

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Управление образования Ленинского района
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение-
детский сад № 29
тел.240-48-13, e-mail: mdou29@eduekb.ru

ПРИНЯТО:
на Педагогическом совете
Протокол № 1
«31» августа 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ - детский сад № 29
Давыдова Л.В.
Приказ от «01» сентября 2022 г. № 60-ОД

**Рабочая программа
по освоению образовательной области
«Физическое развитие».**

Разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384)

Срок реализации: 2022 – 2023 учебный год

Содержание

I. Целевой

1. Пояснительная записка.

- 1.1. Цели и задачи реализации Программы
- 1.2. Принципы и подходы к формированию Программы
- 1.3. Возрастные и индивидуальные особенности физического развития детей дошкольного возраста
- 1.4. Планируемые результаты освоения детьми содержания образовательной области «Физическое развитие»
 - 1.4.1. Возрастно-половые показатели развития двигательных качеств у детей дошкольного возраста (таблица)
 - 1.4.2. Содержание мониторинга интегративных качеств развития ребенка. Образовательная область «Физическое развитие»
 - 1.4.3. Инструментарий мониторинга освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»

II. Содержательный раздел

- 2.1. Задачи и содержание образовательной области «Физическое развитие» (см. ФГОС п.2.6.)
- 2.2. Способы поддержки детской инициативы.
- 2.3. Учет этнокультурной ситуации развития детей (НРК)
- 2.4. Взаимодействие с педагогами и специалистами ДОУ
- 2.5. Особенности взаимодействия с семьями

III. Организационный раздел

- 3.1. Особенности организации организованной образовательной деятельности
- 3.2. Расписание организованной образовательной деятельности
- 3.3. Перспективное планирование видов движений
- 3.4. Перечень подвижных игр
- 3.5. Перспективное планирование спортивного досуга и развлечений
- 3.6. Материально-технические условия реализации Программы
 - 3.6.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды (перечень спортивного оборудования: название, количество)
 - 3.6.2. Перечень основных программ, технологий и методик ОО «Физическое развитие»

І. Целевой

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в РФ»,
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155),
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.03.2021 № 10 "О внесении изменений в санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16";
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014),
- Уставом МБДОУ – детский сад № 29,
- с учетом основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой, М., «Мозаика – Синтез», 2020 г.

Программа направлена на создание условий для развития двигательных качеств и освоения двигательного опыта детьми дошкольного возраста, на формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, на создание благоприятных условий физического развития детей в соответствии с их индивидуальными особенностями и склонностями.

Программа включает три основных раздела: целевой, содержательный и организационный, в каждом из которых отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений.

1.1. Цели и задачи реализации Программы

Цели и задачи реализации дошкольного образования в ФГОС ДО	Цели и задачи реализации Программы
<p>Цель дошкольного образования: формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.</p> <p>Задачи: 1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; 2) обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья); 3) обеспечения преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее - преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования); 4) создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;</p>	<p>Цель Программы – создание благоприятных условий для полноценного проживания ребёнком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника. Развитие личности ребенка, сохранение и укрепление здоровья детей.</p> <p>Задачи:</p> <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</p> <ul style="list-style-type: none">- Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни. <p>Физическая культура.</p> <ul style="list-style-type: none">- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и

<p>5) объединения обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;</p> <p>6) формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности;</p> <p>7) обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учётом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;</p> <p>8) формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;</p> <p>9) обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.</p>	<p>навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. - Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. - Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.
--	---

1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

Основные принципы дошкольного образования в ФГОС ДО	Принципы и подходы к формированию программы
<p>П.1.4.</p> <p>1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;</p> <p>2) 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);</p> <p>3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;</p> <p>4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;</p> <p>5) сотрудничество Организации с семьёй;</p>	<ul style="list-style-type: none"> • соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка; • сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики и, как показывает опыт, может быть успешно реализована в массовой практике дошкольного образования); • соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала); • обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников; • строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;

<p>6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;</p> <p>7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;</p> <p>8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);</p> <p>9) учёт этнокультурной ситуации развития детей.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса; • предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей в самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования; • предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра; • допускает варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей; • строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.
--	---

1.3. Возрастные и индивидуальные особенности физического развития детей дошкольного возраста

Дошкольный возраст является важнейшим в развитии человека, так как он заполнен существенными физиологическими, психологическими и социальными изменениями. Это период жизни, который рассматривается в педагогике и психологии как самоценное явление со своими законами, субъективно переживается в большинстве случаев как счастливая, беззаботная, полная приключений и открытий жизнь. Дошкольное детство играет решающую роль в становлении личности, определяя ход ее развития на последующих этапах жизненного пути человека.

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

В возрастном портрете детей программы «От рождения до школы» основной образовательной программы дошкольного образования/ под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой, - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020, представлена характеристика современного ребенка. Основная общеобразовательная программа – образовательная программа дошкольного образования МБДОУ обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 2 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по образовательным областям: физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому.

Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

На третьем году жизни дети становятся самостоятельнее. Продолжают развиваться предметная деятельность, деловое сотрудничество ребенка и взрослого; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление, в конце года появляются основы наглядно-образного мышления. Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Совершенствуются соотносящие и орудийные действия. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта для подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка. В ходе совместной с взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение.

Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять словесные просьбы взрослых, ориентируясь в пределах ближайшего окружения. Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых. Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить сложные и сложноподчиненные предложения, в разговоре с взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1500–2500 слов.

К концу третьего года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками. В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование. Игра носит процессуальный характер, главное в ней — действия, которые совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. В середине третьего года жизни широко используются действия с предметами-заместителями. Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» — окружности и отходящих от нее линий.

На третьем году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из 2–3 предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь. Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления является наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами. К концу третьего года жизни у детей появляются зачатки наглядно-образного мышления. Ребенок в ходе предметно-игровой деятельности ставит перед собой цель, намечает план действия и т. п. Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников.

Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи. У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ранний возраст завершается кризисом трех лет. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Кризис часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения с взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

В возрасте 3–4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится внеситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте. Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться. Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети уже могут использовать цвет.

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Младшие дошкольники способны под руководством взрослого вылепить простые предметы. Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппликации. Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу.

В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования прототипов — индивидуальных единиц восприятия, переходят к сенсорным эталонам — культурно-выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети

могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса — и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3–4 слова и 5–6 названий предметов. К концу младшего дошкольного возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений. Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами. В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя. В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, а ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Значительное развитие получает изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т. д.

Усложняется конструирование. Постройки могут включать 5–6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики.

Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты. Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве.

Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7–8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т. д. Начинает развиваться образное мышление.

Дети способны использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. Развивается предвосхищение.

На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

Для детей этого возраста особенно характерны известные феномены Ж. Пиаже: сохранение количества, объема и величины. Например, если им предъявить три черных кружка из бумаги и семь белых кружков из бумаги и спросить: «Каких кружков больше — черных или белых?», большинство ответят, что белых больше. Но если спросить: «Каких больше — белых или бумажных?», ответ будет таким же — больше белых.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15–20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы. Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении с взрослым становится внеситуативной. Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив.

Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания.

Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен. Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации. Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками; дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

На пятом году жизни движения ребенка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает все более устойчивый характер; совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие; развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образцом.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи.

Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения.

Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». (В игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» — зал стрижки, а зал ожидания выступает в качестве периферии игрового пространства.) Действия детей в играх становятся разнообразными. Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. В течение года дети способны создать до двух тысяч рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к фильмам и книгам.

Обычно рисунки представляют собой схематичные изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения.

Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека. Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют различные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала.

Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности.

Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования:

1) от природного материала к художественному образу (ребенок «достраивает» природный материал до целостного подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

2) Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников.

Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд — по возрастанию или убыванию — до 10 различных предметов. Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения.

Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для дошкольников известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т. д.

Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т. д. Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно-логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов.

Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т. д.

Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта. Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от произвольного к произвольному вниманию. Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки.

Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни. Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы. Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали. Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой

продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

На шестом году жизни ребенок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными. Это позволяет повысить требования к их выполнению, больше внимания уделять развитию физических и морально-волевых качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений (умение приходить на помощь товарищу, сопереживать его успехам и неудачам, быть заботливыми и внимательными друг к другу).

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, болезнь, трудоустройство и т. д. Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию.

При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Так, ребенок уже обращается к продавцу не просто как покупатель, а как покупатель-мама или покупатель-шофер и т. п. Исполнение роли акцентируется не только самой ролью, но и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится. Например, исполняя роль водителя автобуса, ребенок командует пассажирами и подчиняется инспектору ГИБДД.

Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры.

Образы из окружающей жизни и литературных произведений, передаваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотно изображают технику, космос, военные действия и т. п. Девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и т. д. Часто встречаются и бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т. д. Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями.

При правильном педагогическом подходе у дошкольников формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности. К подготовительной к школе группе дети в значительной степени осваивают конструирование из строительного материала.

Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Свободные постройки становятся симметричными и пропорциональными, их строительство осуществляется на основе зрительной ориентировки. Дети быстро и правильно подбирают необходимый материал.

Они достаточно точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка, и материал, который понадобится для ее выполнения; способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и по условиям. В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывать собственные, но этому их нужно специально обучать. Данный вид деятельности не просто доступен детям — он важен для углубления их пространственных представлений. Усложняется конструирование из природного материала.

Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые могут передавать сложные отношения, включать фигуры людей и животных.

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков. Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Это легко проверить, предложив детям воспроизвести на листе

бумаги образец, на котором нарисованы девять точек, расположенных не на одной прямой. Как правило, дети не воспроизводят метрические отношения между точками: при наложении рисунков друг на друга точки детского рисунка не совпадают с точками образца. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т. д. В результате правильно организованной образовательной работы у детей развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст.

Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.

К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем успешно учиться в школе.

На седьмом году жизни движения ребенка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самоорганизации, взаимоконтроля. Дети проявляют волевые усилия при выполнении заданий; для них важен результат. Всю работу по физическому воспитанию в этой группе необходимо организовать так, чтобы сформировывать у детей потребность заниматься физическими упражнениями, развивать самостоятельность.

Индивидуальные особенности:

на начало учебного года 01. 09. 2022 г.

- кол-во групп и детей дошкольного возраста;
- кол-во мальчиков и девочек на начало учебного года 01. 09. 2022 г.
- группы здоровья;

Возрастная категория	Направленность групп	Количество				Группа здоровья			
		групп	детей	мальчиков	девочек	I	II	III	IV
От 2 до 3 лет (вторая группа раннего возраста)	общеразвивающая	2	49	26	23				
От 3 до 4 лет (младшая группа)	общеразвивающая	2	52	28	24				
От 4 до 5 лет (средняя группа)	общеразвивающая	2	51	27	24				
От 5 до 6 лет (старшая группа)	общеразвивающая	2	51	29	22				
От 6 до 7 лет (подготовительная к школе группа)	общеразвивающая	2	56	30	26				
всего		10	259	140	119				

Характеристика индивидуальных особенностей контингента детей, воспитывающихся в ДОУ.

В МБДОУ функционирует логопедический пункт. Зачисление на логопедический пункт ДОУ осуществляется на основании Территориальной психолого – медико - педагогической комиссии. Дети, зачисленные на логопункт, составляют основную группу риска по школьной неуспеваемости, особенно при овладении письмом и чтением. Основная причина – недостаточное развитие процессов звуко-буквенного анализа и синтеза. Своевременное и личностно-ориентированное воздействие на нарушенные звенья речевой функции, позволяют вернуть ребенка на онтогенетический путь развития. Полноценной интеграцией дошкольников с фонетико-фонематическим недоразвитием речи в среду сверстников является своевременная организованная коррекционно-развивающая помощь в логопедических группах детям пятого и шестого года жизни.

Имеющиеся у детей отклонения приводят к нарушению умственной работоспособности, недостаточной развитости общей и мелкой моторики, трудностям во взаимодействии с окружающим миром, изменению способов коммуникации и средств общения, недостаточности словесного опосредования, в частности- вербализации, искажению познания окружающего мира, бедности социального опыта, изменениям в становлении личности. Несформированность средств коммуникации не ограничивается речевым компонентом, а охватывает всю коммуникативную и двигательную сферу в целом. Недоразвитие речевых сфер ведет к снижению уровня общения, к коммуникативной пассивности детей, к нежеланию общаться вербальными средствами, к появлению специфических психологических особенностей (робости, нерешительности, стеснительности, а порой и агрессивным проявлениям), трудностям адаптации в группе, психосоматическим заболеваниям.

Наличие первичного нарушения оказывает влияние на весь ход дальнейшего развития ребенка. Каждая категория детей с различными нарушениями речевого развития, помимо общих закономерностей развития, имеет специфические психолого-педагогические особенности, отличающие одну категорию детей от другой, которые необходимо учитывать при определении коррекционной работы в интеграционном образовательном пространстве. Значительную по численности группу детей составляют дети с не резко выраженными, а, следовательно, трудно выявляемыми отклонениями в развитии двигательной, сенсорной или интеллектуальной сферы.

Очень важно определить нарушения речевого развития ребенка на более ранней стадии. Специалисты детского сада диагностируют детей в возрасте 4 лет и консультируют родителей, оказывая психолого-педагогическое и коррекционно-развивающее сопровождение ребенка в ДОУ.

В соответствии с полученной информацией об актуальном состоянии и развитии детей группы определяются:

- объем содержания образования, который может быть оптимизирован с учетом дифференцированного подхода к освоению детьми психолого-педагогических задач программы;
- условия, методы, приемы, средства организации образовательного процесса, направленные на расширение спектра индивидуальных образовательных возможностей детей, оптимизируются;
- выбор образовательных технологий для группы и (или) для отдельных детей;
- формы и методы психолого-педагогической диагностики результатов освоения детьми основной общеобразовательной программы дошкольного образования с учетом выявленных особых образовательных потребностей детей (отставание в развитии), динамики развития детей (быстрый, медленный темп), их успешности (одаренность, способности);
- коррекционно-развивающая образовательная деятельность во взаимодействии со специалистами ДОУ (учителем-логопедом, педагогом-психологом, музыкальным руководителем, инструктором по физической культуре, медицинской сестрой) и семьей по обеспечению равных стартовых возможностей для обучения детей в образовательных учреждениях, реализующих основную образовательную программу начального общего образования.

Современному педагогу необходимо видеть ребенка в образовательном процессе ДОУ - решать диагностические задачи, которые позволят педагогу:

- ✓ знать индивидуальные особенности и возможности ребенка;
- ✓ учитывать их в образовательном процессе ДОУ;
- ✓ отслеживать характер изменений, происходящих с ребенком в ходе образовательного процесса, характер его продвижения в развитии (динамики);
- ✓ определять эффективность влияния реализуемых педагогических условий

1.4. Планируемые результаты освоения детьми содержания образовательной области

«Физическое развитие»

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

Целевые ориентиры, обозначенные в ФГОС ДО, являются общими для всего образовательного пространства Российской Федерации. В программе «От рождения до школы», также как и в Стандарте, целевые ориентиры даются для детей раннего возраста (на этапе перехода к дошкольному возрасту) и для старшего дошкольного возраста (на этапе завершения дошкольного образования).

Целевые ориентиры образования в младенческом и раннем возрасте

- Ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий.
- Использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении; проявляет навыки опрятности.
- Проявляет отрицательное отношение к грубости, жадности.
- Соблюдает правила элементарной вежливости (самостоятельно или по напоминанию говорит «спасибо», «здравствуйте», «до свидания», «спокойной ночи» (в семье, в группе)); имеет первичные представления об элементарных правилах поведения в детском саду, дома, на улице и старается соблюдать их.
- Владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек. Речь становится полноценным средством общения с другими детьми.
- Стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого. Эмоционально откликается на игру, предложенную взрослым, принимает игровую задачу.
- **Проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им. Умеет играть рядом со сверстниками, не мешая им. Проявляет интерес к совместным играм небольшими группами.**
- Проявляет интерес к окружающему миру природы, с интересом участвует в сезонных наблюдениях.
- Проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинок, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства.
- С пониманием следит за действиями героев кукольного театра; проявляет желание участвовать в театрализованных и сюжетно-ролевых играх.
- Проявляет интерес к продуктивной деятельности (рисование, лепка, конструирование, аппликация).
- **У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движений (бег, лазанье, перешагивание и пр.). С интересом участвует в подвижных играх с простым содержанием, несложными движениями.**

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования

- Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.

- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.

- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.

- Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности.

- Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.

- Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается.

- Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.

- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам. Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.

- Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности.

- **У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.**

- **Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.**

- Проявляет ответственность за начатое дело.

- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

- Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе.

- Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде.

- Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.).

- Проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях.

- Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.

- Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.

• **Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.**

1.4.1. Возрастно-половые показатели развития двигательных качеств у детей дошкольного возраста (таблица)

пол	Бег 30м сек	Бег 10м сек	Метание набивно- го мяча см	Метание мешочка с песком в даль см		Прыжок в длину с места см	Прыжок в высоту с места см	Статичес- кое равнове- сие сек	Стано- вая сила кг	Сила кисти рук кг	
				Правая рука	Левая рука					Правая рука	Левая рука
4 - 5 лет / средняя группа											
М	10.5-8.8	3.3.-2.4	117-185	2.5-4.1	2.0-3.4	60-90	14-18	3.3-5.1	14-18	3.9-7.5	3.5-7.1
Д	10.7-8.7	3.4.-2.6	97-178	2.4-3.4	1.8-2.8	55-93	12-15	5.2-8.1	12-16	3.1-6.0	3.2-5.6
5 – 6 лет / старшая группа											
М	9.2-7.9	2.5-2.1	187-270	3.9-5.7	2.4-4.2	100-110	20-26	7.0-11.8	18-25	6-9	6-8
Д	9.8-8.3	2.7-2.2	130-221	3.0-4.4	2.5-3.5	95-104	20-35	9.4-14.2	14-20	6-8	5-7
6 – 7 лет / подготовительная к школе группа											
М	7.8-7.0	2.2-2.0	450-570	6.7-7.5	5.8-6.0	116-123	22-25	40-60	20-23	11	10.5
Д	7.8-7.5	2.4-2.2	340-520	4.0-4.6	4.0-4.4	111-123	21-24	50-60	19-21	10	9

Примечание.

1. Расстояние и время пробега на дистанцию на выносливость колеблются у детей в больших пределах, поэтому в таблице они не приводятся.
2. Тестовое задание на выносливость считается выполненным, если ребенок пробежал всю дистанцию без остановки.

1.4.2.Содержание мониторинга интегративных качеств развития ребенка. Образовательная область «Физическое развитие»

Объект диагностики	Метод диагностики	Содержание диагностики	Цель диагностики
Быстрота	Тестовое задание	Бег 30 м	Выявление сформированности быстроты – способности выполнять двигательные действия в минимальный срок, которая определяется скоростью реакции на сигнал и частотой многократно повторяющихся действий.
Сила	Тестовое задание	Измерение силы рук/ ног динамометром	Выявление сформированности силы как способности преодолевать внешнее сопротивление и противодействовать ему посредством мышечного напряжения.
Ловкость	Тестовое задание	Бег 10 м (5 + 5)	Выявление сформированности ловкости как способности быстро овладеть новыми движениями (способность быстро обучаться), быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.
Выносливость	Тестовое задание	Непрерывный бег в равномерном темпе 1000 м	Выявление сформированности выносливости как способности противостоять утомлению в какой-либо деятельности.
Гибкость	Тестовое задание	Наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке	Выявление сформированности гибкости как морфофункционального свойства опорно-двигательного аппарата, определяющего степень подвижности его звеньев.

1.4.3. Инструментарий мониторинга освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»

Цель: выявить основные показатели готовности к усвоению программного содержания и степень его освоения.

Задачи:

- Установить особенности развития у детей физических качеств, накопленного двигательного опыта (овладения основными движениями).
- Выявить качественный показатель освоения основных движений детьми дошкольного возраста.
- Оценить темпы прироста физических качеств детей.

Для тестирования физических качеств дошкольников используют контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.

Методика изучения особенностей развития физических качеств и освоения основных движений у детей дошкольного возраста

(Мониторинг в детском саду. Научно-методическое пособие. – СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010)

Для тестирования физических качеств дошкольников используют контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.

Быстрота – это способность выполнять двигательные действия в минимальный срок, которая определяется скоростью реакции на сигнал и частотой многократно повторяющихся действий.

Способ выполнения. В качестве тестового задания предлагается бег на 30 м. Длина беговой дорожки должна быть на 5 – 7 м больше, чем длина дистанции. Линия финиша находится сбоку короткой чертой, а за ней на расстоянии 5 – 7 м ставится хорошо видимый с линии старта ориентир (флажок на подставке и др.), чтобы избежать замедления ребенком движения на финише. По команде «На старт, внимание!» поднимается флажок, и по команде «Марш!» ребенок с максимальной скоростью стремится добежать до финиша. После отдыха, ребенку предлагается еще две попытки. В протокол заносится лучший результат.

Сила – это способность преодолевать внешнее сопротивление и противодействовать ему посредством мышечного напряжения.

Способ измерения. Сила рук измеряется специальным ручным динамометром, сила ног – становым динамометром.

Скоростно-силовые. Способ измерения. Скоростно-силовые возможности плечевого пояса и мышц ног измеряются по расстоянию, на которое ребенок бросает двумя руками набивной мяч массой 1 кг, и прыгает в длину с места.

Метание набивного мяча массой 1 кг проводится способом из-за головы двумя руками. Ребенок совершает 2 – 3 броска; фиксируется лучший результат.

Прыжок в длину с места. Для проведения прыжков нужно положить мат и сделать вдоль него разметку. Для повышения активности и интереса детей целесообразно на определенном расстоянии (чуть дальше среднего результата детей группы) разместить 3 флажка и предложить ребенку прыгнуть до самого дальнего из них. Замеряются результаты от носков ног в начале прыжка до пяток в конце прыжка. Прыжок выполняется 3 раза; фиксируется лучший результат.

Ловкость – это способность быстро овладеть новыми движениями, быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.

Способ измерения (любым способом)

1. Бег на дистанцию 10 м. Ловкость определяется как разница во времени, за которое ребенок пробегает эту дистанцию с поворотом (5м + 5м) и по прямой. Ребенку следует дать 2 попытки с перерывом для отдыха между ними. Для повышения интереса и результативности действий задание лучше выполнять в условиях соревнования.

2. «Полоса препятствий». В это задание входят: бег по гимнастической скамейке (длина 5 м); прокатывание мяча между предметами (6 шт), разложенными на расстоянии 50 см друг от друга; подлезание под дугу (высота 40 см). каждому ребенку дается по 3 попытки; фиксируется лучший результат.

Выносливость – это способность противостоять утомлению в какой-либо деятельности.

Способ измерения. Выносливость можно оценить по результату непрерывного бега на определенную дистанцию:

4 года	5 лет	6 лет	7 лет
100 м	200 м	300 м	1000 м

Тест считается выполненным, если ребенок пробежал всю дистанцию без остановки.

Гибкость – многофункциональные свойства опорно-двигательного аппарата, определяющие степень подвижности его звеньев.

Способ измерения. Гибкость оценивается при помощи упражнения наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке или другом предмете высотой 20 – 25 см. для измерения глубины наклона линейку или планку прикрепляют таким образом, чтобы нулевая отметка соответствовала уровню плоскости опоры. Если ребенок не дотягивается кончиками пальцев до нулевой отметки, то результат определяется знаком « - ». При выполнении упражнения ноги в коленях сгибаться не должны.

Возрастно-половые показатели развития гибкости у детей дошкольного возраста.

пол	Наклон ниже уровня скамейки, см
4 года	
мальчики	3 – 7
девочки	2 – 6
5 лет	
мальчики	2 – 7
девочки	4 – 8
6 лет	
мальчики	3 – 6
девочки	4 – 8

Двигательный опыт ребенка представлен основными движениями и качеством их выполнения.

В младшем дошкольном возрасте применяют простую оценку – «умеет», «не умеет».

В более старшем возрасте результат оценивают в баллах:

- «отлично» - все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и схемой движения (5 баллов);
- «хорошо» - при выполнении теста допущена одна ошибка, существенно не изменяющая характер движения и результат (4 балла);
- «удовлетворительно» - тест выполняется с большим трудом, имеются значительные ошибки, отступления от заданной модели (3 балла);
- «неудовлетворительно» - упражнение практически не выполнено, однако ребенок делает попытки (1 – 2 элемента движения) к его выполнению (2 балла);
- «плохо» - ребенок не предпринимает попыток к выполнению теста, физически не в состоянии его выполнить (0 баллов).

Результаты в баллах заносятся в протокол.

Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детьми дошкольного возраста.

1. Ходьба обычная		
<i>Техника выполнения</i>		
Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст
1.Прямое ненапряженное положение туловища и головы. 2.Свободные движения рук (еще не ритмичны и не энергичны). 3.Согласованные движения рук и ног. 4.Примерное соблюдение направления с опорой на ориентиры и без них.	1.Прямое ненапряженное положение туловища и головы. 2.Свободные движения рук от плеча. 3.Шаг ритмичный, но еще не стабильный и тяжеловатый. 4.Соблюдение направления с опорой на ориентиры и без них.	1.Хорошая осанка. 2.Свободные движения рук от плеча со сгибанием в локтях. 3.Шаг энергичный, ритмичный, стабильный. 4.Выраженный перекал с пятки на носок, небольшой разворот стоп. 5.Активное разгибание и сгибание ног в коленных суставах (амплитуда небольшая). 6.Соблюдение различных направлений и умение менять их.
<i>Методика обследования ходьбы</i>		
Время учитывается с точностью до 0,1 с, старт и финиш отмечается линиями. Ребенок находится на расстоянии 2 – 3 м от линии старта. Он проходит 10 м до предмета, расположенного на расстоянии 2 – 3 м за линией финиша. Задание выполняется 2 раза. Фиксируется лучший результат.		

2. Бег		
<i>Техника выполнения</i>		
Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст
<u><i>Бег на скорость</i></u> 1.Туловище прямое или немного наклонено вперед. 2.Выраженный момент полета. 3.Свободные движения рук. 4.Соблюдение направления с опорой на ориентиры.	<u><i>Бег на скорость</i></u> 1.Небольшой наклон туловища, голова прямо. 2.Руки полусогнуты в локтях. 3.Выраженный вынос бедра маховой ноги (примерно под углом 40-50 градусов). 4.Ритмичность бега.	<u><i>Бег на скорость</i></u> 1.Небольшой наклон туловища, голова прямо. 2.Руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед внутрь. 3.Быстрый вынос бедра маховой ноги (под углом примерно 60-80 градусов). 4.Опускание толчковой ноги с носка с выраженным распрямлением в суставах. 5.Прямолинейность, ритмичность бега.
	<u><i>Медленный бег</i></u> 1.Туловище почти вертикально. 2.Шаг короткий, сгибание ног с небольшой амплитудой. 3.Руки полусогнуты, движения ненапряженные.	<u><i>Медленный бег</i></u> 1.Туловище почти вертикально. 2.Сгибание ног с небольшой амплитудой, шаг короткий, постановка ноги - с пятки. 3.Движение полусогнутых рук свободное, с небольшой амплитудой, кисти расслаблены. 4.Устойчивая ритмичность движений.
<i>Методика обследования бега</i>		
Заранее размечается беговая дорожка: длина – 40 м, до линии старта и после линии финиша – 5-6 м. В конце беговой дорожки помещается яркий ориентир. После знакомства с командами «На старт! Внимание! Марш!» и правилами выполнения задания (начинать бег строго по сигналу, возвращаться к линии старта только по краю дорожки) даются 2 попытки с интервалами для отдыха 2-3 мин, фиксируется лучший результат. Целесообразно организовать бег парами.		

3. Прыжки		
3.1. Прыжки в длину с места		
<i>Техника выполнения</i>		
Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст
<p>1.<u>И.П.</u>: небольшое приседание на слегка расставленных ногах.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: отталкивание одновременно двумя ногами.</p> <p>3.<u>Полет</u>: ноги слегка согнуты, положение рук свободное.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: мягко, одновременно на две ноги.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) ноги стоят параллельно, на ширине ступни; б) полуприседание с наклоном туловища; в) руки слегка отведены назад.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: а) двумя ногами одновременно; б) мах руками вперед - вверх.</p> <p>3.<u>Полет</u>: а) руки вперед - вверх; б) туловище и ноги выпрямлены.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: а) одновременно на обе ноги, с пятки на носок, мягко; б) положение рук свободное.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) ноги стоят параллельно, на ширине ступни; б) полуприседание с наклоном туловища; в) руки слегка отведены назад.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: а) двумя ногами одновременно (вверх, вперед); б) выпрямление ног; в) резкий мах руками вперед - вверх.</p> <p>3.<u>Полет</u>: а) туловище согнуто, голова вперед; б) вынос полусогнутых ног вперед; в) движение рук вперед - вверх.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: а) одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с переходом с пятки на всю ступню; б) колени полусогнуты, туловище слегка наклонено; в) руки движутся свободно вперед – в стороны; г) сохранение равновесия при приземлении.</p>
3.2. Прыжки в глубину (спрыгивание)		
<i>Техника выполнения</i>		
<p>1.<u>И.П.</u>: небольшое приседание с наклоном туловища.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: одновременно двумя ногами.</p> <p>3.<u>Полет</u>: ноги слегка выпрямляются, руки в свободном положении.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: мягко, одновременно на две ноги.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) ноги стоят параллельно, слегка расставлены; б) полуприседание; в) руки свободно движутся назад.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: а) двумя ногами одновременно; б) мах руками вперед - вверх.</p> <p>3.<u>Полет</u>: а) ноги почти прямые; б) руки вверх.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: а) одновременно на обе ноги, с носка с переходом на всю ступню; б) руки вперед - в стороны.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) ноги стоят параллельно на ширине ступни, слегка согнуты в коленях; б) туловище наклонено, голова прямо, руки свободно назад.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: а) сильное отталкивание вверх с распрямлением ног; б) резкий взмах руками вперед - вверх.</p> <p>3.<u>Полет</u>: а) туловище вытянуто; б) руки вперед - вверх.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: а) одновременно на обе ноги, с переходом с носка на всю ступню, колени полусогнуты; б) туловище наклонено; в) руки вперед – в стороны; г) сохранение равновесия при приземлении.</p>

3.3. Прыжки в длину с разбега

Техника выполнения

		<p>1.<u>И.П.</u>: а) равноускоренный бег на носках, корпус слегка наклонен вперед; б) энергичная работа полусогнутых в локтях рук, корпус выпрямляется.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: а) толчковая нога почти прямая, ставится на всю ступню, маховая нога выносится вперед - вверх; б) прямое положение туловища; в) руки вперед - вверх.</p> <p>3.<u>Полет</u>: а) маховая нога вперед - вверх, к ней подтягивается толчковая нога, туловище почти прямое, одна нога идет вверх, другая несколько в сторону; б) наклон туловища вперед, группировка; в) ноги (почти прямые) – вперед, руки – вниз назад.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: а) одновременно на обе ноги, с переходом с пятки на всю ступню; б) туловище наклонено, ноги согнуты в коленях; в) руки свободно движутся вперед.</p>
--	--	--

3.4. Прыжки в высоту с разбега способом «согнув ноги»

Техника выполнения

		<p>1.<u>И.П.</u>: а) разбег с ускорением на последних шагах; б) энергичная работа полусогнутых в локтях рук.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: а) выпрямление толчковой ноги с резким выносом вперед - вверх маховой; б) наклон туловища вперед; в) сильный мах руками вверх.</p> <p>3.<u>Полет</u>: а) подтягивание толчковой ноги к маховой, группировка; б) руки вперед - вверх.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: а) одновременно на обе полусогнутые ноги с переходом с носка на всю ступню; б) туловище наклонено вперед; в) руки свободно движутся вперед; г) сохранение равновесия при приземлении (шаг вперед – в сторону).</p>
--	--	---

Методика обследования прыжков

В зале готовятся стойки для прыжков в высоту, резиновая дорожка и четко обозначается место отталкивания. Если обследование проходит на участке, то предварительно готовят яму для прыжков: рыхлят песок, указывается место для отталкивания и т.д. Высота увеличивается постепенно на 5 см. Каждому ребенку даются 3 попытки. Фиксируется лучший результат. Перед оценкой сложных видов прыжков (в длину и высоту с разбега) целесообразно дать 1 – 2 пробные попытки при высоте 30 – 35 см.

4. Метание		
4.1. Метание вдаль		
<i>Техника выполнения</i>		
Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст
<p>1.<u>И.П.</u>: стоя лицом в направлении броска, ноги слегка расставлены, правая рука согнута в локте.</p> <p>2.<u>Замах</u>: небольшой поворот вправо.</p> <p>3.<u>Бросок</u>: с силой (для сохранения направления полета предмета).</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая впереди.</p> <p>2.<u>Замах</u>: а) поворот туловища вправо, сгибая правую ногу; б) одновременно правая рука идет вниз назад; в) поворот в направлении броска, правая рука вверх вперед.</p> <p>3.<u>Бросок</u>: а) резкое движение руки вдаль вверх; б) сохранение заданного направления полета предмета.</p> <p>4.<u>Заключительная часть</u>: сохранение равновесия.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая – впереди, правая – на носке; б) правая рука с предметом на уровне груди, локоть вниз.</p> <p>2.<u>Замах</u>: а) поворот вправо, сгибая правую ногу и перенося на нее вес тела, левую – на носок; б) одновременно разгибая правую руку, размашисто отвести ее вниз – назад – в сторону; в) перенос веса тела на левую ногу, поворот груди в направлении броска, правый локоть вверх, спина прогнута – «положение натянутого лука».</p> <p>3.<u>Бросок</u>: а) продолжая переносить вес тела на левую ногу, правую руку с предметом резко выпрямить; б) хлещущим движением кисти бросить предмет вдаль вверх; в) сохранять заданное направление полета предмета.</p> <p>4.<u>Заключительная часть</u>: шаг вперед (или приставить правую ногу), сохранение равновесия.</p>
4.2. Метание в горизонтальную цель		
<i>Техника выполнения</i>		
<p>1.<u>И.П.</u>: ноги слегка расставлены, рука перед собой (прицеливание).</p> <p>2.<u>Бросок</u>: а) резкое движение рукой вверх – вниз; б) попадание в цель.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: стойка вполоборота к мишени, ноги на ширине плеч; правая рука выдвинута вперед (прицеливание).</p> <p>2.<u>Замах</u>: а) поворот в сторону мишени, наклон туловища вперед, бросок с силой; б) попадание в цель.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) стойка вполоборота к мишени, ноги на ширине плеч; б) правая рука выдвинута вперед (прицеливание), левая свободно опущена вниз.</p> <p>2.<u>Замах</u>: а) перенос тяжести тела на правую ногу, левую на носок; б) одновременно правую руку поднять вверх.</p> <p>3.<u>Бросок</u>: а) поворот в сторону мишени, перенос тяжести тела на левую ногу, правую на носок; б) резкое движение правой рукой вниз, одновременно хлещущее движение кисти; в) попадание в цель.</p> <p>4.<u>Заключительная часть</u>: шаг вперед или приставление правой ноги, сохранение равновесия.</p>

4.3. Метание в вертикальную цель

Техника выполнения

1.И.П.: а) стоя лицом в направлении броска, ноги слегка расставлены, левая впереди; б) правая рука согнута в локте на уровне глаз (прицеливание).

2.Замах: правая рука слегка согнута в локте и поднята вверх.

3.Бросок: а) резкое движение рукой от плеча; б) попадание в цель.

1.И.П.: а) стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая впереди; б) правая рука с предметом на уровне глаз (прицеливание).

2.Замах: а) поворот вправо, сгибая правую ногу; б) одновременно правая рука, согнутая в локте, движется вниз - назад - вверх; поворот в направлении броска.

3.Бросок: а) резкое движение рукой от плеча; б) попадание в цель.

4.Заключительная часть: сохранение равновесия.

1.И.П.: а) стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая впереди; б) правая рука с предметом на уровне глаз (прицеливание).

2.Замах: а) поворот вправо, сгибая правую ногу, левую на носок; б) одновременно правая рука, правая рука, согнутая в локте, движется вниз назад вверх; в) поворот в направлении броска.

3.Бросок: а) перенос веса тела на левую ногу; б) резкое движение руки вперед от плеча; в) попадание в цель.

4.Заключительная часть: сохранение равновесия.

Методика обследования метания

Метание в даль проводится на площадке (длина не менее 10 – 20 м, ширина – 5 – 6 м), которую следует заранее разметить флажками или цифрами. Детям уточняется порядок выполнения задания: по команде бросить мешочек в определенном направлении, затем по команде собрать мешочки. Метание в даль можно проводить в виде эстафеты «Кто дальше бросит». Метание в цель проводится индивидуально, каждому ребенку так же дается по три попытки каждой рукой.

5. Лазание		
5.1. Лазание по гимнастической стенке		
<i>Техника выполнения</i>		
Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст
1.Крепкий хват руками. Поочередный перехват руками рейки. 2.Чередующийся шаг. 3.Активные, уверенные движения.	1.Одновременность постановки руки и ноги на рейку. 2.Ритмичность движений.	<i>Одноименный и разноименный способы.</i> 1.Одноименная или разноименная координация рук и ног. 2.Одновременность постановки руки и ноги на рейку. 3.Ритмичность движений.
5.2. Лазание по канату способом «в три приема»		
<i>Техника выполнения</i>		
		<u>И.П.</u> : вис на прямых руках на канате. <u>Первый прием</u> : согнуть ноги, захватить канат ступнями. <u>Второй прием</u> : выпрямить ноги, согнуть руки. <u>Третий прием</u> : поочередный перехват каната руками над головой.
<i>Методика обследования лазания</i>		
Проверка движений проводится индивидуально. Необходимо расположить маты около снаряда. Возможны 1 – 2 предварительные попытки. Начало подъема сопровождается командами: «Приготовиться!», «Марш!» Каждому ребенку дается по 3 попытки, учитывается лучший результат. Одновременно с оценкой качества достижения фиксируется время подъема и спуска.		

Изучение степени динамики развития физических качеств у детей как показателя эффективности физического воспитания.

Для оценки темпов прироста показателей физических качеств (степень динамики развития физических качеств) используем формулу В.И. Усакова:

$$W = 100 \frac{(V_1 - V_2)}{\frac{1}{2}(V_1 + V_2)}$$

где W - прирост показателей темпов, %

V₁ - исходный уровень

V₂ - конечный уровень

Темпы прироста, %	Оценка	За счет чего достигнут прирост
До 8	неудовлетворительно	За счет естественного роста
8 - 10	удовлетворительно	За счет естественного роста и роста естественной двигательной активности
10 - 15	хорошо	За счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания
Свыше 15	отлично	За счет эффективного использования естественных сил и физических упражнений

II. Содержательный раздел

2.1. Содержание образовательной области «Физическое развитие»

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

Цель: Охрана здоровья детей и формирования основы культуры здоровья.

Задачи:

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.
- Воспитывать культурно-гигиенических навыков.
- формирование начальных представлений ЗОЖ.

Цель: Формирование у детей интереса и ценного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

Задачи:

Физическая культура.

- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкость, выносливости и координации)
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)
- Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности.

Задачи: ФГОС п.2.6

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

- обеспечивать равные возможности для полноценного развития каждого ребенка независимо от психофизиологических и других особенностей (в том числе ОВЗ);
- охранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие;
- создавать условия, способствующие правильному формированию опорно-двигательной системы и других систем организма;
- формировать ценности здорового образа жизни, относящиеся к общей культуре личности; овладевать его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.);
- оказывать помощь родителям (законным представителям) в охране и укреплении физического и психического здоровья детей.

Физическая культура:

- овладевать основными движениями и развивать разные формы двигательной активности ребенка;
- развивать крупную и мелкую моторику;
- поддерживать инициативу и самостоятельность детей в двигательной деятельности и организовывать виды деятельности, способствующие физическому развитию;
- формировать готовность и интерес к участию в подвижных играх и соревнованиях;
- формировать физические качества (выносливость, гибкость и др).

Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями.

Образовательная область	Интеграция задач и содержания
«Познавательное развитие»	Формирование целостной картины мира, расширение кругозора в части представлений о здоровье и здорового образа жизни человека
«Социально - коммуникативное развитие»	Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека, соблюдение элементарных общепринятых норм и правил поведения в части здорового образа жизни Накопление опыта здоровьесберегающего поведения в труде, освоение культуры здорового труда Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности
«Речевое развитие»	Развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и здорового образа жизни человека. Формирование ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни при чтении художественных произведений на данную тему.
«Художественно - эстетическое развитие»	Использование средств продуктивных видов деятельности для обогащения и закрепления содержания области «Здоровья»

Содержание психолого-педагогической работы

Задачи: Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Физическая культура

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями руки ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога.

Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами.

Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать. 1 См. пункт 2.6. ФГОС ДО.

Задачи: Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Физическая культура:

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не

шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья.

Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

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

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.

Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Формирование начальных представлений о ЗОЖ.

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Задачи: Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Физическая культура

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы.

Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

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

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Формирование начальных представлений о ЗОЖ.

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.

Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах.

Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека.

Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Задачи: Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Физическая культура

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

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

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

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой).

Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

Формирование начальных представлений о ЗОЖ.

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма.

Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать потребность в здоровом образе жизни.

Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения

в спортивном зале и на спортивной площадке.

Задачи: Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)

Физическая культура

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила,

быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

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

Формирование начальных представлений о ЗОЖ.

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Структура организации занятия

Занятия построены по общепринятой структуре и включают обучение основным видам движений, комплексы упражнений общеразвивающего характера с различными предметами и подвижные игры.

В каждой группе еженедельно проводится 3 занятия по физической культуре, 2 занятия проводятся в спортивном зале и 1 раз на открытом воздухе (его проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям). Перед началом каждой темы НОД (с целью создания интереса и мотивации) дети знакомятся с видом спорта изучаемой темы.

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Формы организации

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом и т.д.

Фронтально-поточный способ. Дети поточно, друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Групповой способ. Дети работают по группам.

Образовательные области программы дошкольного образования

Основная задача коррекционно-педагогической работы — создание условий для всестороннего развития ребенка с ОВЗ в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников.

Образовательная область «Физическое развитие»

Основная цель — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации.

Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей и в семье, и в дошкольном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников. В режиме должны быть предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи.

Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В работу включаются физические упражнения: построение в шеренгу (вдоль линии), в колонну друг за другом, в круг; ходьба; бег, прыжки; лазанье; ползание; метание; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Рекомендуется проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

Методы работы с детьми по всем образовательным областям

**Образовательная область «Физическое развитие»
Тематический модуль «Физическая культура»**

Наглядные:	Словесные:	Практические:
<ul style="list-style-type: none"> • Наглядно-зрительные (показ, использование наглядных пособий – карточек, атрибутов для игр иллюстраций, репродукций; имитация, зрительные ориентиры) • Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни, видеофильмы) • Тактильно-мышечные приемы (непосредств. помощь воспитателя) 	<ul style="list-style-type: none"> • Объяснения, пояснения, указания; • Подача команд, распоряжений, сигналов; • Вопросы к детям • Образный сюжетный рассказ, беседа; • Словесная инструкция 	<ul style="list-style-type: none"> • Повторение упражнений без изменения и с изменениями; • Проведение упражнений в игровой форме; • Проведение упражнений в соревновательной форме

Тематический модуль «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»

Наглядные:	Словесные:	Практические:
<ul style="list-style-type: none"> • Наглядно-зрительные (показ, использование наглядных пособий – карточек, иллюстраций, репродукций, атрибутов для игр; зрительные ориентиры) • Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни, видеофильмы) 	<ul style="list-style-type: none"> • объяснения, пояснения, указания; • Вопросы к детям • образный сюжетный рассказ, беседа; • словесная инструкция • Минутки здоровья • выразительное чтение и рассказывание художественных произведений • толкование (разъяснение понятия) • заучивание наизусть 	<ul style="list-style-type: none"> • прогулки и походы • физкультурные и игровые досуги, праздники: • распространение опыта семейного воспитания • организация закаливания, питания, коррекционной работы (профилактика плоскостопия и сколиоза, миопии) • смехотерапия, музыкотерапия, психогимнастика

2.2 Способы поддержки детской инициативы.

Программа обеспечивает полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: в сферах социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям.

Указанные требования направлены 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 специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;

Условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста, предполагают:

- 1) обеспечение эмоционального благополучия через:
 - непосредственное общение с каждым ребенком;
 - уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям;
- 2) поддержку индивидуальности и инициативы детей через:
 - создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
 - создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
 - недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.);
- 3) установление правил взаимодействия в разных ситуациях:

-создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья;

- развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками;
- развитие умения детей работать в группе сверстников;

4) построение вариативного развивающего образования, ориентированного на уровень развития, проявляющийся у ребенка в совместной деятельности со взрослым и более опытными сверстниками, но не актуализирующийся в его индивидуальной деятельности (далее - зона ближайшего развития каждого ребенка), через:

- создание условий для овладения культурными средствами деятельности;
- организацию видов деятельности, способствующих развитию мышления, речи, общения, воображения и детского творчества, личностного, физического и художественно-эстетического развития детей;
- поддержку спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства;
- оценку индивидуального развития детей;

5) взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

2.3. Учет этнокультурной ситуации развития детей (НРК)

Национально-региональный компонент

Детский сад создает условия для полноценного развития ребенка, обеспечивает физическое, познавательно-речевое, социально-личностное, художественно-эстетическое развитие детей, приобщение к истокам русской народной культуры, воспитание любви к родному краю.

Особенности осуществления образовательного процесса обусловлены климатическими условиями Среднего Урала. Процесс воспитания и развития в детском саду является непрерывным и график образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов:

- *холодный период*: учебный год (сентябрь-май), составляется определенный режим дня и расписание организованных образовательных форм;
- *летний период* (июнь-август), для которого составляется другой режим дня.

Эти факторы учитываются при составлении режима дня, планирования.

При организации образовательного процесса учтены принципы интеграции образовательных областей (физическая культура, здоровье, безопасность, социализация, труд, познание, коммуникация, чтение художественной литературы, художественное творчество, музыка) в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников. В основу организации образовательного процесса определен комплексно-тематический принцип с ведущей игровой деятельностью, решение программных задач осуществляется в разных формах совместной деятельности взрослых и детей, а также в самостоятельной деятельности детей.

В процессе реализации образовательной области «**Физическое развитие**» эти образы передаются через движение, знакомятся с подвижными играми Урала,

Задачи:

- Формирование представлений о традиционных для Урала видах спорта, спортивных, подвижных (народных) играх.
- Формирование интереса к спортивным событиям в своем городе, крае, знаменитым спортсменам, спортивным командам.

Содержание

Традиционные для Урала виды спорта, спортивные, подвижные (народные) игры.

Особенности национальной одежды народов Урала. Способы обеспечения и укрепления, доступными средствами, физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала.

Спортивные события в своей местности, крае. Знаменитые спортсмены, спортивные команды.

Средства

Игры: «Гори, гори, ясно!», «Лапта», «У медведя во бору», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Ловишки», «Горелки», «Кот и мыши».

Спортивные игры: «Городки», «Катание на лыжах», «Катание на санках» и др.

Экскурсии, прогулки: Участие детей в целевых прогулках обеспечивает необходимую двигательную активность и способствует сохранению и укреплению здоровья дошкольников.

2.4. Взаимодействие с педагогами и специалистами ДОУ

Задачи:

- обогащать знания педагогов о физическом воспитании детей через различные формы мероприятий;
- активизировать роль воспитателя в подготовке и проведении спортивного досуга;
- пропагандировать ценности здорового образа жизни среди педагогов ДОУ.

Формы взаимодействия с педагогами ДОУ:

- стенд взаимодействия;
- консультации;
- мастер-класс;
- практическая консультация;
- выступление на педагогическом совете;
- методические рекомендации;
- открытые мероприятия;
- семинар-практикум

Месяц проведения	Организационно-методическая работа с педагогами.
Сентябрь	1. Анкетирование
октябрь	1. Диагностика двигательных качеств.
ноябрь	1. Выступление на педсовете. «Подвижные игры как условие повышения двигательной активности на прогулке». 2. Консультация «Инструктаж по зимним участкам»
декабрь	1. Беседа «соблюдение режима двигательной активности»
январь	1. Консультация «Профилактика нарушения осанки и опорно-двигательного аппарата»
февраль	1. Подготовка и проведения праздника «23 февраля»
март	1. Консультация «Роль подвижных игр в развитии основных движений у детей раннего возраста»
апрель	1. Диагностика двигательных качеств.
май	1. Выступление на педсовете. «Методические рекомендации по оздоровлению детей в летний период».
В течение года	Привлечение к участию в спортивных праздниках и развлечениях.

Модель взаимодействия педагогов, специалистов и воспитателей в процессе реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования

Формы взаимодействия	Заместитель заведующего	Воспитатель	Старшая медсестра	Педагог-психолог Учитель-логопед	Инструктор по физической культуре	Музыкальный руководитель	
Оздоровительная деятельность с детьми		Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно		
Фильтр групп, контроль здоровья воспитанников, проведение оздоровительных мероприятий		Ежедневно	Ежедневно		Ежедневно		
НОД		Ежедневно		Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	
Индивидуальная работа с детьми		Ежедневно		согласно рабочему графику специалиста	согласно рабочему графику специалиста	согласно рабочему графику специалиста	
Подгрупповая работа с детьми		Ежедневно		Согласно рабочему графику	согласно рабочему графику специалиста		
Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов		Ежедневно		Ежедневно	Ежедневно		
Досуговая деятельность		1 раз в неделю		1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	
Мониторинг детского развития		2 раза в год (сентябрь, май) Для ТПМПК (январь)					
Взаимодействие с семьями		Ежедневно	По результатам осмотра	По запросу родителей, воспитателей, по результатам диагностики	По запросу родителей, воспитателей, по результатам диагностики	При подготовке и проведении совместных мероприятий	
Профессиональное сотрудничество и сотворчество	Ежедневное общение, совместное проектирование планов работы, их оперативная корректировка по мере решения общих задач, совместное обсуждение эффективности влияния педагогических условий на развитие детей, обоюдные рекомендации, взаимные консультации, оказание профессиональной помощи и поддержки.						

2.5. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

Задачи:

- пропагандировать ценности здорового образа жизни в семьях воспитанников;
- привлекать родителей (законных представителей) к участию в спортивном досуге;
- через специально организованные мероприятия помочь родителям (законным представителям) в создании условий для самостоятельной двигательной деятельности ребенка в семье.

Формы работы	Примерная тематика
<ul style="list-style-type: none">• консультация;• совместный досуг;• анкетирование;• выступление на родительском собрании;• на сайте ДОУ;• беседа «круглый стол»;• индивидуальные консультации	<ul style="list-style-type: none">• «Коррекция плоскостопия»;• «Красивая осанка – залог здоровья»;• «Клуб весёлых и находчивых»;• «23 февраля день защитника отечества»• «Опыт физического воспитания в семье»;• «Рекомендации к одежде на занятиях ФК»• «Физическая подготовка детей к школе»;• «Методические рекомендации по оздоровлению детей в летний период».• «Спорт и дети, в какую секцию отдать ребенка?»• «Роль семьи в воспитании здорового ребенка»;

III. Организационный раздел

3.1. Особенности организации организованной образовательной деятельности

Формы организации работы. Тематический модуль «Физическая культура».

Содержание	Возраст	НОД	Образовательная деятельность, реализуемая в ходе режимных моментов	Самостоятельная деятельность	Партнерские взаимоотношения с семьей
1. Основные движения: ходьба, бег, катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.	3 – 5 лет - младшая, средняя группы	НОД по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые, - тематические - классические - тренирующее.	<i>Утренний отрезок времени:</i> - индивидуальная работа воспитателя: игровые упражнения, упражнения на подражания. - Утренняя гимнастика: - классическая, - сюжетно-игровая, - тематическая, - игровая, - полоса препятствий. Подражательные движения <i>Прогулка</i> Подвижная игра большой, средней и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения <i>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</i> Гимнастика после дневного сна: - коррекционная - оздоровительная - сюжетно-игровая - полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья (ср. гр.)	Игра, игровое упражнение, подражательные движения.	Беседа, консультация Открытые просмотры Встречи по запросам Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи Совместные занятия Интерактивное общение Мастер-класс
2. Общеразвивающие упражнения		В НОД по физическому воспитанию: - тематические комплексы - сюжетные - классические - с предметами - подражательный комплекс - танцевальный Физ. минутки Динамические паузы			
3. Подвижные игры					
4. Спортивные упражнения					
5. Активный отдых					

<p>1.Основные движения: ходьба, бег, катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p> <p>2.Общеразвивающие упражнения</p> <p>3.Подвижные игры</p> <p>4.Спортивные упражнения</p> <p>5.Спортивные игры</p> <p>6.Активный отдых</p>	<p>5-7 лет, старшая и подготовительная к школе группы</p>	<p>НОД по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее -по развитию элементов двигательной креативности (творчества)</p> <p>В НОД по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс -подражательный комплекс - комплекс с предметами, -танцевальный комплекс. Физкультминутки Динамические паузы Подвижная игра большой, средней и малой подвижности и с элементами спортивных игр</p>	<p><i>Утренний отрезок времени</i> Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: -классическая -игровая -полоса препятствий -музыкально-ритмическая -аэробика (подгот. гр.) Подражательные движения <i>Прогулка</i> Подвижная игра большой, средней и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения Занятие-поход (подгот. гр.) <i>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</i> Гимнастика после дневного сна -оздоровительная -коррекционная -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения</p> <p>Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья</p>	<p>Игровые упражнения, подражательные движения, подвижные игры, спортивные упражнения и игры.</p>	<p>Беседа, консультация Открытые просмотры Встречи по запросам Совместные игры Физкультурный досуг Физкультурные праздники Консультативные встречи. Встречи по заявкам Совместные занятия Интерактивное общение Мастер-класс</p>
--	---	---	--	---	--

Тематический модуль «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни».

Содержание	Возраст	Совместная деятельность	Режимные моменты	Самостоятельная деятельность	Взаимодействие с семьей
<p>1. Воспитание КГН: - умыться, чистить зубы, расчёсывать волосы, полоскать горло и рот, устранять непорядок в одежде -вытираться только своим полотенцем -навыки гигиены в туалете -культура разговора в помещении -элементарные навыки приёма пищи</p> <p>2. Сохранение и укрепление здоровья -различать и понимать состояния своё и людей - одеваться в соответствии с температурным режимом группового помещения - выполнение простейших закаливающих процедур</p> <p>3. Формирование начальных представлений о ЗОЖ - элементарное представление о полезном питании -различение и называние органов чувств</p>	<p>3-4 года младшая группа</p>	<p>Обучающие игры по инициативе воспитателя (сюжетно-дидактические), развлечения</p>	<p>Дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, помощь взрослого.</p>	<p>Игры сюжетно-образительные</p>	<p>Беседы, консультации, родительские собрания, досуги, совместные мероприятия, мастер-классы, интернет общение.</p>
<p>1. Воспитание КГН: -содержание своего тело в чистоте при помощи взрослого. -использование только своих предметов гигиены -представление о правилах гигиены в туалете -представление об общественных гигиенических правилах - элементарные навыки приёма пищи -навыки пользования столовыми предметами</p> <p>2. Сохранение и укрепление здоровья - понимание своего состояние -различение, понимание и выражение своих чувств при общении - одевание в соответствии с температурным режимом группового помещения -выполнение закаливающих процедур</p> <p>3. Формирование начальных представлений о ЗОЖ -знакомство с основными частями тела - представление о полезном питании и витаминах</p>	<p>4-5 лет, средняя группа</p>	<p>Обучающие игры по инициативе воспитателя (сюжетно-дидактические), развлечения</p>	<p>Дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал</p>	<p>Сюжетно-ролевые игры, рассматривание иллюстраций, игры на воздухе, с водой.</p>	<p>Беседы, консультации, родительские собрания, досуги, совместные мероприятия, мастер-классы, интернет общение.</p>

<p>1. Воспитание КГН: - умение беречь себя и своё тело - знание и применение общественных гигиенических правил - умения в культуре приёма пищи - умения пользования столовыми предметами</p> <p>2. Сохранение и укрепление здоровья - выражение своих чувств при общении - сопереживание - организация спортивных игр и упражнений - одевание в соответствии с температурным режимом группового помещения - выполнение закаливающих процедур</p> <p>3. Формирование начальных представлений о ЗОЖ - представление об особенностях функционирования человеческого организма - представление о важных составляющих ЗОЖ (питание, движение, сон, солнце, воздух)</p>	<p>5-6 лет, старшая группа</p>	<p>Обучающие игры (сюжетно-дидактические) развлечения, ОБЖ, минутка здоровья</p>	<p>Объяснение, показ, дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал, досуг.</p>	<p>Сюжетно-ролевые игры Игры на воздухе, с водой.</p>	<p>Беседы, консультации, родительские собрания, досуги, совместные мероприятия, мастер-классы, интернет общение</p>
<p>1. Воспитание КГН: - умение беречь себя и своё тело - знание и применение общественных гигиенических правил - умения в культуре приёма пищи - умения пользования столовыми предметами</p> <p>2. Сохранение и укрепление здоровья - организация спортивных игр и упражнений - одевание в соответствии с температурным режимом группового помещения - выполнение закаливающих процедур</p> <p>3. Формирование начальных представлений о ЗОЖ - представление об особенностях строения и функционирования человеческого организма - представление о рациональном питании</p>	<p>6-7 лет, подготовительная к школе группа</p>	<p>Дидактические игры, развлечения, ОБЖ, минутка здоровья</p>	<p>Объяснение, показ, дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал, досуг, театрализованные игры.</p>	<p>Сюжетно-ролевые игры Игры на воздухе, с водой.</p>	<p>Беседы, консультации, родительские собрания, досуги, совместные мероприятия, мастер-классы, интернет общение</p>

Формы работы с детьми.

Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей				
		2-группа раннего возраста	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурный занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 10	2 раза в неделю 15	2 раза в неделю 20	2 раза в неделю 25	2 раза в неделю 30
	б) на улице	1 раз в неделю 10	1 раз в неделю 15	1 раз в неделю 20	1 раз в неделю 25	1 раз в неделю 30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно	Ежедневно 5-6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 ежедневно в зависимости от вида содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 15	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30-45	1 раз в месяц 40
	б) физкультурный праздник	-	-	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

3.2.Расписание организованной образовательной деятельности по физической культуре.

Расписание занятий физической культурой в МБДОУ – детский сад №29 на 2022-2023 учебный год

группы общеразвивающей направленности	Дни недели				
	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
1 – вторая группа раннего возраста	Физ-ра в помещении 09.25-09.35	11.00-11.10 Физ-ра на улице		Физ-ра в помещении 09.25-09.35	
2 – вторая группа раннего возраста		Физ-ра в помещении 09.30-09.40	10.50-11.00 Физ-ра на улице		Физ-ра в помещении 09.30-09.40
4 - младшая	Физ-ра в помещении 09.00-09.15		Физ-ра в помещении 09.30-09.45		10.30-10.45 Физ-ра на улице
6 - младшая		Физ-ра в помещении 09.50-10.05	10.30-10.45 Физ-ра на улице	Физ-ра в помещении 09.00-09.15	
8 - средняя		Физ-ра в помещении 09.00-09.20		Физ-ра в помещении 09.45-10.05	10.55-11.15 Физ-ра на улице
9 - средняя	11.00-11.20 Физ-ра на улице		Физ-ра в помещении 09.00-09.20		Физ-ра в помещении 09.00-09.20
5 -старшая	Физ-ра в помещении 09.45-10.10		Физ-ра в помещении 09.55-10.20	11.00-11.25 Физ-ра на улице	
7 - старшая	11.30-11.55 Физ-ра на улице	Физ-ра в помещении 10.15-10.40		Физ-ра в помещении 10.15-10.40	
3 - подготовительная к школе	Физ-ра в помещении 10.20-10.50		Физ-ра в помещении 11.50-12.20		11.25-11.55 Физ-ра на улице
10 - подготовительная к школе		Физ-ра в помещении 11.50-12.20	11.10-11.40 Физ-ра на улице		Физ-ра в помещении 09.50-10.20

Утренняя гимнастика: по режимам возрастной группы

08.05-08.15 - старшие группы № 5 и № 7

08.20-08.30 - подготовительные группы № 3 и № 10

3.3.Перспективное планирование видов движений (в конце программы)

3.4.Перечень подвижных игр

Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Подвижные игры

С ходьбой и бегом. «Догони мяч!», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня!», «Воробышки и автомобиль», «Солнышко и дождик», «Птички летают», «Принеси предмет»

С ползанием. «Доползи до погремушки», «Проползи в воротца», «Не переползай линию!», «Обезьянки».

С бросанием и ловлей мяча. «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в воротца», «Целься точнее!».

С подпрыгиванием. «Мой веселый, звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Через ручеек».

На ориентировку в пространстве. «Где звенит?», «Найди флажок».

Движение под музыку и пение. «Поезд», «Зайка», «Флажок».

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

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

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

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

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

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

Вид движения	Цель игры	Название игры
Возрастная категория детей 4–5 года.		
Ходьба и бег	развивать умения бегать легко, реагировать на сигнал, обучать скоростным навыкам и ориентированию в пространстве, развивать умение согласовывать движения рук и ног при ходьбе и беге, развивать ловкость, реакцию на сигнал, закреплять умение энергичного бега и отталкивания носком.	«Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».
Прыжки	укреплять умение прыгать мягко, совершенствовать навыки развития речи, обучение прыжкам на высокую поверхность, обучение умению прыгать с продвижением.	«Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается», «Огуречик, огуречик»
ползание и лазание	закреплять умение ползать на четвереньках и развитие речи, обучать скоростным качествам и лазанию по гимнастической стенке, закреплять умения спускаться с гимнастической стенки.	«Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».
Бросание и ловля	закреплять умения ловить и бросать мяч, учить метать в горизонтальную цель, закреплять умения бросать мяч через сетку.	«Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

ориентировка в пространстве, внимание	Пробудить фантазию, поднять настроение, развить собранность, терпение, внимательность.	«Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Летает не летает»
Возрастная категория детей 5 – 6 года		
Ходьба и бег	развивать скорость бега, учить детей бегать наперегонки, развивать, умение ориентироваться в пространстве, и скорость бега, закреплять умение бегать по сигналу, закреплять умение бегать, энергично отталкиваясь от опоры.	«Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц». «Гори, гори ясно!»
Прыжки	укрепление мышечного аппарата стоп, развивать ловкость в прыжках, учить детей прыгать в длину, закреплять умение прыгать на мягкое покрытие с места, совершенствовать прыжки с места, мягко приземляться.	«Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы»
ползание и лазание	обучение навыков лазания, быстроты реакции, закреплять умение лезть по гимнастической стенке, не пропуская реек, совершенствовать умение ползать на четвереньках и умения ориентироваться в пространстве.	«Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».
Бросание и ловля	закреплять умение замах и бросок при метании, добиваться, активного движения кисти руки, развивать глазомер при метании в горизонтальную цель, развитие ловкости, быстроты реакции, внимания, закреплять умение бросать и ловить мяч.	Охотники и зайцы», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Школа мяча», «Мяч водящему», «Серсо». «Сбей кеглю», «Брось флажок»,
эстафеты	продолжать учить детей выполнять правила поведения в совместной игре.	Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».
С элементами соревнования	закреплять навыки перехода с пролета на пролет по гимнастической стенке, закрепить умения пролезать в обруч,	«Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?».

	развивать ловкость в прыжках.	
Возрастная категория детей 6 – 7 года		
Ходьба и бег	развивать умение ориентироваться в пространстве, бегать по сигналу, развивать общую выносливость, бегать по сигналу, совершенствовать быстроту реакции, скорость бега, развивать умение действовать быстро, ловко, совершенствовать навыки развития речи, скорость бега.	«Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка». «Гори, гори ясно!», лапта.
Прыжки	учить детей прыгать в длину, продолжать учить правильно отталкиваться, закреплять умение мягко приземляться.	«Лягушки и цапля», «Удочка», «Волк во рву».
С метанием и ловлей	закреплять умение метать в цель, совершенствовать метание в движущуюся цель, развивать ловкость, быстроту реакции, внимание, продолжать учить перебрасывать мяч друг другу	«Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».
ползание и лазание	совершенствовать навыки лазания по гимнастической стенке.	«Перелет птиц», «Ловля обезьян».
эстафеты	«Дорожка препятствий» цель: продолжать учить детей выполнять правила поведения в совместной игре.	«Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».
С элементами соревнования	продолжать учить перелезанию с пролета на пролет на гимнастической стенке, продолжать учить сочетать замах с броском при метании.	«Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

3.5. Перспективное планирование спортивного досуга и развлечений

месяца	Младшая группа 1-неделя месяца в 16-00	Средняя группа 2 – неделя месяца в 16- 00	Старшая группа 3 – неделя месяца в 16-00	Подготовительная группа 4 –неделя месяца в 16- 00
09	«В гости к нам пришел Петрушка»	«Здравствуй осень»	«На огороде»	«День здоровья»
10	«Котята»	«Большие деревья»	«Есть такая профессия».	«Путешествие на сказочную планету»
11	«Веселая прогулка»	«Карлсон и малыш»	«На морском берегу»	«Весёлые старты»
12	«В гости к елочке»	«Славный доктор Айболит»	«Мы мороза не боимся»	«День рождения бабушки Яги»
01	«Зимушка хрустальная»	«Храбрецы и удалцы»	«Весёлые старты»	«В лесу»
02	«В деревне у бабушки»	«В гостях у Матрёшки»	«День богатыря»	«23 февраля, красный день календаря»
03	«Воробушки пташки, серые рубашки»	«Моя мама - самая Спортивная»	«Аты – баты, мы солдаты»	«Мама, папа, я- спортивная семья»
04	«Дружат зайчики и белочки, дружат мальчики и девочки»	«На весенней полянке»	«Красный, жёлтый, зелёный»	«А ну-ка, девочки, ан-ка, мальчики!»
05	«Разноцветная полянка»	«Солнышко встречаем»	«Поход на лесную поляну»	«День Победы - праздник дедов»

Праздник (2раза в год): зимний - «День защитника отечества»;
 летний - «Здравствуй, лето!»

3.6. Материально-технические условия реализации Программы

3.6.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды (перечень спортивного оборудования: название, количество)

№	Название предмета.	Количества шт.	№	Название предмета.	Количества шт.
1	Флажки	34	26	Треугольники (из	6
2	Кубики пластмассовые.	30	27	картона)	5
3	Баскетбольное кольцо.	1	28	Кубики (из картона)	2
4	Волейбольная сетка.	1	29	Гантели.	2
5	Шведская стенка.	2	30	Летающие тарелки.	2
6	Ребристые доски.	3	31	Ленточки на палочках.	26
7	Скакалки (резиновые) (из ниток)	11 2	32	Ленточки на колечках.	26
8	Обручи.	26	33	Гимнастические маты.	4
9	Скамейки гимнастические.	3	34.	Туннель.	3
10	Дуги.	6	35	Бум.	2
11	Кегли.	30	36	Корзины	2
12	Мячи (большие).	10	37	Квадраты из иск. кожи	30
13	Мячи (средние).	14	38	(30x30)	
14	Мячи (маленькие).	21	39	Косички (веревочки)	50
15	Мячи (для метания).	20	40	Бубен	1
16	Мешочки для метания.	20	41	Баскетбольные мячи	3
17	Массажёры (мячи).	15	42	Куб большой 35x35	1
18	Гимнастические палки.	28	43	Куб средний 30x30	1
19	Канаты.	2	44	Куб маленький 20x20	1
20	Мячи с рожками.	6	45	Рупор	1
21	Набивные мячи (1кг)	3	45	Льжи	10
22	Конусы	5		Тренажеры:	
23	Кольца брасы	10	46	Беговая дорожка	2
24	Клюшки	3	47	Велотренажёр	2
25	Кирпичики (из картона)	10	48	Мини Твист	1
			49	Райдер	2
			50	Батут	1
			51		

3.6.2. Перечень основных программ, технологий и методик ОО «Физическое развитие»

Образовательная область	Название основной программы (автор, выходные данные)	Технологии и методики (автор, выходные данные)
<p>Физическое развитие</p>	<p>программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой, М., «Мозаика – Синтез», 2020 г.</p> <p>Э.Я. Степаненкова. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации для занятий с детьми 2 —7 лет. М.: 2005.</p>	<p>Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста. В. Фролов, Г. Юрко. М. 1983.</p> <p>Физкультурные занятия с детьми 3-4 года. Л.И Пензулаева. М. Мозаика-Синтез 2014г</p> <p>Физкультурные занятия с детьми 4-5 лет. Л.И Пензулаева. М. Мозаика-Синтез 2014г</p> <p>Физкультурные занятия с детьми 5-6 лет. Л.И Пензулаева. М. Мозаика-Синтез 2014г</p> <p>Физкультурные занятия с детьми 6-7 лет. Л.И Пензулаева. М.: Мозаика-Синтез 2014г.</p> <p>Детские подвижные игры народов СССР. М.; 1988.</p> <p>Мониторинг в детском саду. Научно-методическое пособие. – СПб.: «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010</p> <p>Малоподвижные игры и игровые упражнения Борисова М.М, М.: Мозаика-синтез 2014г.</p> <p>Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников Железнова Е.Р. СПб.: ООО «Издательство «Детство-пресс» 2013г.</p> <p>Сборник подвижных игр. Степаненкова Э.Я М.: Мозика-Синтез 2014г.</p> <p>Оздоровительная гим-ка для детей 3-7 лет. Л.И Пензулаева. М. Мозаика-Синтез, 2010г</p>

3.3 Перспективное планирование основных видов движений средней группы.

№	Умения	Квартал, месяц											
		I			II			III			IV		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Общеразвивающие упражнения с предметами и без них.													
1.	Упражнения для рук и плечевого пояса.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
2.	Упражнения для ног.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3.	Упражнения для туловища.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Упражнения в ходьбе.													
1.	Ходьба обычная в колонне.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
2.	Ходьба на носках, на пятках.	+					+	+					
3.	Ходьба с высоким подниманием колена.				+	+	+				+		+
4.	Ходьба с выполнением заданий.	+	+	+	+	+		+	+			+	+
5.	Ходьба «змейкой»		+						+	+	+		+
Упражнения в беге.													
1.	Обычный бег.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
2.	Бег, меня движения по сигналу.	+	+	+			+		+				
3.	Бег в разных направлениях с остановками.			+	+	+							
4.	Бег по прямой и змейкой.	+				+		+	+			+	
5.	Бег с ловлей и увертыванием.					+	+	+			+		+
6.	Челночный бег.		+								+		
7.	Бег в быстром темпе (10м.), (30м).	+									+		+
8.	Бег в медленном темпе (50-60сек.)											+	+
№	Умения	Квартал, месяц											
		I			II			III			IV		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Упражнения в прыжках.													
1.	Подпрыгивания на двух ногах.	+	+	+	+	+	+						
2.	Прыжок вверх с касанием предмета.					+	+						
3.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед.	+	+		+						+		
4.	Прыжок в длину с места.	+									+		+
5.	Прыжки из кружка в кружок.		+	+							+		+
6.	Прыжки с короткой скакалкой.								+	+			
7.	Прыжок через предмет высотой 5-10см.							+	+				
8.	Прыжки с высоты.							+				+	
9.	Прыжки на одной ноге.		+					+					
Упражнения в катании, бросании, ловле.													

1.	Прокатывание мячей друг другу (диаметр 20-25см.), шариков (расстояние 1,5м).	+	+	+									+	
2.	Прокатывание обручей друг другу.	+	+											
3.	Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствие.						+	+						
4.	Бросание мяча о землю и вверх 2-3раза подряд, стараясь поймать его.			+	+									
5.	Отбивание мяча об пол на месте правой, левой рукой.				+	+								
6.	Метание в горизонтальную цель одной рукой.	+				+	+		+	+				
7.	Бросания предметов вдаль правой и левой рукой с расстояния 2.5- 5м.							+	+		+		+	
8.	Бросание в вертикальную цель сверху правой и левой рукой с расстояния 1- 1.5м.									+				+

Упражнения в ползании, лазанье.

1.	Ползание на четвереньках между предметами, вокруг них.	+												
2.	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.		+											
3.	Подлезание под предметы дуги, обручи, верёвки (высотой 40-50см.)			+							+	+	+	
4.	Перелезание через бревно.					+								
5.	Влезание на гимнастическую стенку и спускание с неё.							+	+					
6.	Лазанье по лесенке-стремянке и спускаться с неё.									+		+		
7.	Подлезание на четвереньках под верёвку, дугу (высота 40-50см).				+									
8.	Проползание по прямой не менее 6м.						+							

Упражнения на равновесии.

1.	Ходьба с перешагиванием через предметы			+					+	+	+			
2.	Ходьба по шнуру.	+	+											
3.	Ходьба и бег по наклонной доске.					+	+							
4.	Ходьба по гимнастической скамейке или доске.		+	+	+		+	+				+	+	
5.	Ходьба по гимнастическому буму.							+						
6.	Ходьба по бревну.								+	+				
7.	Кружение в обе стороны.										+		+	

Строевые упражнения.

1.	Уметь строится в круг, колонну, в шеренгу.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
2.	Размыкаться и смыкаться обычным шагом.			+	+	+			+		+		+	
3.	Повороты, на месте, переступая.						+	+	+	+	+	+	+	
4.	Перестроение из колонны по одному, в колонну по два с места за направляющим по ориентиру.		+	+	+	+	+	+	+	+	+			

№	Умения	I			II			III			IV		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Спортивные упражнения.													
1.	Катание на санках с невысоких гор.				+	+	+						
2.	Скольжение по ледяной дорожке с поддержкой				+	+	+						
3.	Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом				+	+	+						
4.	Выполнять повороты на месте с переступанием (на лыжах).				+	+	+						
Подвижные игры и игровые упражнения.													
1.	Игры с бегом.	+	+	+	+	+		+	+	+		+	+
2.	Игры с подпрыгиванием и прыжками.		+			+					+	+	
3.	Игры с ползанием и лазаньем			+	+		+	+	+				
4.	Игры с бросанием и ловлей	+		+			+	+		+	+	+	
5.	Игры на ориентировку в пространстве.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

**Перспективное планирование основных видов движений
старшей группы.**

№	Умения	Квартал, месяц											
		I			II			III			IV		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Общеразвивающие упражнения с предметами и без них.													
1.	Упражнения для рук и плечевого пояса.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
2.	Упражнения для рук.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3.	Упражнения для туловища.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
4.	Построение и перестроение.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Упражнения в беге.													
1.	Бег с заданием.	+	+	+	+		+	+	+	+			
2.	Бег с высоким подниманием коленей	+		+	+	+		+					
3.	Бег «змейкой»		+			+		+	+				
4.	Бег со средней скоростью 40-60м.								+		+		
5.	Бег между расставленными предметами.						+					+	+
6.	Бег приставным шагом левым, правым боком.						+		+				
7.	Бег в быстром темпе (10м), (30м).	+		+				+		+	+	+	+
8.	Бег по сигналу остановка.	+	+	+		+	+		+	+			
9.	Бег с преодолением препятствия.		+		+	+		+		+			
10.	Челночный бег 3-раз по 10м.		+							+	+	+	+
Упражнения в ходьбе.													

1.	Обычная ходьба	+	+	+	+		+	+	+	+			
2.	Ходьба на носках, на пятках.	+	+	+			+	+			+	+	+
3.	Ходьба приставным шагом в сторону, вперёд, назад.		+				+		+				
4.	Ходьба с различными положениями рук: на поясе, в стороны, за спину.	+					+	+			+	+	+
5.	Ходьба с высоким подниманием колена.				+		+				+	+	+
6.	Ходьба в чередовании с другими движениями.		+	+	+	+	+	+	+	+			
Упражнения в прыжках.													
1.	Прыжки на двух ногах (в разминке).	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
2.	Прыжки через предметы.		+	+			+	+			+		
3.	Прыжки на мягкое покрытие с высоты 20см.				+		+					+	+
4.	Прыжки в длину с места.						+	+				+	+
5.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.	+		+									
6.	Прыжок вверх с касанием предмета рукой.								+				
7.	Прыжки в длину с разбега.	+									+	+	
Упражнения в прокатывании, бросании, метании.													
1.	Подбрасывание мяча вверх, вниз и ловля его двумя руками.	+		+									
2.	Перебрасывание мяча друг другу.		+	+	+		+	+			+		+
3.	Метание правой, левой рукой в горизонтальную, вертикальную цель.		+				+				+	+	+
4.	Отбивание мяча о землю правой, левой рукой.		+					+	+				
5.	Прокатывание мячей.								+				
6.	Метание малого мяча на дальность.	+									+	+	
Упражнения в ползании, лазанье.													
1.	Ползание на четвереньках.	+	+										
2.	Лазанье по гимнастической стенке.		+	+							+		
3.	Ползание по гимнастической скамейке (на животе), подтягиваясь на руках.			+	+								
4.	Подлезание под предметы правым и левым боком вперёд.				+	+				+			
5.	Ползание попластунски.						+	+					
6.	Из вися на гимнастической стенке держать прямой угол ногами.							+	+				
Упражнения на равновесие.													
1.	Ходьба по гимнастической скамейке.	+					+	+	+		+		
2.	Ходьба по верёвке.		+										
3.	Легкий бег по гимнастической скамейке.			+								+	+
4.	Ходьба по гимнастической скамейке, бросая мяч, то справа, то слева о землю и ловля его двумя руками.				+								
5.	Ходьба по гимнастической скамейке, раскладывая и собирая мелкие предметы						+	+					
6.	Прыжки на двух ногах по гимнастической скамейке.									+			
7.	Кружение в обе стороны.											+	
Подвижные игры.													
1.	С бегом.			+	+	+	+	+	+	+		+	+

2.	С прыжками.		+	+	+			+			+	+	+
3.	С ползанием и лазаньем.	+		+		+		+			+	+	+
4.	С метанием.	+	+	+	+		+	+			+	+	+
5.	Эстафеты, игры на ориентировку в пространстве.	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Спортивные упражнения.													
1.	Катание на санках.				+	+	+						
2.	Ходьба на лыжах.				+	+	+						
Элементы спортивных игр.													
1	Элементы футбола.						+						
2	Элементы баскетбола.			+	+			+	+				
3.	Элементы пионербола.						+	+				+	+

**Перспективное планирование основных движений
подготовительной группы.**

№	Умения	Квартал, месяц											
		I			II			III			IV		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Общеразвивающие упражнения с предметами и без них.													
1.	Упражнения для рук и плечевого пояса.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
2.	Упражнения для рук.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3.	Упражнения для туловища.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
4.	Построение и перестроение.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Упражнения в ходьбе.													
1.	Ходьба с изменением положения рук.	+		+		+			+				
2.	Ходьба разными способами: в полуприседе, перекатом с пятки на носок, с высоким подниманием колена, широким и мелким шагом.		+	+	+		+	+	+	+			
3.	Ходьба на носках, на пятках.	+	+				+	+		+			
4.	Ходьба приставным (скрестным) шагом в одну и другую сторону.							+	+	+		+	+
5.	Ходьба по сигналу.	+	+	+	+		+	+	+	+			
6.	Ходьба в колонне по одному, парами, по кругу, не держась за руки.		+	+		+			+				
7.	Ходьба «змейкой».				+						+	+	+
8.	Ходьба через предметы.		+				+						

№	Умения	I			II			III			IV		
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Упражнения в ползании, лазанье.													
1.	Пролезание в обруч правым и левым боком (под дуги).	+				+	+	+					
2.	Ползание на высоких четвереньках по гимнастической скамейке.	+	+								+	+	+
3.	Упражнения на шведской стенке.		+						+				
4.	Ползание по гимнастической скамейке на животе, на спине подтягиваясь руками.			+	+								
5.	Ползание по пластунски.				+	+	+				+	+	+
6.	Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа, перелезание с пролёта на пролёт по диагонали.					+		+			+	+	+
7.	Попытки лазанья по канату.									+			
Упражнения на равновесие.													
1.	Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом.	+		+					+				
2.	Ходьба по гим-кой скамейке (с заданием).	+			+	+	+	+	+				
3.	Ходьба по ребристой доске (мешочек с песком на голове)		+	+									
4.	Вбегание и сбегание по наклонной доске на носках.					+						+	+
5.	Ходьба по гим-кой скамейке перешагивая предметы.	+					+			+	+		
6.	Ходьба по веревке прямо и боком.						+						
7.	Ходьба по гим-кой скамейке, на середине выполнить «ласточку».								+	+	+		
8.	Кружение с закрытыми глазами.										+	+	+
Спортивные упражнения.													
1.	Катание на санках.				+	+	+						
2.	Катание на лыжах.				+	+	+						
Элементы спортивных игр.													
1.	баскетбола			+							+	+	+
2.	футбола		+			+							
3.	тенниса								+				
№	Умения	Квартал, месяц											
		I			II			III			IV		

