

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 87 «Моряночка» комбинированного вида»

ПРИНЯТО

На педагогическом совете

Протокол от «17» мая 2019 года № 4

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ № 87

«Моряночка»

М.В. Иванова

Приказ от «29» августа 2019 г. № 90 - ОД



**Рабочая программа
инструктора по физической культуре
по реализации образовательной области
«Физическое развитие»**

*в соответствии с требованиями федерального государственного
образовательного стандарта дошкольного образования с учетом
основной образовательной программы дошкольного образования*

Срок реализации Программы: 2019/2020 учебный год

**Автор: Баженова Ольга Львовна,
инструктор по физической культуре**

Северодвинск, 2019

№п/п	Содержание	Стр.
I	Целевой раздел	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.1.1	Цели и задачи реализации Программы	3
1.1.2	Принципы и подходы к реализации Программы	4
1.2	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики особенностей детей 3 – 8 лет	5
1.3	Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками основной образовательной Программы дошкольного образования	6
1.4	Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе	9
II	Содержательный раздел	10
2.1	Общие положения	10
2.2	Описание образовательной деятельности с детьми в соответствии с направлением развития ребенка по образовательной области «Физическое развитие»	10
2.3	Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфика их образовательных потребностей и интересов	20
2.4	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	22
2.5	Способы и направления поддержки детской инициативы	28
2.6	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	29
2.7	Иные характеристики содержания образовательной программы, наиболее существенные с точки зрения автора: особенности организации педагогической диагностики	30
III	Организационный раздел	30
3.1	Режим дня	30
3.2	План непосредственно образовательной деятельности	33
3.2.1	Учебный план	33
3.2.2	Циклограмма деятельности	35
3.3	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	36
3.4	Материально-техническое обеспечение программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	36
3.4.1	Организация развивающей предметно-пространственной среды	36
3.4.2	Учебно-методический комплект, оборудование, оснащение	37
	Приложения	

I. Целевой раздел

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа по физическому развитию разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. №1155) с учетом Основной образовательной программы дошкольного образования. Программа формируется как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования). Кроме того, учтены концептуальные положения используемой в ДОО примерной образовательной программы «Радуга». Рабочая программа по физическому развитию, разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);
- санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении СанПиН» 2.4.1. 3049-13);
- иными законодательными и нормативными правовыми актами РФ и Архангельской области, международными актами в области защиты прав ребенка, решениями и приказами Учредителя и соответствующего государственного органа, осуществляющего управление в сфере образования. МБДОУ № 87 осуществляет свою образовательную, правовую, хозяйственную деятельность на основе законодательных нормативных документов:
 - Документы международного права:
 - Декларация прав ребёнка-1959г.;
 - Конвенция ООН о правах ребёнка – 1989г.
 - Законы Российской Федерации:
- Конституция РФ;
- Семейный кодекс РФ;
 - Устав МБДОУ и другие локальные акты, касающиеся деятельности ДОО.

1.1.1 Цели и задачи реализации Программы

Особое внимание уделяется оптимизации двигательной активности. Разнообразное содержание рабочей программы не сковывает инициативы и творчества педагога.

Цель реализации Программы по физическому развитию дошкольного образования в соответствии с ФГОС дошкольного образования:

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

Цель рабочей программы: формирование основ здорового образа жизни, направленных на укрепление здоровья.

Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих задач:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- развитие выносливости, скорости движений, скорости реакции, ловкости, координационных способностей, гибкости;
- активизация двигательной активности детей во всех видах деятельности ДОО;
- формирование у воспитанников жизненно необходимые двигательные навыки в соответствии с индивидуальными способностями;
- создание условий для реализации двигательной активности;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- обеспечение физического и психического благополучия.

1.1.2 Принципы и подходы к реализации Программы

Принципы и подходы к реализации Программы, сформулированные на основе требований ФГОС ДО:

1. Поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду.
2. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей, законных представителей), педагогических и иных работников Учреждения) и детей.
3. Уважение личности ребенка.
4. Реализация рабочей программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего, в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

Основные принципы дошкольного образования:

- Полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития.
- Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования).
- Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
- Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности.
- Сотрудничество ДОО с семьей.
- Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
- Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности.
- Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).
- Учет этнокультурной ситуации развития детей.

Программа:

1. Соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребёнка.
2. Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание программы должно соответствовать основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики, при этом иметь возможность реализации в массовой практике дошкольного образования).
3. Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволять решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному "минимуму").
4. Обеспечивает единство воспитательных, развивающих, обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста.
5. Строится с учётом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей.
6. Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.
7. Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно 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.

1.2 Значимые для разработки и реализации Программы характеристики особенностей детей 3 – 8 лет

Возрастные особенности детей 3– 4 лет

Дети растут, становятся выше и тоньше, у них совершенствуется координация движений, уменьшается мышечный тонус, развивается чувство равновесия. Они способны овладеть всем спектром навыков активной деятельности, начиная от самых простых (кувыркание, футбол). Двигательные навыки у ребёнка данного возраста: переход от бега к ходьбе по сигналу, умеет держаться прямой линии при ходьбе, прыгает с места, встает из положения «лежа» не раскачиваясь, прыгает с нижней ступеньки (40 см), хлопает в ладоши и притопывает, бежит, ускоряя и замедляя темп, стоит на одной ноге, ходит на цыпочках, легко поворачивается боком, делает прыжки на одной ноге, ловит брошенный мяч, легко поднимается с корточек. Ребёнок чередует бег с прыжками, стоит на одной ноге 10 сек., неуклюже подпрыгивает на одной ноге, чувствует ритм и умеет маршировать под счет или в такт музыке, поднимается по висачей лестнице, меняя ноги, перепрыгивает через препятствие (35 см), делает 3 прыжка вперед, удерживая равновесие, делает кувырки вперед. Ходит назад с носка на пятку, прыгает вперед 10 раз, не падая, бросает набивной мяч кому-либо на расстояние 1-2 м, ловит теннисный мяч с расстояния 1 м.

• Возрастные особенности детей 4 – 5 лет

У детей 4-5 лет продолжают развиваться и совершенствоваться двигательные умения и навыки, дети учатся творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закрепляют умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учатся бегать легко и ритмично, энергично отталкиваясь носком. Дети учатся ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учатся энергично

отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. Учатся прыжкам через короткую скакалку. У детей закрепляется умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук. В этом возрасте дети учатся кататься на двухколесном велосипеде по прямой и по кругу. У детей развиваются психофизические качества: быстрота, гибкость, выносливость, ловкость. Учатся выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивается у детей организованность, самостоятельность, инициативность, творчество.

- **Возрастные особенности детей 5 -6 лет**

У детей 5-6 лет совершенствуются двигательные умения и навыки. Развивается культура движений и телесная рефлексия. Развиваются психофизические качества: быстрота, сила, выносливость, гибкость. Формируется умение осознанно и творчески выполнять движения. У детей закрепляется умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваться от опоры. Они учатся бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учатся лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учатся прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, правильно отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учатся сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести в ходьбе. Всесторонне развивается личность ребенка, формируются физические, умственные, нравственные, эстетические, духовные качества.

- **Возрастные особенности детей 6- 8 лет**

У детей 6-8 лет формируется потребность в ежедневной двигательной деятельности. Совершенствуется техника основных видов движений, появляется естественность, легкость, точность, выразительность их выполнения. Закрепляется умение соблюдать заданный темп при ходьбе и беге. Дети учатся сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Учатся перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учатся перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном темпе. Также у детей развиваются психофизические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость. Дети продолжают упражняться в статистическом и динамическом равновесии, развивают координацию движений и ориентировку в пространстве. Закрепляют навыки спортивных упражнений. Учатся самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвуют в уходе за ними. Продолжают учиться самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

1.3 Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками основной образовательной Программы дошкольного образования

Целевые ориентиры Программы, сформулированные в ФГОС ДО:

К концу года дети 3-4 лет могут:

- Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление; выполнять задания: останавливаться, приседать, поворачиваться.
- Бегать, сохраняя равновесие, изменение направления, темп бега в соответствии с указанием.

- Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.
- Ползать на четвереньках, лазать по лесенке стремянке, гимнастической стенке произвольным способом.
- Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее 40 см в длину.
- Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м. Бросать мяч двумя руками от груди; из-за головы, ударять мяч об пол, бросать мяч вверх 2-3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстоянии не менее 5м.
- Уметь выполнять движения, проявляя творчество и фантазию.

К концу года дети 4-5 лет могут:

- Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.
- Лазать по гимнастической стене, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой; ползать разными способами: опираясь на кисти рук, колени и пальцы ног, на стопы и ладони; на животе, подтягиваясь руками.
- Принимать правильное положение в прыжках с места, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстоянии не менее 70 см.
- Ловить мяч кистями рук с расстояния 1,5 м.; принимать правильное положение при метании, метать предметы разными способами правой и левой рукой; отбивать мяч о землю не менее пяти раз подряд.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Строиться в колонну по одному, парами, в круг, в шеренгу.
- Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую сторону.
- Придумывать варианты подвижных игр, самостоятельно и творчески выполнять движения.
- Выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность. Пластичность движений.

К концу года дети 5-6 лет могут:

- Ходить и бегать легко и ритмично, сохранять правильную осанку, направление и темп.
- Лазать по гимнастической стене, с изменением темпа.
- Прыгать в длину с места, с разбега, не менее 100 см., прыгать через скакалку.
- Метать предметы правой и левой рукой на расстоянии 5-9м., в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м., бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч о землю не менее 10 раз, владеть школой мяча.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, в шеренге; выполнять повороты на право, налево, кругом.
- Продолжать развивать творчество в двигательной деятельности, формировать умение варьировать упражнения и игры, придумывать и выполнять имитационные и не имитационные упражнения, демонстрируя красоту и грациозность, выразительность и пластичность движений.

К концу года дети 6-8 лет могут:

- Выполнять правильно все основные виды движений.

Прыгать в длину с места не менее 100см., с разбега 10см., в высоту 50см., прыгать через короткую и длинную скакалку.

- Перебрасывать набивные мячи, бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с 4-5 м., метать предметы правой и левой рукой на 5-12 м., владеть школой мяча.
- Выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко, ритмично, в заданном темпе.
- Сохранять правильную осанку.
- Активно участвовать в играх с элементами спорта.
- Проявлять дисциплинированность, выдержку, самостоятельность и творчество в двигательной деятельности, демонстрировать красоту, грациозность, выразительность движений.

Целевые ориентиры на этапе завершения реализации Программы:

- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

Результаты освоения Программы на основе интеграции образовательных областей ФГОС ДО (интегративные качества)

Планируемые промежуточные результаты освоения программы.

Промежуточные результаты освоения программы формулируются в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами (ФГОС) через раскрытие динамики формирования интегративных качеств воспитанников в каждый возрастной период освоения программы по направлениям физического развития детей.

К четырехлетнему возрасту при успешном освоении программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «физически развитый».

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме.

Владеет соответствующими возрасту основными движениями. Сформирована потребность в двигательной активности: проявляет положительные эмоции при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности. Проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях. Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время). Имеет элементарные представления о ценности здоровья.

Интегративное качество «овладевший необходимыми умениями и навыками».

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

К пятилетнему возрасту при успешном освоении программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «физически развитый».

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме.

Владеет в соответствии с возрастом основными движениями. Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Знаком с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Имеет элементарные представления о некоторых составляющих здорового образа жизни: пользе закаливания. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

Интегративное качество «овладевший необходимыми умениями и навыками»

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

К шести годам при успешном освоении программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «физически развитый».

Антропометрические показатели (рост, вес) в норме.

Владеет в соответствии с возрастом основными движениями. Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях.

Проявляет желание участвовать в играх с элементами соревнования, в играх-эстафетах.

Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Имеет элементарные представления о ценности здоровья, пользе закаливания. Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений.

Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни.

Начинает проявлять умение заботиться о своем здоровье.

Интегративное качество «овладевший необходимыми умениями и навыками»

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье.

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

К восьми годам при успешном освоении программы достигается следующий уровень развития интегративных качеств ребенка.

Интегративное качество «физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками».

Сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Интегративное качество «овладевший необходимыми умениями и навыками»

У ребенка сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности.

Усвоил основные культурно-гигиенические навыки (быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полощет рот после еды, моет ноги перед сном, правильно пользуется носовым платком и расческой, следит за своим внешним видом, быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви).

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

1.4 Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе

В соответствии с ФГОС ДО целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга) и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не

являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Как следует из ФГОС ДО целевые ориентиры не могут служить непосредственным основанием при решении управленческих задач, включая оценку как итогового, так и промежуточного уровня развития детей, в том числе в рамках мониторинга (в том числе в форме тестирования, с использованием методов, основанных на наблюдении, или иных методов измерения результативности детей).

Однако, педагог в ходе своей работы должен выстраивать индивидуальную траекторию развития каждого ребенка. Для этого педагогу необходим инструментарий оценки своей работы, который позволит ему оптимальным образом выстраивать взаимодействие с детьми.

В целом образовательная работа с семьей, организаций и лиц, реализующих программу, должна быть направлена на достижение интегративных характеристик развития личности ребенка как целевых ориентиров дошкольного образования.

Все перечисленные выше характеристики являются необходимыми предпосылками для перехода на следующий уровень начального образования, успешной адаптации к условиям жизни в школе и требованиям учебного процесса. Степень реального развития этих характеристик и способности ребенка их проявлять к моменту перехода на следующий уровень образования может существенно варьировать у разных детей в силу различиях в условиях жизни и индивидуальных особенностей конкретного ребенка.

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

II. Содержательный раздел

2.1 Общие положения

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования в содержательном разделе Программы включены:

- Описание образовательной деятельности с детьми в соответствии с направлением развития ребенка по образовательной области «Физическое развитие».
- Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфика их образовательных потребностей и интересов.
- Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.
- Способы и направления поддержки детской инициативы.
- Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.
- Иные характеристики содержания образовательной программы, наиболее существенные с точки зрения автора: особенности организации педагогической диагностики.

В соответствии с положениями Стандарта и принципами Программы Организации предоставлено право выбора способов реализации образовательной деятельности в зависимости от конкретных условий, предпочтений педагогического коллектива Организации и других участников образовательных отношений, а также с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их индивидуальных потребностей и интересов. При организации образовательной деятельности следуем принципам Программы, в частности принципам поддержки разнообразия детства,

индивидуализации дошкольного образования, возрастной адекватности образования и другим. Определяя содержание образовательной деятельности в соответствии с этими принципами, принимаем во внимание разнообразие интересов и мотивов детей, значительные индивидуальные различия между детьми, неравномерность формирования разных способностей у ребенка, а также особенности социокультурной среды, в которой проживают семьи воспитанников, и особенности места расположения Организации.

2.2 Описание образовательной деятельности с детьми в соответствии с направлением развития ребенка по образовательной области «Физическое развитие»

В Программе подчеркивается важность внимания педагога к физической культуре. От обучения детей физической культуре зависит их психофизическое здоровье, поэтому Программа, начиная с младшего дошкольного возраста, воспитывает потребность и любовь к движению, формирует знания и умения, направленные на творческое использование двигательного опыта, формирует потребность в здоровом образе жизни, приобщает к спорту, учит самообладанию в угрожающих жизни и здоровью ситуациях, умению вести себя.

Значительное внимание в Программе отводится физическим упражнениям как средству физического воспитания. Программа предлагает примерный перечень физических упражнений, подобранных с учетом возрастных возможностей детей.

Рабочая программа применяется в группах общеразвивающей направленности детей 3-4, 4-5, 5-6 и 6-8 лет и компенсирующей направленности детей 6-8 лет. Занятия ведутся инструктором по физической культуре во всех возрастных группах – 2 раза в неделю в зале и одно занятие на воздухе с детьми 5 -8 лет.

Физическое развитие включает

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

В физическом развитии детей, равно как и при реализации других образовательных областей, главной задачей является сохранение и укрепление здоровья детей.

3– 4 года.

Педагог должен содействовать своевременному и полноценному психическому развитию, способствуя становлению деятельности путём развития основных видов движений:

- привлекать детей к упражнениям в ходьбе, беге, прыжках, равновесии, лазанье, ползании, подлезании, а также катании, бросании, метании;
- побуждать детей к движениям, обеспечивающим нагрузку на разные группы мышц.

Педагог должен **содействовать своевременному и полноценному психическому развитию, способствуя становлению сознания:**

- формировать основы культуры здоровья.

Педагог должен **охранять и укреплять здоровье детей, формировать у них привычку к здоровому образу жизни:**

- содействовать полноценному физическому развитию:
 - поддерживать потребность в самостоятельной двигательной активности;
 - укреплять разные группы мышц, способствуя формированию правильной осанки; обеспечивать необходимый двигательный режим в течение дня;
 - создавать условия для активного движения в группе, на участке;
 - обогащать опыт детей подвижными играми, движением под музыку;
 - создавать условия для игр с мячом;
 - обогащать двигательный опыт детей;
- обеспечивать безопасность жизнедеятельности, строго соблюдая санитарные нормы и правила охраны жизни и здоровья детей;

Педагог должен **содействовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению деятельности** путём развития основных движений (ходьба, бег, прыжки, равновесие, лазанье, метание) и физических качеств (быстрота, гибкость, ловкость, сила, выносливость).

Педагог должен **содействовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению сознания** путём формирования основ культуры здоровья:

- начать формировать представления о факторах, влияющих на здоровье (прогулки, движение);
- формировать начальные представления о правилах безопасного поведения;

Педагог должен **содействовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, закладывая основы личности:**

- формировать основы культуры здоровья;
- формировать ответственное отношение ребёнка к своему здоровью и здоровью окружающих.

4-5 лет.

Педагог должен **охранять и укреплять здоровье детей, формировать у них привычку к здоровому образу жизни:**

- содействовать полноценному физическому развитию:
 - продолжать поддерживать и развивать потребность в разнообразной самостоятельной двигательной активности;
 - обогащать двигательный опыт детей за счёт общеразвивающих и спортивных упражнений;
 - начать знакомить детей с элементами спортивных игр;
 - обогащать репертуар подвижных игр, в которые играют дети;
 - создавать условия для проявления и совершенствования ловкости, скорости и других физических качеств. Совершенствовать умение держать равновесие;

- совершенствовать выполнение основных движений;
- обеспечивать безопасность жизнедеятельности, строго соблюдая санитарные нормы и правила охраны жизни и здоровья детей;
- укреплять здоровье детей:
 - создавать условия, способствующие повышению защитных сил организма, выносливости и работоспособности;
 - укреплять разные группы мышц, способствуя формированию правильной осанки, и следить за её поддержанием во время разных видов деятельности;
 - предупреждать нарушения зрения;
 - оберегать нервную систему ребёнка от стрессов и перегрузок.

Педагог должен **содействовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению деятельности** путём поощрения двигательной активности ребёнка и создания условий для её развития через развитие основных движений (ходьба, бег, прыжки, равновесие, лазанье, метание) и физических качеств (быстрота, гибкость, ловкость, сила, выносливость), а также удовлетворения потребности ребёнка в движении в течение дня.

Педагог должен **содействовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, закладывая основы личности** путём формирования основ культуры здоровья:

- закреплять ответственное отношение к здоровью своему и окружающих;
- давать представление о спорте как особом виде человеческой деятельности;
- знакомить с несколькими видами спорта, выдающимися спортсменами и их достижениями.

5-6 и 6-8 лет.

Педагог должен **охранять и укреплять здоровье детей, формировать у них привычку к здоровому образу жизни:**

- содействовать полноценному физическому развитию:
 - создавать условия для совершенствования основных физических качеств;
 - продолжать поддерживать и развивать потребность в разнообразной самостоятельной двигательной активности;
 - обогащать двигательный опыт детей за счёт общеразвивающих и спортивных упражнений;
 - обучать детей технике выполнения основных движений;
- обеспечивать безопасность жизнедеятельности;
- укреплять здоровье детей:
 - широко использовать спортивные игры и упражнения, корригирующие упражнения, элементы ЛФК для профилактики нарушений осанки, опорно-двигательного аппарата, плоскостопия;
 - следить за поддержанием правильной осанки;
 - избегать перегрузки организованными занятиями.

Педагог должен **содействовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению деятельности:**

- поощрять двигательную активность ребёнка и создавать условия для её развития путём развития основных движений (ходьба, бег, прыжки, равновесие, лазанье,

- метание) и физических качеств (быстрота, гибкость, ловкость, сила, выносливость), а также удовлетворения потребности ребёнка в движении в течение дня;
- обучать детей элементам спортивных игр, осваивать их правила и учиться подчиняться им. Совершенствовать навыки произвольности, тренировать внимание, скорость реакции в подвижных играх;
- дать представление о совместной распределённой деятельности в команде. Учить детей действовать в команде.

Педагог должен **содействовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, способствуя становлению сознания:**

- формировать основы культуры здоровья:
 - рассказывать детям о строении и работе важнейших органов и систем организма;
 - формировать осознанное выполнение требований безопасности; поддерживать проявления осторожности и осмотрительности.

Педагог должен **содействовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребёнка, закладывая основы личности**, приобщая детей к ценностям физической культуры и занятий спортом.

Технологии в освоении образовательной области «Физическое развитие»

3 – 4 года

С целью приобретения детьми опыта в двигательной деятельности, развития у них основных движений, становления целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, ценностей здорового образа жизни педагог:

- использует игровую мотивацию в освоении детьми основных движений;
- создают условия для обеспечения потребности детей в двигательной активности, предоставляет детям возможность свободно двигаться и удовлетворять потребность в движении;
- исключает излишнюю заорганизованность в реализации двигательной активности детей, чтобы избежать утраты интереса детей к движению;
- использует приём имитации движений животных, птиц, людей, образные движения («Прыгать, как зайчик», «Стоять смирно, как оловянный солдатик», «Шагаем, как петушок — золотой гребешок (высоко поднимая колени и держа спину прямо)», «Прогибаем спинку, как котёнок» и т. д.);
- проводит специально организованные физкультурные занятия наряду с предоставлением ребёнку свободы в активном движении;
- использует физические упражнения как значимое средство освоения детьми основных движений;
- применяет не только наглядные (показ), но и словесные (инструкция, объяснение) методы в освоении детьми основных движений;
- использует физические упражнения и подвижные игры с движением в разных направлениях для усвоения эталона направления и развития способности к ориентировке в пространстве;
- активно применяет спортивные упражнения (катание на санках с невысокой горки, скольжение по ледяным дорожкам с поддержкой взрослого, катание на трёхколёсном велосипеде, самокате).

4-5 лет.

С целью приобретения детьми опыта в двигательной деятельности, развития у них основных движений, становления целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, ценностей здорового образа жизни педагог:

- развивает у детей возможности осознанного выполнения движений, вырабатывает умение рационально пользоваться движениями для решения двигательных задач с учётом конкретных условий (бытовых, игровых и т. п.);
- развивает самостоятельность и эффективность действий через формирование понимания значимости основных элементов физических упражнений;
- практикует словесные инструкции к выполнению движений, физических упражнений, называя способ выполнения упражнения;
- использует систематический тренинг выполнения движений, разученных на физкультурных занятиях, в разных ситуациях;
- в развитии движений делает акцент на упражнениях, связанных с развитием динамической выносливости, скоростных способностей, гибкости;
- активно применяет спортивные упражнения (катание на санках с горки, используя торможение; самостоятельное скольжение по ледяным дорожкам; ходьба на лыжах; катание на трёхколёсном велосипеде с возможностью выполнения поворотов и езды не только по прямой, но и по кругу; катание на самокате).

5 – 6 лет.

С целью приобретения детьми опыта в двигательной деятельности, развития у них основных движений, становления целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, ценностей здорового образа жизни, формирования начальных представлений о некоторых видах спорта педагог:

- использует разнонаправленные, разноимённые движения руками, руками и ногами с целью развития координации;
- создает условия для выработки гибкости двигательного навыка (организует различные ситуации выполнения движения, обучая детей действовать целесообразно);
- практикует словесные инструкции при выполнении детьми движений, постепенно заменяя ими наглядный показ;
- в развитии движений делает акцент на упражнениях, связанных с развитием выносливости, общей физической работоспособности;
- создает условия для развития у детей самостоятельности в двигательной активности;
- вводит дежурство на физкультурных занятиях, поручая детям самостоятельно подбирать пособия для занятий (нужной величины, в нужном количестве, размещая в нужном месте);
- активно использует подвижные игры с элементами соревнования, командные игры, игры с элементами спортивных игр (городки, баскетбол, бадминтон, футбол, хоккей);
- усложняет спортивные упражнения (санки — катание с горки по двое, выполнение поворотов при спуске; скольжение по ледяным дорожкам — с разбега, приседая и вставая во время движения; лыжи — хождение скользящим шагом, с поворотами на месте и в движении; велосипед — езда на двухколёсном велосипеде по прямой и с поворотами, ускоряясь и тормозя).

6 -8 лет.

С целью развития у детей основных движений, становления у них целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, ценностей здорового образа жизни, формирования начальных представлений о некоторых видах спорта педагог:

- при планировании образовательной работы по физическому развитию делает акцент на формировании у детей навыков самоконтроля точности выполнения движений;
- при организации образовательного процесса в обязательном порядке включает в него упражнения, направленные на развитие скоростных и координационных способностей, выносливости;
- практикует самостоятельную организацию детьми подвижных игр;
- практикует выполнение основных движений в соответствии со средствами музыкальной выразительности с целью овладения детьми различными по характеру движениями (плавными и резкими, грациозными и нарочито неуклюжими, бодрыми и расслабленно-ленивыми и т. д.);
- продолжает использовать командные подвижные игры с элементами соревнования, с элементами спортивных игр (городки, баскетбол, бадминтон, футбол, хоккей, настольный теннис), а также спортивные упражнения.

Задачи физического развития детей

• Задачи физического развития детей 3-4 лет.

Оздоровительные задачи:

- 1.Повышать приспособляемость органов и систем растущего организма;
- 2.Обеспечить пропорциональное развитие всех мышечных групп;
- 3.Формировать здоровьесберегающее и здоровьесохраняющее двигательное поведение предупреждающее развитие плоскостопия и искривления осанки.

Образовательные задачи:

- 1.Формировать правильные навыки выполнения основных движений, важных элементов сложных движений;
- 2.Развивать функцию равновесия, упражнять в передвижении по уменьшенной площади опоры, в сохранении равновесия после выполнения прыжков, в беге по естественным грунтам, содействовать развитию перекрёстной координации движений рук и ног при выполнении ходьбы;
- 3.Развивать у детей гибкость, ловкость, быстроту, выносливость, силу, а так же равновесие и координацию движений;
- 4.Приучать детей к действию по плану, представленному двумя пунктами: приготовиться – выполнить.

Воспитательные задачи:

- 1.Поддерживать интерес и активность в использовании различных движений при решении игровых и практических задач;
- 2.Развивать у детей согласованность своих действий с движениями окружающих;
- 3.Вызывать желание принимать участие работоспособность в подготовке условий для выполнения двигательных действий.

• Задачи физического развития детей 4-5 лет

Оздоровительные задачи:

- 1.Содействовать адаптационных возможностей и улучшению работоспособности детского организма;

2. Совершенствовать функции и закаливание организма детей;
3. Формировать опорно-двигательный аппарат и правильную осанку.

Образовательные задачи:

1. Формировать правильные двигательные умения и навыки выполнения отдельных двигательных действий и в сочетании, развивать умение быстро переходить от выполнения одних движений к выполнению других;
2. Обеспечить осознанное овладение движениями, развивать самоконтроль и самооценку при выполнении физических упражнений;
3. Давать знания о принципах названия различных способов выполнения ОВД;
4. Содействовать развитию пространственных ориентировок в статике и динамике;
5. Способствовать восприятию скоростно-силовых качеств, гибкости с применением специальных методических приёмов.

Воспитательные задачи:

1. Развитие физических качеств (скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация);
2. Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
3. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
4. Внедрение ГТО, подготовка детей к сдаче ГТО в подготовительной группе.
5. Формировать элементарные умения самоорганизации в двигательной деятельности.

• **Задачи физического развития детей 5-6 лет**

Оздоровительные задачи:

1. Формировать навыки сохранения правильной осанки, содействовать пропорциональному развитию всех групп мышц;
2. Повышать степень устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды;
3. Приобщать детей к здоровому образу жизни.

Образовательные задачи:

1. Обеспечивать освоение составных элементов основных движений, уделяя внимание согласованной работе всех частей тела;
2. Обогащать запас двигательных навыков за счет разучивания спортивных упражнений и элементов спортивных игр;
3. Формировать представление о своем теле, о способах сохранения своего здоровья;
4. Развивать умение сравнивать способы выполнения движений по показателям силы и скорости, оценивать целесообразность их применения в заданных условиях и объяснять свой выбор;
5. Приучать анализировать качество выполнения физических упражнений, вычленять ведущие компоненты двигательного действия, замечать ошибки и исправлять их;
6. Содействовать развитию общей и статической выносливости, гибкости и скоростных способностей.

Воспитательные задачи:

1. Развитие физических качеств (скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация);
2. Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
3. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
4. Внедрение ГТО, подготовка детей к сдаче ГТО в возрасте 6-8 лет перед поступлением в первый класс.

- **Задачи физического развития детей 6-8 лет**

Оздоровительные задачи:

- 1.Повышать тренированность организма;
- 2.Развивать способность удерживать статические позы и поддерживать правильное положение позвоночника в положении стоя и сидя;
- 3.Обеспечивать систематическую тренировку мелкой мускулатуры и тонких движений рук;
- 4.Повышать уровень умственной и физической работоспособности детского организма.

Образовательные задачи:

- 1.Приучать детей самостоятельно находить ошибки в выполнении знакомых движений и пути их исправления;
- 2.Побуждать детей к созданию различных вариантов выполнения ранее разученных движений и определять условия их применения;
- 3.Формировать умение менять характер движений в зависимости от содержания музыкального произведения;
- 4.Развивать выразительность двигательных действий;
- 5.Приучать детей использовать освоенные общие положения при выполнении движений в новых условиях (на прогулке за пределы участка детского сада), выбирать наиболее пригодный способ действий;
- 6.Содействовать развитию общей выносливости, быстроты, ловкости;
- 7.Побуждать детей применять знания о функционировании различных органов и систем для самоконтроля за выполнением физических упражнений и самооценки своего двигательного поведения или удержания поз.

Воспитательные задачи:

- 1.Развитие физических качеств (скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация;
- 2.Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- 3.Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
4. Внедрение ГТО, подготовка детей к сдаче ГТО и сдача ГТО в конце учебного года.

Организация двигательной активности с детьми с ОВЗ в ДОО.

В ДОО существует группа компенсирующей направленности для детей с ОВЗ. Организация физкультурно-оздоровительной работы в группах компенсирующей направленности детского сада для детей с ОВЗ имеет важное значение в коррекции отклонений физического развития детей данной категории, и, соответственно, свою специфику. Для таких детей характерно наличие патологических изменений в эмоционально-волевой сфере: повышенная возбудимость или, наоборот, инертность, отмечаются трудности в формировании у них социальной мотивации деятельности. На занятиях по физкультуре у детей данной категории выявляются затруднения в восприятии, понимании, выполнении общепринятых строевых команд, игровых правил и условий. Они с трудом усваивают названия частей тела и движений, часто не могут представить движение по словесному объяснению и соотнести инструкцию с показом, медленно усваивают и быстро забывают предлагаемый материал.

Деятельность инструктора по физической культуре в группах компенсирующей направленности направлена на сохранение и укрепление здоровья всех детей и их физическое развитие, пропаганду здорового образа жизни. Организация его работы предусматривает:

- проведение фронтальных занятий со всеми воспитанниками с учетом их психофизических возможностей;
- планирование совместной деятельности воспитанников группы;
- подготовку и проведение общих спортивных праздников, досугов и развлечений;
- оказание консультационной поддержки родителям (законным представителям) по вопросам физического воспитания, развития и оздоровления ребенка в семье;
- регулирование (совместно с медицинскими работниками) физической нагрузки на воспитанников;
- ведение необходимой документации.

Одной из форм организованного обучения физическим упражнениям в дошкольных учреждениях является непосредственно образовательная деятельность (НОД) по физической культуре. В группах компенсирующей направленности организация НОД по физкультуре осуществляется в тесном контакте с учителем-логопедом, медицинской сестрой ДОО.

НОД по физкультуре осуществляется согласно комплексно-тематическому планированию и включает в себя специальные коррекционные упражнения для развития ориентировки в пространстве, общей и мелкой моторики, равновесия. Целесообразно использовать упражнения циклического характера. Важно учитывать, что у дошкольников с ОНР выявляются трудности при выполнении движений по словесной инструкции. Исходя из этого, следует, что на начальных этапах проведения движения должны выполняться детьми по подражанию (по показу, далее по словесной инструкции в сочетании с показом, на последнем этапе - по словесной инструкции. В НОД включаются «релаксационные минутки» для снижения возбудимости у дошкольников.

Утренняя гимнастика является одним из важных компонентов двигательного режима. Она проводится воспитателями ежедневно до завтрака, с обязательным использованием музыки. Утренняя гимнастика проводится воспитателями в виде общеразвивающих или игровых упражнений. В конце необходимо использовать специальные дыхательные упражнения.

Бодрая гимнастика включает в себя специально подобранные упражнения, которые позволяют воздействовать на различные звенья опорно-двигательного аппарата. Предлагаются упражнения на равновесие и развитие координации, упражнения для профилактики плоскостопия и нарушений осанки, подвижные игры и основные развивающие упражнения.

Гимнастика после дневного сна включает в себя комплекс дыхательных упражнений, которые способствуют правильному дыханию и профилактике простудных заболеваний.

В системе физкультурно-оздоровительной работы дошкольного учреждения прочное место занимают физкультурные праздники и досуги, дни здоровья, которые разрабатываются совместно с учителем-логопедом и воспитателями группы.

В вечернее время воспитателям рекомендуется проводить игры, способствующие развитию точности и ловкости движений: упражнения с оздоровительными шарами, ручными эспандерами, кольцебросами и т. д.

Важную роль в самостоятельной деятельности ребенка играют подвижные игры с правилами, с их помощью развивается инициатива, организаторские способности и творчество. Эти игры способствуют формированию детского коллектива и соблюдению принятых в них правил. Также педагогами группы и инструктором по физической культуре ведется дополнительная индивидуальная работа с детьми по развитию движений (в спортивном зале, на прогулке, в групповой комнате).

Таким образом, в основе работы по физическому воспитанию детей с ограниченными возможностями здоровья лежит постоянное взаимодействие учителя -

логопеда, педагогов группы и инструктора по физической культуре, как в организованных формах, так и вне их.

2.3 Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфика их образовательных потребностей и интересов

Формы работы по образовательной области

Направления развития образования детей	Формы работы	
	Младший дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
Физическое развитие	• Игровая беседа с элементами движений • Игра • Утренняя гимнастика • Интегративная деятельность • Упражнения • Экспериментирование • Ситуативный разговор • Беседа • Рассказ • Чтение • Проблемная ситуация	• Физкультурное занятие • Утренняя гимнастика • Игра • Беседа • Рассказ • Чтение • Рассматривание. • Интегративная деятельность • Контрольно-диагностическая деятельность • Спортивные и физкультурные досуги • Спортивные состязания • Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера • Проектная деятельность • Проблемная ситуация

Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре делится на:

- игровую;
- сюжетную;
- тематическую (с одним видом физических упражнений);
- комплексную (с элементами развития речи, математики, конструирования);
- контрольно-диагностическую;
- учебно-тренирующего характера;
- игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок;
- ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений;
- мероприятия групповые, межгрупповые:
 - прогулки, экскурсии;
 - физкультурные досуги;
 - музыкальные досуги;

- спортивные праздники;
- соревнования;
- дни здоровья;
- тематические недели;
- тематические досуги;
- праздники;
- театрализованные представления;
- смотры и конкурсы.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки соответствует санитарно - эпидемиологическим правилам и нормативам **СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"**, утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29 мая 2013 г., регистрационный № 28564).

Группы	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию
		в неделю
Младшая группа	15 мин	3 (в зале)
Средняя группа	20 мин	3 (в зале)
Старшая группа	25 мин	3 (1 на улице)
Подготовительная группа	30 мин	3 (1 на улице)

Формирование Программы основано на следующих подходах:

1. Личностно-ориентированные подходы:

- Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений, разностороннее, свободное и творческое развитие каждого ребёнка, реализация их природного потенциала, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий развития воспитанников.
- Целостное развитие дошкольников и готовность личности к дальнейшему развитию;
- Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности.
- Психологическая защищённость ребёнка обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации.
- Развитие ребёнка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями, создание условий для воспитания и обучения каждого воспитанника с учётом индивидуальных особенностей его развития (дифференциация и индивидуализация).

2. Системно-деятельные подходы:

- Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования.
- Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности, организация детской деятельности, в процессе которой они самостоятельно делают «открытия», узнают новое путём решения проблемных задач.

- Креативность «выращивание» у воспитанников способности переносить полученные знания в ситуации самостоятельной деятельности, инициировать и поощрять потребность детей самостоятельно находить решения нестандартных задач и проблемных ситуаций.
- Овладение культурой – приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества, государства, обеспечить способность ребёнка ориентироваться в мире и действовать (или вести себя) в соответствии с интересами и ожиданиями других людей, социальных групп, общества и человечества в целом.

2.4 Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Система физкультурно-оздоровительной работы

Выбранное МБДОУ физкультурно – оздоровительное направление реализуется благодаря авторской программе «Лучики здоровья»; элементам парциальных программ В.Г. Алямовской «Как воспитать здорового ребенка», Л.М. Лазарева «Здравствуй»; технологиям Ю.Ф. Змановского «Здоровый дошкольник», Л.Ф. Тихомировой «Развитие познавательных способностей детей», В.М. Минаевой «Развитие эмоций у дошкольников», Н.В. Полтавцевой, Н.А. Гордовой «Физическая культура в дошкольном детстве» пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 5 – 6 лет», «Физическая культура в дошкольном детстве» пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми седьмого года жизни», В.С. Кузнецова, Г.А. Колодницкого «Детский сад: физические упражнения и подвижные игры», Н.Ф. Дика «Увлекательные физкультурные занятия для дошкольников», В.Т. Кудрявцева «Развивающая педагогика оздоровления», А.А. Потапчук «Лечебные игры и упражнения для детей», Т.Е. Харченко «Организация двигательной деятельности детей в детском саду»; методическим рекомендациям г. Архангельска «Контроль за физической подготовленностью дошкольников», «Часто болеющие дети: наблюдение и оздоровление в условиях ДОУ», МЗ «Контроль за развитием и состоянием здоровья детей раннего и дошкольного возраста».

Цель программы: *сформировать интегрированный подход к здоровью, его сохранению и укреплению во всех аспектах: физическом, духовном, эмоциональном и интеллектуальном.*

Основные задачи:

- *Воспитание потребности у детей в здоровом образе жизни;*
- *Сохранение и укрепление здоровья детей путем естественного оздоровления;*
- *Реализация потребности в двигательной активности и о обеспечении физической подготовленности.*

Работа ведется по следующим разделам:

1. Аналитическая диагностика.
2. Питание.
3. Двигательная активность.
4. Познание.
5. Оздоровление.
6. Закаливание

Система физкультурно – оздоровительной работы постоянно совершенствуется с учетом индивидуального и дифференцированного подхода для каждого ребенка.

Обращаясь к **физическому здоровью**, сохраняем и укрепляем здоровье детей путем естественного оздоровления; реализуем потребности двигательной активности и

обеспечиваем физическую подготовленность детей через разделы питания, оздоровления, закаливания и двигательной активности.

Привлекая родителей к физкультурно – оздоровительной работе ДОО как участников образовательных отношений, организуются с ними встречи в родительских клубах «Здоровячок», в психологическом клубе для родителей «Искусство семейного общения»; проводятся родительские собрания с включением вопросов по ОБЖ, БДД, подготовки детей к школе, с приглашением специалистов; семинары с участием узких специалистов в старших и подготовительных группах; конкурсы, фестивали «Я и моя семья», соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья»; выпускаются газеты и журналы по данному направлению в работе. Родители участвуют в походах, проектно-исследовательской деятельности, делятся семейным опытом «Самая здоровая или самая спортивная семья».

Система оздоровительной работы

№ п\п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1	Двигательная активность			
1.1.	Утренняя гимнастика (дискотека по понедельникам, хороводные и подвижные игры по средам)	Все группы	Ежедневно	Инструктор по физической культуре, воспитатели
1.2.	Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию - в зале; - на улице.	Все группы Группы старшего и подготовительного к школе возраста	2-3 р. в неделю 1 р. в неделю	Инструктор по физической культуре, воспитатели
1.3.	Час двигательной активности	Все группы	На прогулке	Воспитатели
1.4.	Спортивные упражнения (санки, лыжи, велосипеды и др.)	Во всех группах	2 р. в неделю	Воспитатели
1.5.	Элементы спортивных игр	старшие, подготовительные к школе группы	2 р. в неделю	Воспитатели, инструктор по физической культуре
1.6.	Кружковая работа		1 р. в неделю	Инструктор по физической культуре
1.7.	Активный отдых - физкультурный досуг; - поход в лес. День Здоровья	Все группы Старшие, подготовительные к школе группы	1 р. в месяц 2 р. в год	Инструктор по физической культуре, воспитатели

1.8.	Физкультурные праздники (зимой, летом) «День здоровья» «Весёлые старты»	все группы подготовительные к школе группы	3 р. в год 1 р. в год	Инструктор по физической культуре, воспитатели
1.9.	Каникулы (непосредственно образовательная деятельность не проводится, кроме музыкальных и физкультурных занятий)	Все группы	2 р. в год (в соответствии с годовым календарным учебным графиком)	Все педагоги

Региональный компонент

Основной целью работы является развитие духовно-нравственной культуры ребенка, формирование ценностных ориентаций средствами традиционной народной культуры родного края.

Задача: Развивать эмоциональную свободу, физическую выносливость, смекалку, ловкость через традиционные игры и забавы Архангельского края.

Принципы работы:

- Системность и непрерывность.
- Личностно-ориентированный гуманистический характер взаимодействия детей и взрослых.
- Свобода индивидуального личностного развития.
- Признание приоритета ценностей внутреннего мира ребенка, опоры на позитивный внутренний потенциал развития ребенка.
- Принцип регионализации (учет специфики региона)

В дошкольном возрасте формируются предпосылки гражданских качеств, представления о человеке, обществе культуре. Очень важно привить в этом возрасте чувство любви и привязанности к природным и культурным ценностям родного края, так как именно на этой основе воспитывается патриотизм. Поэтому в детском саду в образовательном процессе используются разнообразные методы и формы организации детской деятельности: народные подвижные игры и забавы, дидактические игры, слушание музыки, наблюдения в природе, чтение детской литературы, знакомство с народно-прикладным искусством и др.

Прививать любовь к поморским народным хороводным и подвижным играм начинаем с 3 лет (Например, хороводные игры «Кто у нас хороший?», «Шла коза по лесу»; подвижные игры «Птицелов»). В более старшем возрасте включаем модифицированные поморские подвижные игры.

Взаимодействие с социумом

На- прав- ление	Наименование общественных организаций, учреждений	Формы сотрудничества	Перио- дичность
Образование	Ягринская гимназия	Совместные соревнования, развлечения.	По плану преемственности ДООУ и школы
	Дошкольные организации города	Проведение мероприятий ресурсного центра, консультации, методические встречи, обмен опытом.	По плану УО и МО
Физкультура и спорт	Комитет по физкультуре и спорту, ФОК «Звездочка»	Участие в спортивных мероприятиях (День здоровья, «Весёлые старты», лыжные соревнования, легкоатлетическая эстафета.	По плану комитета и ДОО

Взаимодействие со специалистами

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОО напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью, чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей:

«Социально-коммуникативное развитие» — взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а так же в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности. Помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.

«Познавательное развитие» — формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности. Активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда

Задачи взаимосвязи:

1. Коррекция звукопроизношения;
2. Упражнение детей в основных видах движений;
3. Становление координации общей моторики;
4. Умение согласовывать слово и жест;
5. Воспитание умения работать сообща

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

1. Физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей).
2. Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем.
3. Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя

Музыка воздействует:

1. на эмоции детей;
2. создает у них хорошее настроение;
3. помогает активировать умственную деятельность;
4. способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
5. освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;
6. привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

Кружковая деятельность и клубная жизнь

В рамках образовательной программы и в соответствии с уставными целями и задачами, отбирая содержание работы кружков, педагогический коллектив ориентировался на требования педагогической целесообразности организации детей. Прежде всего, это обеспечение права и возможности каждой личности на удовлетворение культурно-образовательных потребностей в соответствии с индивидуальными ценностными ориентациями.

Цель: реализация планов работы кружков способствует всестороннему развитию ребенка-дошкольника, раскрытию его творческих возможностей и способностей. Свободный выбор ребенком вида деятельности раскрывает социально значимые качества личности: активность, инициативность, самостоятельность, ответственность.

Образовательная область	Название услуги	программа	Возрастная группа
Физическое развитие	«Олимпийские резервы»	Развитие физических качеств дошкольников	подготовительная группа

Задачи, реализуемые в процессе работы кружка «Олимпийские резервы»:

- обеспечить тренировку всех систем и функций организма через оптимальные для данного возраста физические нагрузки;
- формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки;
- обучать новым видам движений, основанных на приобретенных знаниях;
- развивать основные физические качества (силу, быстроту, ловкость, гибкость, выносливость);
- воспитывать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм, навыки культурного и физически компетентного общественного поведения;
- формировать привычки заботиться о своем здоровье в повседневной жизни, навыки организации самостоятельной двигательной активности;
- совершенствовать спортивные навыки у наиболее способных и подготовленных детей.

Особенности данной план - программы кружка от уже существующих в этой области в том, что она дает возможность для поиска новых эффективных форм организации и обеспечения высокого качества учебного процесса, деликатное содействие устранению недостатков физического развития дошкольников, укрепление здоровья воспитанников с помощью условий естественной среды (воздух, солнце, земля, вода, снег).

2.5 Способы и направления поддержки детской инициативы

Программа обеспечивает полноценное развитие личности детей в сфере физического развития и направлена на создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды, которая:

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

Психолого-педагогические условия реализации программы:

- 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 двигательных видах деятельности;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия.

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;
 - недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах двигательной деятельности;
- 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;
 - организацию разных видов двигательной деятельности, способствующих физическому развитию детей;
 - оценку индивидуального развития детей;
- 5) взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка по физическому развитию, 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.

2.6 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Родители (законные представители) должны знать о состоянии здоровья и физического развития своего ребёнка, следовательно, при работе с родителями (законными представителями) используется:

1. Предоставление в распоряжение родителей (законных представителей) программы, ознакомление родителей (законных представителей) с критериями оценки здоровья детей с целью обеспечения смысловой однозначности информации.
2. Персонализация передачи информации о здоровье каждого ребенка.
3. Проведение «Недели здоровья» и физкультурных праздников, досугов с родителями (законными представителями).
4. Разработка памяток, обновление стендовой информации в родительских уголках.

Сроки	Подготовительная к школе группа	Старшая группа	Средняя группа	II младшая группа
Сентябрь	Привлечение родителей к пополнению уголков в группах: изготовление карточек, нетрадиционного физкультурного оборудования, приобретение нового инвентаря для игр и физкультурных упражнений.		Информация о форме одежды на занятиях.	Предоставить возможность

Октябрь	Подготовка консультирование привлечение родителей к сдаче норм ГТО их детей		наблюдать своего ребенка на занятиях, праздниках развлечений. Акция для родителей «Сшейте платочек для сыночков и дочек»
Ноябрь		Спортивный праздник Мама, папа, я спортивная семья «На поиски за золотым ключиком.	
Декабрь	Фоторепортажи о спортивных мероприятиях, размещение на сайт МБДОУ. Привлечение родителей к видеосъемкам на праздниках и занятиях. Дискотека и открытые занятия для родителей.		
Январь	Привлечение родителей с детьми к лыжным соревнованиям «Лыжня дошколят». Родительское собрание: «Повышение роли семьи в вопросах в физическом воспитании и оздоровлении детей дошкольного возраста». Анкетирование родителей «Воспитание здорового ребенка в семье».		
Февраль	Развлечение с участием пап «Папа гордость моя». Привлечение к участию во всероссийской гонке «Лыжня России».		
	Помощь детям в участии конкурса рисунков и поделок «Физкульт - Ура».		
Март	Привлечение родителей к проведению Дней Здоровья.		
	Широкая Масленица с привлечением родителей.		
	Конкурс семейных стенгазет «Физкультурная семья.		
Апрель	Привлечение родителей к подготовке городской легкоатлетической эстафете.		
	Помощь детям в участии конкурса рисунков и поделок «Физкульт - Ура».		
Май	Привлечение родителей к ремонту физкультурного оборудования.		
I раз в квартал	Включение в информационное поле для родителей консультационного материала по вопросам физического воспитания в семье.		

2.7 Иные характеристики содержания образовательной программы, наиболее существенные с точки зрения автора: особенности организации педагогической диагностики

Контроль за физической подготовленностью дошкольников осуществляется согласно методическим рекомендациям Департамента образования администрации Архангельской области и в соответствии с ФГОС ДО. Тестирование осуществляется в одних и тех же условиях для получения сопоставимых результатов, 2 раза в год сентябре - октябре и мае, определяя динамику.

В целях доступности проведения и сопоставимости результатов для определения физической подготовленности применительно к условиям Архангельской области, проводятся следующие тесты: бег 10метров в максимально быстром темпе; прыжок в длину с места; метание на дальность; отжимание от пола; упражнение «рыбка». Для объективной оценки результата теста применяется бальная система. Физическая подготовленность определяется суммой баллов по 6-ти тестам.

III. Организационный раздел

Согласно ФГОС дошкольного образования организационный раздел образовательной программы детского сада включает:

- распорядок и /или режим дня;
- описание материально-технического обеспечения Программы;
- описание обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания;
- особенности традиционных событий, праздников, мероприятий;
- особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

3.1 Режим дня

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. 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.

В ДОУ используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

РИТМЫ ДНЯ (холодный период)

Режимные моменты	2 ранняя группа	I младшая группа	II младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготов. группа
ДОМА						
Пробуждение	6.30 –7.30	6.30 –7.30	6.30 –7.30	6.30 –7.30	6.30 –7.30	6.30 –7.30
Гигиенические процедуры	6.30 –7.30	6.30 –7.30	6.30 –7.30	6.30 –7.30	6.30 –7.30	6.30 –7.30
В ДЕТСКОМ САДУ						
Утренняя встреча детей с обсуждением содержания совместных действий	6.45-8.00	6.45-8.00	6.45-8.00	6.45-8.00	6.45-8.00	6.45-8.00
Гигиеническая разминка	7.45 –7.55	7.50 –8.00	8.00 –8.10	8.10 –8.20	8.20 –8.30	8.30 –8.40
Гигиенические процедуры	7.55 –8.05	8.00 –8.10	8.10 –8.20	8.20 –8.25	8.30 –8.35	8.40 –8.45
Завтрак	8.05 –8.25	8.10 –8.30	8.20 –8.35	8.25 –8.40	8.35 –8.50	8.45 –8.55
Гигиена полости рта		8.30 –8.40	8.35 –8.45	8.40 –8.50	8.50 –8.55	8.55 –9.00
Самостоятельная деятельность детей	8.25 –8.50	8.40 –9.00	8.45-9.00	8.50-9.10	8.55 –9.20	9.00-9.10
Непосредственно образовательная деятельность	8.50 –9.20	9.00 –9.30	9.00-10.20	9.10-10.30	9.20-10.50	9.10-11.05
Второй завтрак	9.30	9.30	10.00	10.00	10.00	10.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение	9.35-11.00	9.40-11.20	10.20-11.40	10.30-12.10	10.50-12.20	11.05-12.30
Гигиенические процедуры	11.00-11.25	11.20-11.40	11.40-12.00	12.10-12.20	12.20-12.30	12.30-12.40

Обед	11.25-11.50	11.40-12.10	12.00-12.30	12.20-12.40	12.30 12.50	12.40-13.00
Гигиенические процедуры (туалет полости рта)	11.50-12.00	12.10-12.20	12.30-12.40	12.40-12.50	12.50-13.00	13.00-13.10
Дневной сон с рассказыванием сказок, колыбельными песнями	12.00-15.00	12.20-15.00	12.40-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00	13.10-15.00
Постепенный подъем с гигиеническими и оздоровительными процедурами	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.10	15.00-15.10	15.00-15.10
Полдник	15.15-15.25	15.15-15.25	15.15-15.25	15.10-15.15	15.10-15.15	15.10-15.15
Оздоровительные процедуры и бодрящая гимнастика				15.15-15.30	15.15-15.30	15.15-15.30
Познавательно – игровая деятельность	15.25-16.00	15.25-16.05	15.25-16.10	15.30-16.15	15.30-16.25	15.30-16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.00-16.20	16.05-16.25	16.10-16.30	16.15-16.30	16.25-16.40	16.30-16.45
Гигиена полости рта		16.25-16.30	16.30-16.40	16.30-16.40	16.40-16.50	16.45-16.55
Чтение художественной литературы	5 минут	6 минут	6 минут	10 минут	10 минут	10 минут
Обсуждение дня				5-10 минут	5-10 минут	5-10 минут
Прогулка или игровая деятельность.	16.25-18.45	16.40-18.45	16.50-18.45	17.00-18.45	17.10-18.45	17.15-18.45
Уход домой	18.45	18.45	18.45	18.45	18.45	18.45
ДОМА						
Активный отдых, лёгкий ужин	18.45-20.20	18.45-20.20	18.45-20.30	18.45-20.30	18.45-21.00	18.45-21.00
Подготовка ко сну	20.20-20.30	20.20-21.00	20.30-21.00	20.30-21.00	21.00-21.30	21.00-21.30
Спокойной ночи, малыши	20.30 –7.00	21.00-7.00	21.00-7.00	21.00-7.00	21.30-7.00	21.00-7.30

РИТМЫ ДНЯ (теплый период)

СОДЕРЖАНИЕ	2 ранняя группа	I младшая группа	II младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготов. группа
ДОМА						
Пробуждение Гигиенические процедуры	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30
В ДЕТСКОМ САДУ						
Приём, осмотр, утренняя гимнастика	6.45-8.05	6.45-8.10	6.45-8.20	6.45-8.25	6.45-8.30	6.45-8.35

Подготовка к завтраку, завтрак Гигиена полости рта	8.05-8.45	8.10-8.30	8.20-8.55	8.25-8.55	8.30- 9.00	8.35- 9.00
Игры, подготовка к прогулке, непосредственно образовательной деятельности, выход на прогулку	8.45-9.30	8.30-8.50	8.55-9.15	8.55-9.20	9.00-9.20	9.00-9.20
Непосредственно образовательная деятельность на прогулке	9.30-10.00	8.50-9.05	9.15-9.30	9.25-9.45	9.20-9.45	9.20-9.50
Игры, наблюдения, труд Воздушные и солнечные ванны	10.05-11.00	9.05-11.15	9.30-11.30	9.45-11.35	9.45-12.10	9.50-12.10
Второй завтрак	9.30	9.30	10.00	10.00	10.00	10.00
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.00-11.20	11.15-11.40	11.30-11.50	11.35-12.00	12.10-12.20	12.20-12.30
Подготовка к обеду, обед Гигиена полости рта	11.20-12.00	11.40-12.00	11.50-12.20	12.00-12.35	12.20-12.50	12.30-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.20-15.00	12.35-15.00	12.50-15.00	13.00-15.00
Постепенный подъём детей, закаливающие процедуры на воздухе Полдник, игры	15.00-15.40	15.00-15.50	15.00-16.00	15.00-16.05	15.00-16.10	15.00-16.10
Гигиенические процедуры	15.40-16.00	15.50-16.10	16.00-16.15	16.05-16.20	16.10-16.25	16.10-16.25
Подготовка к ужину, ужин Гигиена полости рта	16.00-16.20	16.10-16.35	16.15-16.35	16.20-16.40	16.25-16.45	16.25-16.50
Игры, прогулка, уход детей домой	16.20-18.45	16.35-18.45	16.35-18.45	16.40-18.45	16.45-18.45	16.50-18.45
ДОМА						
Прогулка	18.45-20.00	18.45-20.30	18.45-20.30	18.45-20.30	18.45-20.30	18.45-20.30
Спокойные игры, гигиенические процедуры	20.00-20.30	20.00-20.30	20.00-20.30	20.30-21.00	20.30-21.00	20.30-21.00
Укладывание, ночной сон	20.30-6.30	20.30-6.30	20.30-6.30	21.00-6.30	21.00-6.30	21.00-6.30

3.2 План непосредственно образовательной деятельности

3.2.1 Учебный план (объем образовательной нагрузки в неделю)

<i>Образовательная область</i>	<i>Образовательная деятельность</i>	<i>2 младшая группа</i>	<i>средняя группа</i>	<i>старшая группа</i>	<i>подготовит. к школе группа</i>
Физическое развитие Инвариативная часть	Занятия физической культурой	$\frac{3}{45}$	$\frac{3}{60}$	$\frac{3}{75}$	$\frac{3}{90}$
Физическое развитие Вариативная часть	Кружок				$\frac{1}{25}$

Расписание непосредственно образовательной деятельности

ГРУППЫ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА
Подготов. к школе группа №16	Физическое развитие 10.30		Физическое развитие (улица)		Физическое развитие 10.30
Подготов. к школе группа №15 компен. напр-ти	Физическая культура (улица)	Физическая культура 10.30		Физическая культура 10.30	
Старшая группа № 23	Физическое развитие (улица)	Физическое развитие 9.15		Физическое развитие 9.55	
Старшая группа №24		Физическое развитие 9.50	Физическое развитие (улица)		Физическое развитие 9.50
Средняя группа №17	Физическое развитие 9.40	Физическое развитие 11.50		Физическое развитие 9.20	
младшая группа №14	Физическое развитие 9.15	Физическое развитие 11.20		Физическое развитие 8.50	
2младшая группа №20	Физическое развитие 8.50		Физическое развитие 9.25		Физическое развитие 9.00
2младшая группа №21		Физическое развитие 8.50	Физическое развитие 9.00		Физическое развитие 9.25
1младшая группа №19	Физическое развитие 1п/г15.30; 2п/ г15.50		Физическое развитие 1п/г 15.30; 2п/ г15.50		
1младшая группа №22	Физическое развитие 1п/г 15.30;2п/ г15.50			Физическое развитие 1п/г 15.30; 2п/ г15.50	
Группа раннего возраста №18		Физическое развитие 1п/г 15.30; 2п/ г15.50			Физическое развитие 1п/г 15.30; 2п/ г15.50
Группа раннего возраста №19	Физическое развитие 1п/г 15.30; 2п/ г15.50		Физическое развитие 1п/г 15.30; 2п/ г15.50		

График работы спортивного зала

время	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
7.50-8.30	Утренняя гимнастика				
7.50	Группа № 20 2 младшая				
8.00	Группа №21 2 младшая				
8.10	Группа № 23 старшая				
8.20	Группа №15 подготовительная компенсирующей направленности				
8.50-11.00	Непосредственно образовательная деятельность				
8.50.	Группа №20 2 младшая	Группа №21 2 младшая		Группа № 14 2 младшая	
9.00			Группа №21 2 младшая		Группа №20 2 младшая
9.15	Группа № 14 2 младшая	Группа № 23 старшая			
9.20				Группа №17 средняя	
9.25			Группа №20 2 младшая		Группа №21 2 младшая
9.40	Группа №17 средняя				
9.50		Группа №24 старшая	Двигательная деятельность групп раннего возраста		Группа №24 старшая
9.55				Группа № 23 старшая	
10.30	Группа № 16 Подготовит. к школе	Группа №15 Подготовит. к школе комп. напр.		Группа №15 Подготовит. к школе комп. напр.	Группа № 16 Подготовит. к школе
11.20		Группа № 14 2 младшая			
11.50		Группа №17 средняя			
15.10-15.20	Бодрая гимнастика (старшие группы №23, 24)				
15.30	Группа № 19 1 младшая	Группа № 18 1 младшая		Группа № 22 1 младшая	Группа № 18 1 младшая
15.40-16.15			Спортивный досуг		
16.40			Кружковая деятельность		

3.2.2 Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре

<i>Понедельник</i>	<i>Вторник</i>	<i>Среда</i>	<i>Четверг</i>	<i>Пятница</i>
8.00-8.15 - проветривание, подготовка к дискотеке. 8.15-8.30 – дискотека. 8.30-8.50 - проветривание, подготовка к непосредственно образовательной деятельности. 8.50-9.05- НОД в группе №20 9.05-9.15 - проветривание, подготовка к непосредственно образовательной деятельности. 9.15-9.30 - НОД в группе №14 9.30-9.40 - проветривание, подготовка к непосредственно образовательной деятельности. 9.40-10.00 - НОД в группе №17 10.00-10.30 - проветривание, подготовка к непосредственно образовательной деятельности. 10.30-11.00- НОД в группе №16 11.00-12.30 – подготовка и проведение динамических часов или оздоровительных пауз на улице, индивидуальная работа с детьми. 12.30-14.00 - работа с документацией, консультативная деятельность с воспитателями младших групп. 14.00-14.30 обработка инвентаря.	8.00-8.50 - координирование утренней гимнастики, подготовка к образовательной деятельности. 8.50-9.05 - НОД в группе №21 9.05-9.15 - проветривание, подготовка к непосредственно образовательной деятельности. 9.15-9.40- НОД в группе №23 9.40.-9.50 - проветривание подготовка к непосредственно образовательной деятельности. 9.50.-10.15 - НОД в группе № 24 10.15-10.30 – проветривание, подготовка к непосредственно образовательной деятельности. 10.30-11.00-НОД в группе №15 11.00-12.30 – подготовка и проведение динамических часов или оздоровительных пауз на улице, индивидуальная работа с детьми. 12.30-14.00 - работа с документацией, консультативная деятельность с воспитателями средних групп. 14.00-14.30 - обработка инвентаря.	13.00- 14.30 - консультативная деятельность с воспитателями по проведению досуга, участие в методической работе, в т. ч. проведение семинаров - практикумов и консультаций согласно задачам годового плана; обновление методического материала. Работа с сайтом. 14.30-15.00 - совместная деятельность с музыкальными руководителями. 15.00-15.45 – координирование бодрящей гимнастики, подготовка к кружковой деятельности и спортивному досугу. 15.45-16.15- спортивный досуг. 16.15-16.40 – проветривание, влажная уборка, подготовка к досугу 16.40-17.10 кружковая деятельность. 17.10-18.00-подбор, оформление консультационного материала для родителей, консультации для родителей	8.00-8.50 - координирование утренней гимнастики, подготовка к образовательной деятельности. 8.50-9.05- НОД в группе №14 9.05-9.20 – проветривание, подготовка к непосредственно образовательной деятельности. 9.20-9.40.00 - НОД в группе №17 9.40-9.55 - проветривание, подготовка к непосредственно образовательной деятельности. 9.55-10.20- НОД в группе №23 10.20-10.30- проветривание, влажная уборка, подготовка к образовательной деятельности 10.30-11.00 – НОД в группе № 15 11.00-12.30 - подготовка и проведение динамических часов или оздоровительных пауз на улице, индивидуальная работа с детьми. Работа с документацией. 12.30-13.00 - Работа с документацией. 13.00-13.30- консультативная деятельность с воспитателями старших групп 13.30-14.00 – совместная деятельность с учителем-логопедом и психологом. 14.00-14.30 - обработка инвентаря	8.00-9.00 - координирование утренней гимнастики, подготовка к непосредственно образовательной деятельности. 9.00-9.15– НОД в группе №20 9.15-9.25 - проветривание, подготовка к непосредственно образовательной деятельности. 9.25-9.40 – НОД в группе №21 9.40-9.50 - проветривание, подготовка к непосредственно образовательной деятельности. 9.50-10.15 - НОД в группе №24 10.15-10.30 проветривание, подготовка к непосредственно образовательной деятельности. 10.30-11.00 - НОД в группе №16 11.00-12.30 – подготовка и проведение динамических часов или оздоровительных пауз на улице, индивидуальная работа с детьми. Работа с документацией. 12.30- 13. 00 - консультативная деятельность со старшим воспитателем, моделирование педагогического процесса. 13.00 - 13.30 - консультативная деятельность с воспитателями подготовительных групп.

3.3 Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Наличие традиционных событий, праздников, мероприятий в детском саду является неотъемлемой частью в деятельности дошкольной организации, поскольку способствует повышению эффективности воспитательно - образовательного процесса, создает комфортные условия для формирования личности каждого ребенка.

Традиции направлены, прежде всего, на сплочение коллектива детей, родителей и педагогов ДОО, они играют большую роль в формировании и укреплении дружеских отношений между всеми участниками образовательных отношений. Традиции помогают ребенку освоить ценности коллектива, способствуют чувству сопричастности сообществу людей, учат прогнозировать развитие событий и выбирать способы действия. Поэтому создание традиций в детском саду и их передача следующему поколению воспитанников - необходимая и нужная работа. Традиции, в которых дети принимают непосредственное участие вместе с родителями и с воспитателем, прочно откладываются в детской памяти и уже неразрывно связаны с детством, с воспоминанием о детском садике, как о родном общем доме, где каждый ребенок любим и уважаем.

Определены следующие традиционные праздники и мероприятия:

- Событийные праздники календаря: 15 января - Всемирный день снега (Международный день зимних видов спорта), 11 февраля - День зимних видов спорта в России, «Лыжня России», 6 апреля - Международный день спорта, 20 июля - Международный день шахмат, 12 августа День физкультурника в России, 27 сентября – День туризма, Всероссийский день гимнастики (последняя суббота октября).
- День бегуна (сентябрь)
- Праздник - соревнование «Мама, папа, я – спортивная семья» (различной тематики).
- Малые Олимпийские игры.
- Праздник «Зимние забавы».
- Праздник «Масленица».
- Проект «Здорово живем».
- Дни здоровья (2 раза в год).
- Легкоатлетическая эстафета.
- «Веселые старты» и др.

3.4 Материально – техническое обеспечение программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

3.4.1 Организация развивающей предметно - пространственной среды

Образовательная область	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды
	Содержание
Физическое развитие	1. Принцип педагогической целесообразности, согласно которому в ДОО предусмотрено необходимое и достаточное наполнение предметно-развивающей среды, а также обеспечена для каждого воспитанника возможность самовыражения с учетом их интересов, желаний, потребностей и способностей, что обеспечивает индивидуальную комфортность и эмоциональное благополучие каждого ребенка. Для этого в физкультурном зале имеются: модульные тоннели, мягкие модули, тренажеры, мячи, ракетки, обручи. 2. Принцип полифункциональности реализуется за счет обеспечения всех составляющих образовательного процесса и возможностью разнообразного использования различных составляющих предметно-

	развивающей среды. В ДОУ учитывается этот принцип путем приобретения специфичных материалов для девочек и мальчиков, например: мешочки для выполнения упражнений красного и синего цвета, гимнастические ленты, клюшки для хоккея, гантели и т.д. 3. Принцип трансформируемости, обеспечивающий возможность гибкого построения и периодического изменения предметно-развивающей среды, позволяет вынести на I план ту или иную функцию пространства по ситуации. Педагог в зависимости от целей и задач взаимодействия с детьми имеет возможность изменить пространство зала, используя сетки - резинки, мягкие модули. 4. Принцип вариативности, определяющей видам дошкольного образовательного учреждения. Этот принцип выполняется путем приоритетного осуществления деятельности по физическому развитию детей. 5. Принцип информативности обеспечивается разнообразием тематического материала и оборудования и активизации воспитанников во взаимодействии с предметным окружением. Проводимая в системе работа по физическому направлению развивает у детей умение пользоваться физкультурным оборудованием, знать его предназначение. Все оборудование ДОУ отвечает гигиеническим, педагогическим и эстетическим требованиям, а также санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам. Подбор оборудования осуществляется с учетом ведущего вида деятельности детей дошкольного возраста основной формой работы с детьми является игра. При подборе оборудования и определения необходимого количества педагоги учитывают условия своего ДОУ, условия конкретной возрастной группы, условия конкретного помещения, в котором располагается группа детей: количество воспитанников в группах, площадь групповых и подсобных помещений.
--	---

3.4.2 Учебно - методический комплект, оборудование и оснащение

Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие» (вариативная часть)

Автор	Название	Издательство
Н.В.Полтавцева Н.А.Гордова	Физическая культура в дошкольном детстве. Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей	Москва, "Просвещение", 2008
Н.В.Полтавцева Н.А.Гордова	Физическая культура в дошкольном детстве. Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 3-4 лет	Москва, "Просвещение", 2008
Н.В.Полтавцева Н.А.Гордова	С физкультурой в ногу, из детского сада в школу	Москва, "Просвещение", 2006
Л.И.Пензулаева	Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет	Москва, Мозаика-Синтез, 2012
Л.И.Пензулаева	Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет	Москва, "Просвещение", 2012
М.А.Рунова	Движение день за днем	Москва, ООО "Линка-пресс", 2007

М.А.Рунова	Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет	Москва, "Просвещение", 2006
Л.Н. Волошина, Е.В. Гавришина	Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников.	Волгоград, «Учитель», 2013
Л.Н. Волошина	Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет.	Москва, «АРКТИ», 2004
Т.В. Хабарова	Развитие двигательных способностей старших дошкольников.	Санкт – Петербург, «Детство – Пресс», 2010
М. С. Анисимова, Т.В. Хабарова	Двигательная деятельность детей младшего и среднего дошкольного возраста	Санкт – Петербург, «Детство – Пресс», 2014
Н.А. Мелехина, Л.А. Колмыкова	Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ	Санкт – Петербург, «Детство – Пресс», 2012

Литература:

1. Адашкявичене Э.Й. Спортивные игры и упражнения в детском саду: - М.: Просвещение, 1992
2. Анисимова Т.Г. Физическое воспитание детей 2-7 лет: развернутое перспективное планирование по программе под редакцией М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С.Комаровой. – Волгоград: Учитель, 2010
3. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. - М.: Просвещение, 1983
4. Гришин В.Г., Осипов Н.Ф. Малыши открывают спорт. – М.: Педагогика, 1978
5. Ишинбаева Т.К. Физкультурно - оздоровительная работа с детьми 2-7 лет: развернутое перспективное планирование, конспекты занятий Волгоград: Учитель, 2010
6. Занозина А.Е., Гришанина С.Э. Перспективное планирование физкультурных занятий с детьми 6 -7 лет. М.: ЛИНКА - ПРЕСС, 2008
7. Кудрявцев В.Т. Развивающая педагогика оздоровления Линка – пресс М. 2000
8. Кенеман А.В. Детские подвижные игры народов СССР - М.: Просвещение, 1989
9. Кенеман А.В., Кистяковакая М.Ю. Физическая подготовка детей 5-6 лет к занятиям в школе. - М.: Просвещение, 1980
10. Литвинова М.Ф. Русский народные подвижные игры: - М.: Просвещение, 1986
11. Музыка О.В. Физкультурно-оздоровительная работа: комплексное планирование по программе под редакцией М.А.Васильевой. - Волгоград: Учитель, 2010
12. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. М.: Просвещение, 1986
13. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет – М.: Просвещение 1988
14. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет – М.: Просвещение, 1988
15. Рунова М.А. Движение день за днем. - М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2007
16. Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста - М.: Просвещение, 1986
17. Фомина А.И. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду - М.: Просвещение, 1984
18. Фролова В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке. Просвещение М. 1986
19. Хухлаева Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях – М.: Просвещение, 1984
20. Яковлев В. Игры для детей – М.: Физкультура и спорт, 1968

Перечень основного оборудования: предметов мебели, ТСО, спортивного инвентаря и оборудования

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса, материал	Количество
Для ходьбы, бега, равновесия	Скамейка	Дл. 150см, ш. -25см Выс.-30см	6
	Скамейка	Дл. 240см, ш.-20см Выс.- 25см	3
	Доска гладкая	Дл.180см, ш -20см	2
	Доска гладкая	Дл.200см ш – 10см	4
	Доска гладкая с зацепами	Дл. 200см,ш- 20см,	2
	Доска с ребристой поверхностью	Дл. 180см, ш.- 20см	4
	Дорожка ребристая со следами	Дл.180см, ш.-43см	1
	Дорожка для профилактики плоскостопия		1
	Куб деревянный малый	Ребро 20см	6
	Куб деревянный	Ребро 30см	5
	Тренажер «Бегущий по волнам»		1
	Ходунки		2пары
Для прыжков	Батут детский	Диаметр	2
	Мат гимнастический	Дл.180см ш.- 95см	1
	Мат гимнастический маленькие	Дл.105см ш.55см	5
	Скакалка короткая	Длина 150см	20
	Скакалка длинная	Дл.220см	10
	Веревка	Дл.- 6м Дл.- 12м	1 1
	Стойки для прыжков в высоту		2
	Обруч плоский	Диаметр 48см	12
	Конусы		4
Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса,	Количество

		материал	
Для катания бросания, ловли	Кегли		40
	Утяжеленный мешочек	Масса 150-200	20
	Мишень навесная	Дл.60см Ш. 60см	6
	Переносные баскетбольные щиты с корзинами		2
	Мяч утяжеленный (набивной)	Масса 1000г	6
	Мяч средний резиновый с рисунком	12-15см	10
	Мяч шар средний		20
	Мяч шар большой		20
	Мяч малый		12
	Мяч для массажа	диаметр12 -15см диаметр 6-8 см	3 10
	Мяч вязаный		20
	Хоп-мяч		15
	Насос для мячей		2
Для ползания и лазания	Дуга большая	Высота 60 см	3
	Дуга малая	Высота 50см	3
	Канат	7м	2
	Лестница деревянная с зацепами		2 шт.
	Стенка гимнастическая		1
	Мягкие модули:		6шт.
	Перекасти поле		2шт.
	Тоннель для подлезания		1шт.
Для общеразвивающих	Кольцо плоское	Диаметр 13см	27шт
	Лента короткая с	Длина 50 -60см	20шт

упражнений	колечком		
	Лента короткая на палочке	Длина 30см	40шт
	Обруч малый	Диаметр 50см	20шт.
	Обруч средний	Диаметр 75 см	24шт
	Обруч большой	Диаметр 90см	7шт
	Обруч металлический	Диаметр 75 см	25шт
	Палка гимнастическая деревянная	Длина 75см	30шт
	Палка гимнастическая пластмассовая	Длина 85см Длина 110см	6шт 1шт
	Флажки красные и синие		50шт
	Листочки из губки		34 шт.
	Платочки	23на23	24шт.
	Кубики		25шт
	Пластмассовые шарики для сухого бассейна		много

Спортивный инвентарь:

- ✓ Хоккейные клюшки -
- ✓ Ракетки для бадминтона - 10пар
- ✓ Ленты для художественной гимнастики - 8шт.
- ✓ Сетка волейбольная - 2шт
- ✓ Мяч волейбольный - 2шт.
- ✓ Мяч футбольный - 3шт.
- ✓ Мяч баскетбольный - 2шт.
- ✓ Деревянные лыжи - 20 пар
- ✓ Ракетки для настольного тенниса - 12шт.
- ✓ Мяч для настольного тенниса - 11шт.

Нетрадиционное оборудование:

- ✓ Парашют
- ✓ Мотальщики
- ✓ Дорожка-лесенка
- ✓ Степы-подставки
- ✓ Ходунки-следы

Список карточек по физическому воспитанию

1. картотека спортивных досугов и развлечений
2. картотека модифицированных подвижных игр
3. картотека комплексов упражнений (старший и подготовительный к школе возраст)
4. картотека комплексов упражнений (младший и средний возраст)
5. картотека занятий – тренировок на воздухе.
6. картотека подражательных упражнений
7. картотека упражнений – схем основных видов движений.
8. картотека игровых упражнений на фитболах
9. картотека игр на фитболах.
10. картотека о видах спорта
11. картотека «Художественное слово о спорте»
12. Картотека эстафет и аттракционов

Приложение

- Перспективное планирование непосредственно образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие» для детей 3 - 4 лет.
- Перспективное планирование непосредственно образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие» для детей 4 - 5 лет.
- Перспективное планирование непосредственно образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие» для детей 5 - 6 лет.
- Перспективное планирование непосредственно образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие» для детей 6 - 8 лет.
- Перспективное планирование непосредственно образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие» для детей 6 - 8 лет группы компенсирующей направленности.