник Елена Николаевна, Кудрявцева Сания Гараншановна.
14.	Занимательная физкультура для детей 4 - 7 лет: планирование, конспекты занятий. ФГОС ДО. Автор: Гаврилова Виктория Викторовна.
15.	Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 5 - 6 лет в ДОУ: Практическое пособие для старших воспитателей и педагогов ДОУ. Автор: Бондаренко Татьяна Михайловна
16.	Игры, которые лечат (для детей от 5 до 7 лет). Автор: Галанов А.С.
17.	Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. Автор: Пензулаева Л.И.
18.	Физическая культура в детском саду: Старшая группа. Автор: Пензулаева Л.И.
19.	Физическая культура в детском саду: Средняя группа. Автор: Пензулаева Л.И.
20.	Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2 - 7 лет. Автор: Степаненкова Эмма Яковлевна

ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Наиболее педагогически ценными для реализации образовательной программы «СамоЦвет» являются материалы и игрушки, обладающие следующими качествами:

- *полифункциональностью*. Игрушки и материалы могут быть гибко использованы

в соответствии с замыслом ребенка, сюжетом игры и других видов детских деятельности. Тем самым способствуя развитию творчества, воображения, знаковой символической функции мышления и др.;

- *вариативностью*. Предметная развивающая среда должна отвечать принципу вариативности, определяющимся содержанием воспитания, национально-культурными и художественными традициями, климатогеографическими и географическими особенностям Среднего Урала.

- *принадлежностью к изделиям художественных промыслов Урала*. Игрушки, сувениры должны являться средством художественно-эстетического развития ребенка, приобщать его к миру народно-прикладного искусства и знакомить его с народным художественным творчеством Урала.

- *образно-символичностью*. Группа образно-символического материала должна быть представлена специальными наглядными пособиями, репрезентирующими детям мир вещей и событий прошлого и настоящего родного края.

Предметная развивающая среда обеспечивает возможность реализации образовательных областей: личностно-коммуникативного, физического, речевого, познавательного, художественно-эстетического развития ребенка в образовательном процессе, включающем:

- 1) совместную партнерскую деятельность взрослого и детей;
- 2) свободную самостоятельную деятельность самих детей в условиях созданной взрослыми предметной развивающей образовательной среды, обеспечивающей выбор каждым ребенком деятельности по интересам и позволяющей ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально.

Образовательная область «Физическое развитие»

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. В детском саду оборудование и пособия дают возможность продуктивно их использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов. Такой материал предоставляет возможность детям играть в подвижные игры народов Среднего Урала, обеспечивать возможность осваивать элементы спортивных игр Среднего Урала.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 404802855474637294615845180588164683728956522398

Владелец Пастухова Екатерина Алексеевна

Действителен с 12.12.2022 по 12.12.2023