

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «ГУСЕЛЬКИ» Г. ВОЛГОДОНСКА  
(МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска)

СОГЛАСОВАНА:  
на заседании педагогического совета  
МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска  
Протокол № 1 от 31.08.2020 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ ДС «Гусельки»  
г. Волгодонска  
М.Н. Шаповалова  
приказ № 155 от 31.08.2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ГРУПП ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
НА 2020 – 2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Возраст обучающихся от 3 до 8 лет  
Срок реализации 1 год

Составил:  
инструктор по физической культуре  
Чикаидзе Т.Н.:

Волгодонск  
2020 г.

## ОГЛАВЛЕНИЕ:

<b>I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	4
<b><i>1. Обязательная часть программы</i></b>	
1.1.1. Пояснительная записка	4
1.1.2. Значимые характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста	8
1.1.3. Планируемые результаты освоения программы	14
1.1.4. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по программе	17
<b><i>2. Часть программы, формируемая участниками образовательного процесса</i></b>	19
1.2.1. Пояснительная записка	19
1.2.2. Цели и задачи парциальных программ	20
1.2.3. Принципы и подходы к формированию парциальных программ	21
1.2.4. Особенности осуществления образовательного процесса, а также планируемые результаты освоения парциальных программ	23
<b>II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	36
<b><i>1. Обязательная часть программы</i></b>	
2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребёнка, представленными в пяти образовательных областях	36
2.1.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации программы	57
2.1.3. Формы, способы, методы и средства реализации программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов	61
2.1.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	66
2.1.5. Способы и направления детской инициативы	68
2.1.6. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	70
2.1.7. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушения развития детей	71
2.1.8. Система физкультурно-оздоровительной работы	76
2.1.9. Иные характеристики содержания образовательной программы, наиболее существенные с точки зрения авторов	79

<b><i>2. Часть программы, формируемая участниками образовательного процесса</i></b>	82
2.2.1. Региональный компонент	82
2.2.2. Приоритетное направление деятельности МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска	83
2.2.3. Дополнительное образование	86
2.2.4. Традиции МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска	87
2.2.5. Взаимодействие МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска с социальными партнёрами	88
2.2.6. Организация работы группы кратковременного пребывания	90
<b>III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	91
<b><i>1. Обязательная часть программы</i></b>	
3.1.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие детей	91
3.1.2. Описание материально-технического обеспечения программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения воспитанников	94
3.1.3. Организация развивающей предметно-пространственной среды	95
3.1.4. Распорядок и режим дня	97
3.1.5. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	99
<b><i>2. Часть программы, формируемая участниками образовательного процесса</i></b>	105
3.2.1. Методическая литература, позволяющая ознакомиться с содержанием парциальных программ, методик, форм организации образовательной работы	105
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b>	108

## **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### *1. Обязательная часть программы*

#### **1.1.1. Пояснительная записка**

Основная образовательная программа по физическому развитию разработана в соответствии ФГОС ДО, Примерной основной образовательной программы дошкольного образования.

Основные положения сконструированы на материалах инновационной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – М.: Мозаика – Синтез, 2020г. и парциальной авторской программы доктора педагогических наук Н.Н.Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». Таганрог 2013г.

Программа разработана инструктором по физической культуре МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска. В Программе учтены образовательные потребности и запросы родителей (законных представителей) воспитанников, региональный компонент, особенности образовательного учреждения. В Программе определены цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организация физического развития на ступени дошкольного образования.

Нормативно-правовой базой для разработки Программы являются:

- Конвенция ООН о правах ребенка;
- Конституция РФ;
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155);
- Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении СанПиН» 2.4.3049-13);

Программа сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования). Строится на принципе единства развития, воспитания и образования. Развитие ребенка, его воспитание и образование не могут рассматриваться как

изолированные друг от друга процессы. Образование является всеобщей формой детского развития.

Программа ориентирована на: развитие личности каждого ребенка, учет индивидуальных особенностей детей, обеспечение эмоционального благополучия, заботу о сохранении и укреплении здоровья детей, формирование представлений о здоровом образе жизни, потребности к двигательной активности.

Особенностями Программы являются следующие аспекты: патриотическая направленность, воспитание в детях любви к Родине, формирование традиционных гендерных представлений, направленность на дальнейшее образование.

Приоритет программы – воспитание свободного, уверенного в себе человека, с активной жизненной позицией, который стремится творчески подходить к решению различных жизненных ситуаций, имеющего свое мнение и умеющего его отстаивать.

Образовательная программа разработана для освоения детьми в возрасте от 1,5 до 8 лет в группах общеразвивающей направленности и группах компенсирующей направленности (для детей с общим недоразвитием речи).

#### **Цели и задачи программы**

Основной целью реализации основной образовательной программы дошкольного образования является – воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций.

Общая цель программы раскрывается и конкретизируется через цели образовательной работы в конкретной возрастной группе. Каждая цель раскрывается через систему задач:

Цели	Задачи
Сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников и формирование привычки к здоровому образу жизни	Обеспечивать охрану здоровья
	Способствовать физическому развитию
	Способствовать физиологическому развитию
	Формировать основы здорового образа жизни
Способствование своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребенка	Способствовать становлению <b>ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>
	Способствовать становлению <b>СОЗНАНИЯ</b>
	Закладывать основы <b>ЛИЧНОСТИ</b>
Обеспечение каждому ребенку возможности радостно и содержательно	Создавать атмосферу эмоционального комфорта
	Создавать условия для творческого

прожить дошкольного детства	период	самовыражения
		Создавать условия для участия родителей в жизни каждой группы и ДООУ в целом
		Создавать общие события жизни группы

Отдельно выделена задача **формирования школьной зрелости**, которая решается в программе комплексно. Она включает в себя:

- развитие коммуникативных навыков;
- формирование навыков самообслуживания;
- знакомство с основами безопасности жизнедеятельности;
- развитие речи;
- развитие произвольности, умения управлять своим поведением, подчиняться правилу, работать по образцу и по словесной инструкции;
- специальную подготовку, включающую формирование элементарных математических представлений, развитие начал логического мышления, подготовку к обучению грамоте и познавательное развитие.

Программа позволяет ориентировать педагогов именно на **целостное содействие его развитию**, а не на организацию образовательной работы по отдельным направлениям.

При реализации Программы учитываются «Семь золотых **принципов** дошкольной педагогики»:

- Принцип зоны ближайшего развития (збр). Обучение в рамках Программы — это развивающее обучение в зоне ближайшего развития ребенка. оно определяется со- держанием предлагаемых взрослым задач, которые ребенок еще не может решить самостоятельно, но способен выполнить в совместной с взрослым деятельности. Развитие в рамках Программы выступает как важнейший результат успешности воспитания и обучения детей.

- Принцип культуросообразности. Воспитание и обучение ребенка должно строиться на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, а один из главных критериев отбора программного мате- риала - его воспитательная ценность.

- Деятельностный подход. Обучение должно строиться на базе характерных для дошкольного возраста видах деятельности. Ребенок развивается тогда, когда он является активным участником, субъектом процесса обучения, занимается важным и интересным для него делом.

- Принцип периодизация развития. Программа дошкольного образования должна строиться с учетом возрастных возможностей детей с опорой на ведущий вид деятельности.

- Амплификация детского развития. Признавая уникальность дошкольного детства, как важнейшего этапа в общем развитии человека, необходимо ориентироваться на обеспечение предельно полного проживания

детьми дошкольного детства как самоценного, значимого самого по себе этапа жизни каждого ребенка. Работа в Программе ведется по линии обогащения (амплификации) детского развития, т. е. избегая искусственного ускорения или замедления социальной ситуации развития ребенка, максимально насыщается специфическими для дошкольного возраста видами активности, среди которых особая роль отводится игре как ведущему виду деятельности.

- Принцип развивающего обучения. Педагог в своей работе стремится сделать обучение развивающим, то есть направленным не столько на накопление знаний, сколько на развитие умения думать, рассуждать, вступать в диалог, отстаивать свою точку зрения.

- Пространство детской реализации (Пдр). Создание ПДР (пространство детской реализации) - необходимое условие развития индивидуальности и формирования личности ребенка. Педагог должен уметь поддерживать инициативу ребенка на всех этапах, во всех видах деятельности.

### **Подходы к формированию Образовательной программы:**

- **культурно-исторический подход** определяет развитие ребенка как «процесс формирования человека или личности, совершающийся путем возникновения на каждой ступени новых качеств, специфических для человека, подготовленных всем предшествующим ходом развития, но не содержащихся в готовом виде на более ранних ступенях» (Л.С. Выготский);

- **личностный подход** исходит из положения, что в основе развития лежит, прежде всего, эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности поведения. Поступательное развитие ребенка главным образом происходит за счет его личностного развития. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность мотивируется в основном непосредственными мотивами. Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие;

- **деятельностный подход** рассматривает деятельность наравне с обучением как движущую силу психического развития ребенка. В каждом возрасте существует своя ведущая деятельность, внутри которой возникают новые виды деятельности, развиваются (перестраиваются) психические процессы и возникают личностные новообразования.

Обязательная часть образовательной программы полностью соответствует инновационной программе дошкольного образования «От рождения до школы» и ряда реализуемых парциальных программ.

### 1.1.2. Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста.

Основными участниками реализации программы являются: дети дошкольного возраста, родители (законные представители), педагоги. Образовательная программа МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска предусмотрена для детей с 4 до 8 лет, 6 групп общеразвивающей направленности, 2 группы компенсирующей направленности для детей с ТНР, 1 группа кратковременного пребывания детей – функционирующая на базе группы раннего возраста. Общее количество воспитанников 180.

№ п/п	№ и направленность группы, возрастная категория детей	Количество детей
1	№3 средняя группа общеразвивающей направленности для детей 4-5 лет	30
2	№5 средняя группа общеразвивающей направленности для детей 4-5 лет	28
3	№10 старшая группа общеразвивающей направленности для детей 5-6 лет	24
4	№8 старшая группа общеразвивающей направленности для детей 5-6 лет	22
5	№4 старшая группа компенсирующей направленности для детей с нарушением речи 5-6 лет	12
6	№7 подготовительная к школе группа общеразвивающей направленности для детей 6-7 лет	27
7	№6 подготовительная к школе группа общеразвивающей направленности для детей 6-7 лет	23
8	№9 подготовительная к школе группа компенсирующей направленности для детей с нарушением речи 6-7 лет	15
9	№11 группа кратковременного пребывания для детей от 2 мес. до 8 лет	0
Итого:		181

Физическое развитие направлено на сохранение и укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость), приобщение к спортивным и подвижным играм, развитие интереса к спорту; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек.



## **Возрастные особенности развития детей 3-4 года**

Дети данного возраста непосредственно эмоциональны, легко переключаемы, зависимы от своего физического состояния. Продолжают развиваться и совершенствоваться различные органы чувств, увеличивается острота зрения и способность цветоразличения. Способность управлять своим вниманием невелика, устойчивость внимания возрастает, но зависит от степени заинтересованности ребёнка. Процессы памяти остаются произвольными. Речь детей в этом возрасте остаётся ситуативной и диалогической, но становится более сложной и развёрнутой. Мышление носит наглядно-образный характер. Трёхлетний ребёнок неутомимый деятель, способный уже представить себе результат, добиться его, и даже оценить. Возрастает интерес к средствам и способам практических действий, происходит становление ручной умелости. Возрастает стремление к самостоятельности, желание прийти на помощь, начинают проявляться индивидуальные симпатии. Ведущий тип общения – ситуативно-деловой. Основная самостоятельная деятельность – игра. В период от 2,5 до 3,5 лет ребёнок переживает так называемый кризис 3 лет. Он начинает осознавать себя отдельным человеческим существом, имеющим собственную волю. Его поведение — чередой «я хочу!» и «я не хочу!». «Я буду!» и «я не буду!». Дети данного возраста требуют уважения к себе, своим намерениям и воле. Их упрямство имеет целью продемонстрировать окружающим, что эта воля у них есть.

### **Физическое развитие.**

В этом возрасте костная система сохраняет хрящевое строение в определенных местах (особенно кисти, берцовые кости, некоторые части позвоночника), что легко может вызвать искривления при неправильных позах. Предметом особого внимания в этом возрасте должна служить тяжелая походка (на всю стопу), боковое раскачивание тела, полусогнутые ноги, опускание головы, неравномерность длины шагов. Основной вид деятельности - игра. Дети получают от игры огромное удовольствие, легко вживаются в образ. Но игра в основном индивидуальна, каждый играет сам, результат действия их мало интересует. Собственное «Я» на первом месте, каждый хочет показать себя, поглощен самим процессом движения. Анализировать свои действия они не умеют, делают упражнения плохо, вразброд. Внимание у них еще крайне неустойчиво, повышена эмоциональная возбудимость, волевых усилий в выполнении упражнений почти нет. Высокая роль подражания и плохое восприятие словесной информации. Все надо показать. Дыхание малышей еще поверхностное. Необходим большой индивидуальный подход к каждому ребенку, приучать к словесным пояснениям.

## **Возрастные особенности развития детей 4–5 лет**

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. Совершенствуется ориентация в пространстве. Возрастает объем памяти. Начинает развиваться образное мышление. Продолжает развиваться воображение. 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.

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. 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 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.

### **Физическое развитие.**

Накопление мышечной силы, выносливости, усиление подвижности. Хрящевинными остаются части костей кисти, стопы. Дети ещё не могут выполнять мелкие и точные движения. Однако движения тела уже

достаточно координированы, точны. У них возросла работоспособность, способность сохранять нужную позу. Возросла сила конечностей. Походка стала правильнее, но руки недостаточно энергичны. Многие еще сутулятся, но голову опускают меньше. Шаг становится равномернее. Наряду с показом упражнения дети уже способны воспринимать и словесные пояснения. Внимание остаётся ещё в основном не произвольным. Однако возможность направлять его путём словесного указания взрослого резко возрастает. Переключение внимания с помощью словесной инструкции ещё требует повторения, хотя к концу этого возраста уже в половине случаев оно может происходить по первому требованию. Увеличивается и объём внимания, в среднем до двух объектов. Устойчивость внимания в целом увеличивается примерно в полтора-два раза. Зависимость от интереса по-прежнему сохраняется. Дети не так быстро и резко утомляются. Психически они становятся более выносливыми, это связано, в том числе и с возрастающей физической выносливостью. Их настроение меньше зависит от состояния организма и значительно более стабильно. Хорошо воспринимают музыкальное сопровождение. К 4 годам игра по-прежнему остается главным видом деятельности. Дети этого возраста упражнения делают согласованно, они получают удовлетворения от красоты движения, умеют анализировать движение, охотно включаются игры – соревнования. Очень дети отзывчивы на похвалу. Надо поощрять самостоятельность, настойчивость, волевые качества

### **Возрастные особенности развития детей 5-6 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».

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. 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 непроизвольного 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. 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.

#### **Физическое развитие.**

Продолжается рост тела, окостенение. Скелет в основном крепок, можно давать больше упражнений для развития силы. Усилен рост ног. Руки и ноги окрепли, а пальцы рук более подвижны. Возросли у них и координация движений, их точность. У некоторых детей встречается импульсивный характер движений, стремления обратить внимания на себя. Хорошо координирована походка, отсутствуют лишние движения. Действия их уже подконтрольны сознанию и могут регулировать силу упражнений, подчинять их своей воле. Дети уже интересуются: почему надо выполнять упражнения так, а не иначе, понимают их пользу. Связь между способом выполнения упражнения и конечным результатом. Они более настойчивы в преодолении трудностей, многократно повторяют упражнения. Дети могут уже работать дружно, хорошо понимают команду, сохраняют пространственную ориентацию, более организованы и дисциплинированы. Умеют анализировать свои успехи и успехи других, даже стремятся помогать друг другу. Многие из них выполняют упражнения дома по своей инициативе – их уже привлекает результат упражнений. В старшем дошкольном возрасте дети начинают осваивать игры с правилами. Эти игры имеют большое значение для преодоления инфантильности и эгоцентризма. Подвижные игры требуют от ребёнка не только подчинения своего поведения внешней норме — правилу, но и умения проигрывать, признавать поражение и мириться с ним, что для многих детей поначалу представляет большую психологическую трудность.

## **Возрастные особенности развития детей 6-7 лет**

Совершенствуется способность контролировать проявления непосредственных эмоциональных реакций, произвольность восприятия. Развивается система устойчивых чувств и отношений; формируется произвольность памяти и внимания и способность ими управлять. Семилетки практически овладевают всеми сторонами родного языка: звуковым составом, словарём, грамматическим строем речи, способны понимать и употреблять новые слова их формы и сочетания. К концу дошкольного детства у детей формируется первичный целостный образ мира, предпосылки учебной деятельности. В сознании благоприятно развивается рефлексия – способность осознавать и отдавать себе отчёт в своих целях, способах их достижения, полученных результатах, переживаниях, чувствах и побуждениях. Развитие личности характеризуется формированием дифференцированного отношения к сверстникам и взрослым, появляется стремление к самосовершенствованию, овладевают навыками совместной деятельности, понимают её преимущества. Начинают относиться к взрослому, как к безусловному авторитету.

### **Физическое развитие.**

Продолжается рост тела, окостенение. Тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Руки и ноги окрепли, а пальцы рук более подвижны. Возросли у них и координация движений, их точность. В этом возрасте дети могут совершать длительные прогулки, долго бегать, прыгать без большого утомления. Этому способствует развитие крупной и мелкой мускулатуры. У некоторых детей встречается импульсивный характер движений, стремления обратить внимания на себя. Хорошо координирована походка, отсутствуют лишние движения. Действия их уже подконтрольны сознанию и могут регулировать силу упражнений, подчинять их своей воле. Дети уже интересуются, почему надо выполнять упражнения так, а не иначе, понимают их пользу. Они более настойчивы в преодолении трудностей, многократно повторяют упражнения. Дети могут уже работать дружно, хорошо понимают команду, сохраняют пространственную ориентацию, более организованы и дисциплинированы. Умеют анализировать свои успехи и успехи других, даже стремятся помогать друг другу. Многие из них выполняют упражнения дома по своей инициативе – их уже привлекает результат упражнений. В этом дошкольном возрасте дети начинают осваивать игры с правилами. Эти игры имеют большое значение для преодоления инфантильности и эгоцентризма. Подвижные игры требуют от ребёнка не только подчинения своего поведения внешней норме — правилу, но и умения проигрывать, признавать поражение и мириться с ним, что для многих детей поначалу представляет большую психологическую трудность. Совершенствуется произвольность восприятия. Оно становится самостоятельным процессом. Ребёнок может произвольно ставить перед собой задачи на восприятие и использовать для этого специфические приёмы.

### 1.1.3. Планируемые результаты освоения программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы обусловлены требованиями ФГОС ДО к результатам освоения основной образовательной программы дошкольного образования, и представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные, возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

К целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка, как целевые ориентиры для педагогов и родителей, обозначающие направленность воспитательной деятельности взрослых.

В соответствии с ФГОС ДО ожидаемые образовательные результаты (целевые ориентиры) не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников, педагоги не должны требовать от детей достижения конкретных образовательных результатов. Но этот факт вовсе не отменяет необходимости для самого педагога удерживать ожидаемые образовательные результаты именно как целевые ориентиры, задающие вектор работы с детьми.

Учитывая общие рекомендации данного раздела инновационной программы «От рождения до школы» ожидаемые результаты следует подразделять на итоговые и промежуточные.

Возраст	Ожидаемые результаты
3-4 года	Действовать совместно в подвижных играх и физических упражнениях, согласовывать движения; Ползать на четвереньках; Катать мяч в заданном направлении, С расстояния 1,5 м, бросать мяч от груди двумя руками, из-за головы, бросать мячом о пол, бросать его вверх и ловить 2-3 раза подряд; метать предметы правой и левой рукой на расстояние 3 м и более. Ходить прямо не шаркая ногами, сохраняя заданное направление; Сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы; Лазать по лесенке-стремянке,

	<p>гимнастической стенке произвольным способом; Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога; Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места на расстояние 40см и более. Пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время. Сформированы начальные представления о здоровом образе жизни: понимание необходимости соблюдения правил личной гигиены. Уметь самостоятельно выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры (регулярно мыть руки, чистить зубы).</p>
<p style="text-align: center;"><b>4-5 лет</b></p>	<p>Принимать правильное исходное положение при метании; Отбивать мяч о землю пол 5 раз и более, ловить мяч с расстояния 5м и более; строиться и передвигаться в колонне по одному, в круг, шегренгу. Ориентироваться в пространстве, находить левую и правую стороны; Выполняя упражнения, демонстрировать выразительность, плавность, грациозность, пластичность движений. Пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время. Сформированы представления о здоровом образе жизни: правильном питании, пользе закаливания, пользе утренней гимнастики, физических упражнений, соблюдения правил личной гигиены (мыть руки с мылом, пользоваться расчёской, носовым платком, прикрывать рот при кашле). Соблюдать элементарные правила во время еды (правильно пользоваться столовыми приборами, салфеткой, полоскать рот после еды), умывания;</p>

	сформированы понятия «здоровье», «болезнь».
<b>5-6лет</b>	<p>Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие; ходьбу легко, ритмично, сохраняя правильную осанку</p> <p>Лазать по гимнастической стенке с изменением темпа; прыгать в длину с места на расстояние не менее 80 см, в высоту с разбега на высоту 40см, через длинную скакалку; кататься на самокате; участвовать в подвижных играх, в физических упражнениях и упражнения с элементами спортивных игр, с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p>Пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.</p> <p>Сформированы представления о здоровом образе жизни: навыки опрятности (замечать беспорядок в одежде, устранять его при помощи взрослого) соблюдать правила личной гигиены (самостоятельно чистить зубы, мыть руки с мылом, пользоваться расчёской, носовым платком, прикрывать рот при кашле).</p> <p>Элементарные представления о ценности здоровья, необходимости соблюдения правил личной гигиены в повседневной жизни, начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон,) и факторах, разрушающих здоровье. Представления о пользе утренней гимнастики, физических упражнений.</p>
	Правильно выполнять все виды основных движений, мягко приземляться на мягкое покрытие в прыжках с высоты 40см; прыгать в



<b>6-7лет</b>	<p>длину с места на расстояние 100см, с разбега -180см, в высоту-50см; перебрасывать набивной мяч вес 1кг, бросать предметы в цель из разных исходных положений, метать предметы в движущуюся цель;</p> <p>Соблюдать интервалы во время передвижения; выполнять физические упражнения из разных и.п. чётко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;</p> <p>Следить за правильной осанкой; участвовать в подвижных играх, в физических упражнениях и упражнения с элементами спортивных игр, с элементами соревнования, играх-эстафетах.</p> <p>Элементарные представления о ценности здоровья, необходимости соблюдения правил личной гигиены в повседневной жизни, начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон,) и факторах, разрушающих здоровье. Представления о пользе утренней гимнастики, физических упражнений и видах закаливающих процедур (солнце, воздух и вода), влиянии их на здоровье, потребность в двигательной активности, полезные привычки.</p>
---------------	--

#### **1.1.4. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по Программе**

Оценивание качества образовательной деятельности представляет собой важную составную часть данной образовательной деятельности, направленную на ее усовершенствование. И в первую очередь на оценивание созданных в дошкольном учреждении условий в процессе образовательной деятельности, на основе достижения детьми планируемых результатов освоения Программы.

При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

При реализации образовательной программы педагогическими работниками проводится оценка индивидуального развития детей в рамках педагогической диагностики (мониторинга). Цель педагогической диагностики - оценка эффективности педагогических действий и условий и их дальнейшее планирование на основе полученных результатов.

Согласно п.4.3 федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, целевые ориентиры собой социально-нормативные (возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на этапе завершения уровня дошкольного образования) не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), а также не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями ребёнка.

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

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

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

Мониторинг осуществляется в форме регулярных наблюдений педагога за детьми в повседневной жизни и в процессе непосредственно образовательной деятельности с ними.

Мониторинг в форме наблюдения проводится на протяжении всего учебного года во всех возрастных группах. Промежуточные и итоговые результаты индивидуального развития ребёнка подводятся в сентябре и мае. Выявленные показатели развития каждого ребёнка фиксируются педагогом в «Карте индивидуального развития».

Фиксация показателей развития выражается в словесной опосредованной форме:

- испытывает затруднения;
- соответствует норме;
- превышает норму

В качестве показателей оценки развития личности ребёнка, выделены внешние (наблюдаемые) проявления у него в поведении, деятельности,

взаимодействия со сверстниками и взрослыми, которые отражают его развитие на каждом возрастном этапе и, следовательно, на протяжении всего дошкольного возраста.

**При трактовке результатов** педагогической диагностики педагоги отмечают: обладает ли конкретный ребенок большинством навыков или имеет представления по определенному направлению развития или образовательной области, характерных для его возрастной группы. Если ребенок не обладает большинством сформированных критериев, то это может быть ввиду особенностей его развития.

## ***2. Часть программы, формируемая участникам образовательного процесса***

### **1.2.1. Пояснительная записка**

Дошкольное детство – оптимальный период для формирования здоровья основ духовно – нравственной культуры, поэтому программа сформирована как педагогическая поддержка позитивной социализации и индивидуализации развития личности детей дошкольного возраста. Основная идея рабочей программы – триединство понятия здоровья, как состояния физического, душевного и социального благополучия.

#### **Обоснованность:**

Настоящая рабочая программа для детей дошкольного возраста 3-7 лет составлена на основе парциальной Авторской программы Н.Н. Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста».

Рабочая программа показывает как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей физического развития детей дошкольного возраста педагог создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с федеральными государственными требованиями. В условиях дошкольного образования и с учетом его специфики данная система (модель) представляет собой оптимальные психолого-педагогические условия, обеспечивающие становление общечеловеческих ценностей, базиса личностной культуры, социальную успешность ребенка дошкольного возраста. В данной рабочей программе представлено перспективное планирование, разработанное на основе значений о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей дошкольного возраста.

Система оздоровительных мероприятий предусматривает:

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

Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательного процесса для детей дошкольного возраста 3-7 лет. Она направлена на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей.

Рабочая программа по физическому воспитанию и развитию дошкольников представляет внутренний нормативный документ и является основанием для оценки качества оздоровительного образовательного процесса в детском саду.

### **1.2.2. Цели и задачи парциальной программы**

#### **Цель:**

- Сохранять и укреплять здоровье детей, формировать у них привычку к здоровому образу жизни
- способствовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребенка;
- обеспечивать каждому ребенку возможность радостно и содержательно прожить период дошкольного детства.

#### **Задачи:**

- Способствовать укреплению и охране жизни детей
- Формировать основы здорового образа жизни
- Закладывать основы личности
- Способствовать развитию физических качеств и обеспечению нормального уровня двигательной подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья детей
- Способствовать становлению деятельности и сознания ребёнка
- Создавать атмосферу эмоционального комфорта
- Создавать условия для творческого самовыражения

- Создавать условия для участия родителей в физическом воспитании детей

### **1.2.3. Принципы и подходы к формированию парциальной программы**

Наряду с общепедагогическими принципами (сознательности и активности, наглядности, доступности и др.) имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несёт ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.
- Принцип многоплановой емкости занятия: разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально-нравственного и художественно-эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
- Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно-оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств, методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.
- Принцип индивидуализации позволяет создавать охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию, учитывая индивидуальные особенности каждого ребёнка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений.
- Принцип постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.
- Принцип единства с семьёй, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, развития двигательных навыков.

## Золотые формулы двигательного развития ребёнка

1. Проводя любую форму физического воспитания детей, разумно начинать упражняться из «лежачих» или горизонтированных положений (как наиболее лёгких, разгрузочных, естественных) – с постепенным увеличением нагрузки к положению прямостояния, к ходьбе, лазанию, бегу, прыжкам, (как более сложным, трудным, нагрузочным, ударно-гравитационным движениям)!
2. В любом из исходных положений (лёжа, на четвереньках, сидя, на коленях и т. д.) разумно начинать упражнения с более низких поз (с минимальной высотой общего центра масс на опорой), а уже потом переходить к более высоким позам, вплоть до максимально возможной высоты общего центра масс над опорой.
3. В любом положении (лёжа, на четвереньках, сидя, на коленях и т. д.) разумно начинать упражняться из «позы эмбриона» (позы группировки, «закрытого цветочного бутона») с постепенным выпрямлением, разведением, разгибанием!
4. В любом исходном положении (лёжа, сидя, стоя) первыми выполняются движения головой (шейным отделом позвоночника), а затем в плечевом поясе и руками, далее выполняются упражнения для мышц туловища (груди, живота, спины), потом тазового пояса (подвздошно-поясничные, ягодичные) и нижних конечностей и, наконец, всё вместе взятое в таких глобальных движениях как ходьба, лазание, бег, подскоки, прыжки!
5. Работая над конечностями ребёнка руками, ногами первыми выполняются движения в крупных, близлежащих к туловищу суставах: плечевом, тазобедренном, затем к ним подключаются средние: локтевой, коленный и наконец, относительно мелкие, отдалённые от туловища суставы: кистевой, голеностопный.
6. Чем ниже положение или поза ребёнка во время его упражнения, тем более естественными для него будут относительно медленные, пластичные, спокойные движения и наоборот, чем выше положения (ходьба, бег, подскоки, прыжки), тем более характерными должны стать относительно быстрые, «взрывные», ударно-баллистические движения!
7. Чем ниже и горизонтальней положение тела человека – тем более естественным для него является расслабленный режим упражнений, и наоборот – чем выше и вертикальней положение тела по отношению к

опоре – тем более напряжённым должен быть режим мышечной деятельности.

8. Для крупных, близлежащих мышечных массивов (живота, спины, ягодиц, плеч, бёдер) естественными являются относительно медленные, спокойные движения; для мелких же мышц предплечья, кисти, голени и стопы больше подходят быстрые, «взрывные» движения.

### **Педагогические заповеди:**

1. Следуй логике природы (педагогика должна быть – естественной – постепенное увеличение нагрузки: от упражнений лёжа – к ходьбе, бегу, прыжкам).
2. Физическое воспитание должно происходить по развивающей спирали. (Учебный год делится на три календарных цикла:
  1. Осенний цикл - подготовительный
  2. Зимний – подводящий
  3. Весенний – основной или соревновательный.)
3. Педагогическая мудрость в планировании подготовительной части занятия.
4. Деление занятия на три части должно быть не формальным, а по физиологической сути.
5. Тотальный игровой метод с первой минуты занятия и до последней, (играя – оздоравливать, играя – развивать, играя – воспитывать, играя – обучать).
6. Физическое воспитание должно заряжать детей положительной светлой энергией радости и удовольствия.
7. Двигательный портрет дошкольника «рисует» методика игрового тестирования.
8. Создай тренажёры сам.
9. Здоровье здоровых - требует профилактики и коррекции.
10. Через движение и игру – к воспитанию Человека будущего: комплексная педагогика жизни

### **1.2.4. Особенности осуществления образовательного процесса, а также планируемые результаты освоения парциальной программы**

Под основным двигательным режимом (ОДР) подразумеваются, реализуемые в жизни основные движения, подготовительные и подводящие к ним упражнения, их методическое обеспечение, закрепляющие игры, эстафеты, соревнования, а также наличие необходимого материально-технического оборудования и должные меры безопасности.

## Последовательность освоения двигательных режимов

Основные двигательные режимы	Ступени двигательного развития детей	
1. лежащий	<p><b>1.1. Упражнения в положении лёжа на спине:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. из положения, лёжа на спине - повороты в позу группировки на правый бок, затем на левый;</li> <li>2. принятие позы группировки: согнуть голову, туловище, обхватить кистями согнутые в коленях ноги;</li> <li>3. раскачивания в позе группировки (эмбриона) вперёд-назад или с одновременным разворачиванием по ходу часовой стрелки и против;</li> <li>4. сохранение позы «лёжа на спине» в течение заданного времени (антигравитационная разгрузка позвоночника);</li> <li>5. и.п. лёжа на спине – движения головой в различных направлениях: в лево - в право, к груди - назад, круговые движения в обе стороны, сочетание перечисленных движений;</li> <li>6. то же, но с сопутствующими движениями плечевого пояса и рук.</li> <li>7. то же, выполнение различных движений руками: через стороны вверх, вперёд-вверх, поочередные ножницеобразные движения, волнообразные, скрестные движения и др.;</li> <li>8. то же, повороты рук, плечевого пояса и туловища в стороны;</li> <li>9. то же, но с противоположным движением тазового пояса (типа «скрутик»);</li> <li>10. то же, поднятие-опускание прямых или полусогнутых ног до угла 30<sup>0</sup>-40<sup>0</sup> одновременно-попеременно;</li> <li>11. то же различные (одновременные- попеременные) движения полусогнутыми ногами типа «педалирование», круговые, разведение-сведение в стороны и т.д.;</li> <li>12. то же, одновременные поднятия рук и ног: локти стремятся коснуться коленей;</li> <li>13. то же, различные сочетания движений головой, руками, ногами;</li> <li>14. то же, с удерживанием туловища в верхнем положении некоторое время;</li> <li>15. то же, ноги согнуты в коленях стопами на опоре – разворачивания на месте при помощи приставных движений</li> </ol>	П Р Е Д М Е Т Н О  М А Н И П У Л Я Т



	<p>ногами;</p> <p>16. то же, опираясь на предплечья и стопы – приподняв туловище, прогнуться, задержаться короткое время в этой позе;</p> <p>17. то же – сгибание туловища до угла 30<sup>0</sup>-40<sup>0</sup> с последующим возвращением в исходное положение.</p> <p><b>1.2.Упражнения в положении лёжа на животе.</b></p> <p>1. И.п., лёжа на животе, руки согнуты под грудью или вытянуты вдоль туловища, ноги выпрямлены или согнуты в коленях, сохранение данной позы в течение некоторого времени (антигравитационная разгрузка позвоночника).</p> <p>2.Лёжа на животе, движения головой в различных направлениях: влево - вправо, к груди - назад, круговые движения в обе стороны, сочетание перечисленных движений;</p> <p>3.то же, максимально вытягивать-выпрямлять руки, туловище, ноги;</p> <p>4.то же с опорой на предплечья согнутых в локтях рук – выполнение различных движений головой;</p> <p>5. то же с опорой на предплечья согнутых в локтях рук – выполнение различных движений головой, с сопровождающими движениями руки, (плечевого пояса);</p> <p>6. Лёжа на животе, движения головой в различных направлениях: влево - вправо, при одновременном сгибании одноимённой ноги;</p> <p>7.то же, но в коленях сгибаются сразу обе ноги;</p> <p>8.то же, но с принятием положения упора лёжа ( типа «моста» над рекой);</p> <p>9.то же, но с вариантами «горбатый мост» (круглая спина) и «подвесной мост», (с прогибом туловища);</p> <p>10.Лёжа на животе,- отжимание на бёдрах;</p> <p>11. Лёжа на животе,- отжимание на коленях;</p> <p>12.То же, классическое отжимание;</p> <p>13.То же, выполнение отжиманий с одновременным подниманием полусогнутой, а затем выпрямленной ноги в момент сгибания рук;</p> <p>14.лёжа на животе – согнуть ноги в коленях, прогнуться и захватить кистями щиколотки ног: кратко удерживая эту позу;</p> <p>15.то же, но с непродолжительным раскачиванием в этой позе в передне-заднем направлении.</p>	<p>И В Н А Я  Д Е Я Т Е Л Ь Н О С Т Ь</p>
--	---	---

	<p><b>1.3. Переворачивания со спины на бок, на живот и наоборот.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. И. п. - лёжа на спине – повороты на бок, то правый, то левый с сопутствующими движениями рук и ног;</li> <li>2. то же, переворачивание в положение на животе, сначала в одну, затем в другую сторону;</li> <li>3. тоже, последовательные переворачивания со спины на живот, с живота на спину и т.д.;</li> <li>4.то же – повороты с соединёнными в замок кистями, руки над головой;</li> <li>5.Повороты с условием - не касаться руками и голеними опоры;</li> <li>6.Повороты в парах – один ребёнок удерживает другого за запястья кистей;</li> <li>7.Повороты в парах – один ребёнок удерживает другого за запястья кистей;</li> <li>8. Повороты в парах – один ребёнок удерживает руками другого за щиколотки;</li> </ol>	
<p style="text-align: center;"><b>2.</b> ползательный</p>	<p><b>2.1.Ползание по-пластунски различными способами.</b></p> <p>И.п. лёжа на животе, ползание по гладкой поверхности только за счёт отталкивающих движений <b>руками</b>;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2.Ползание по-пластунски по горизонтальной поверхности;</li> <li>3. Ползание по-пластунски по горизонтальной поверхности «ногами вперёд»;</li> <li>4. Ползание по-пластунски по горизонтальной поверхности «змейкой», огибая горизонтальные препятствия;</li> <li>5. Ползание по-пластунски, сочетая передвижения под препятствием и через него;</li> <li>6. Ползание по-пластунски, удерживая предмет руками или ногами;</li> <li>7. Ползание из положения - лёжа на спине, за счёт отталкивающих движений ногами;</li> <li>8. Ползание по-пластунски, лёжа на спине при помощи волнообразных движений туловищем с опорой на пятки, ягодицы и затылок (в оба направления).</li> </ol> <p><b>2.2.Упражнения на «низких четвереньках» на месте.</b> <b>Ползание на «низких» четвереньках.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. И.п.- низкие четвереньки, различные движения головой (влево - вправо, вверх-вниз, круговые вращения);</li> <li>2.то же, но с сопутствующими движениями рук;</li> <li>3.то же, раскачивания вперёд – назад;</li> <li>4.то же, выгибание спины дугой;</li> </ol>	

- 5.то же, разгибание спины «ложбинкой»;
- 6.то же, одновременные движения руками вперёд, в стороны, назад;
- 7.то же, различные, поочерёдные движения ногами: согнутой – в сторону, назад; прямой – в сторону, назад;
- 8.то же, принятие положения, лёжа на животе при помощи переступающих движений предплечьями;
- 9.то же, топтание на месте и разворачивание вокруг вертикальной оси;
- 10.ползание на низких четвереньках по горизонтальной поверхности;
11. ползание на низких четвереньках по горизонтальной поверхности с изменением направления;
12. ползание на низких четвереньках по горизонтальной поверхности «задним ходом», «челночным» способом;
13. .ползание на низких четвереньках по горизонтальной поверхности в ограниченном пространстве «тоннеле», под дугами и т.д.;
- 14.ползание на низких четвереньках по горизонтальной поверхности боком приставными шагами;
15. ползание на низких четвереньках одновременным способом: сначала выполняется опора на предплечья, а затем сразу подтягиваются обе голени;
16. ползание на низких четвереньках под горизонтально расположенным на определённой высоте препятствием;
- 17.ползание на низких четвереньках, сочетая подползание под препятствия с переползанием через них.

### **2.3.Упражнения на «средних» четвереньках на месте. Ползание на «средних» четвереньках.**

- 1.Принятие позы на средних четвереньках (с опорой на кисти и голени) и сохранении её в течении заданного времени (элемент расслабления, гравитационной разгрузки позвоночника);
- 2.И.п. средние четвереньки – различные движения головой (влево - вправо, вверх-вниз, круговые вращения);
- 3.то же, но с сопутствующими движениями рук;
- 4.то же, раскачивания вперёд – назад;
- 5.то же, выгибание спины дугой;
- 6.то же, разгибание спины «ложбинкой»;
- 7.то же, одновременные движения руками вперёд, в стороны, назад;
8. то же, различные, поочерёдные движения ногами:

согнутой – в сторону, назад; прямой – в сторону, назад;  
 9.то же, принятие положения низких четверенек, затем лёжа на животе, при помощи переступающих движений предплечьями;  
 10.то же, сгибание разгибание рук;  
 11.то же, топтание на месте и разворачивание вокруг вертикальной оси;  
 12.ползание на средних четвереньках по горизонтальной поверхности;  
 13. ползание на средних четвереньках по горизонтальной поверхности с изменением направления;  
 14. ползание на средних четвереньках по горизонтальной поверхности «задним ходом», «челночным» способом;  
 15. ползание на средних четвереньках по горизонтальной поверхности в ограниченном пространстве «тоннеле», под дугами и т.д.;  
 16.ползание на средних четвереньках по горизонтальной поверхности боком приставными шагами;  
 17. ползание на средних четвереньках одновременным способом: сначала выполняется опора на ладони, а затем сразу подтягиваются обе голени;  
 18. ползание на средних четвереньках под горизонтально расположенным на определённой высоте препятствием;  
 19.ползание на средних четвереньках, сочетая подползание под препятствия с переползанием через них.  
 20. ползание на средних четвереньках в колонне, удерживая друг друга кистями за щиколотки.

**2.4.Упражнения на «высоких четвереньках» на месте.  
 Ползание на «высоких» четвереньках.**

1.Принятие позы на высоких четвереньках (с опорой на кисти и голени) и сохранении её в течении заданного времени (элемент расслабления, гравитационной разгрузки позвоночника);  
 2.И.п. высокие четвереньки – различные движения головой (вперед, вверх-вниз, круговые вращения);  
 3.то же, но с сопутствующими движениями рук;  
 4.то же, раскачивания вперёд – назад;  
 5.то же, выгибание спины дугой;  
 6.то же, сгибание туловища влево-вправо;  
 7.то же, одновременные движения руками вперёд, в стороны, назад;  
 8. то же, различные, поочерёдные движения ногами:

согнутой – в сторону, назад; прямой – в сторону, назад;  
 9.то же, последовательное принятие положения средних и низких четверенек с возвращением в исходное положение;  
 10.то же, сгибание разгибание рук;  
 11.то же, топтание на месте и разворачивание вокруг вертикальной оси;  
 12.ползание на высоких четвереньках по горизонтальной поверхности;  
 13. ползание на высоких четвереньках по горизонтальной поверхности с изменением направления;  
 14. ползание на высоких четвереньках по горизонтальной поверхности «задним ходом», «челночным» способом;  
 15. .ползание на высоких четвереньках по горизонтальной поверхности в ограниченном пространстве «тоннеле», под дугами и т.д.;

16.ползание на высоких четвереньках по горизонтальной поверхности боком приставными шагами;  
 17. ползание на высоких четвереньках одновременным способом: сначала выполняется опора на ладони, а затем сразу подтягиваются обе голени;  
 18. ползание на высоких четвереньках под горизонтально расположенным на определённой высоте препятствием;  
 19.ползание на высоких четвереньках, сочетая подползание под препятствия с переползанием через них.  
 20. ползание на высоких четвереньках в колонне, удерживая друг друга кистями за щиколотки.

### **2.5.Упражнения в положении на «задних» четвереньках на месте и в движении.**

1.Принятие позы на «задних» низких четвереньках (с опорой на кисти и стопы) и сохранении её в течении заданного времени (элемент расслабления, гравитационной разгрузки позвоночника);  
 2.И.п. «задние низкие четвереньки»– различные движения головой (влево - вправо, вверх-вниз, круговые вращения);  
 3.то же, но с отведением руки в сторону-вверх: сохранение трёхопорного положения в течение заданного времени;  
 4.то же, раскачивания вперёд – назад;  
 5.то же – различные поочерёдные движения каждой ногой, сначала согнутой, затем выпрямленной;  
 6.то же, сгибание туловища влево-вправо;  
 7.то же, поднятие разноимённых руки и ноги, сохранение двухопорного положения в течение заданного времени;  
 8. то же, различные, поочерёдные движения ногами:

	<p>согнутой – в сторону, вверх, вперёд; прямой – в сторону, вверх, вперёд;</p> <p>9.то же, топтание на месте и разворачивание вокруг вертикальной оси;</p> <p>10. ползание на «задних» четвереньках по горизонтальной поверхности;</p> <p>11. ползание на «задних» четвереньках по горизонтальной поверхности с изменением направления;</p> <p>12. ползание на «задних» четвереньках по горизонтальной поверхности «задним ходом», «челночным» способом;</p> <p>13. ползание на «задних» четвереньках по горизонтальной поверхности в ограниченном пространстве «тоннеле», под дугами и т.д.;</p> <p>14. ползание на «задних» четвереньках по горизонтальной поверхности боком приставными шагами;</p> <p>15. ползание на «задних» четвереньках под горизонтально расположенным на определённой высоте препятствием;</p> <p>16. ползание на «задних» четвереньках, сочетая подползание под препятствия с переползанием через них.</p> <p>17. всевозможные усложняющие сочетания вышеперечисленных упражнений.</p>	
<p>3. сидячий</p>	<p><b>3. Упражнения в положении сидя на месте и в движении.</b></p> <p>1. И.п. сидя в позе группировки, упор руками сзади, различные движения головой, руками;</p> <p>2.то же, повороты туловищем в обе стороны;</p> <p>3.то же различные движения головой, плечевым поясом, туловищем;</p> <p>4.то же, различные поочерёдные движения ногами;</p> <p>5.то же, различные поочерёдные движения ногами: круговые, отведение бедра в сторону, разгибание колена, различные движения стопой;</p> <p>6. то же, выполнение вращений вокруг собственной оси за счёт переступательных движений ногами;</p> <p>7.И.п. сидя «по-турецки», различные движения головой, руками;</p> <p>8. то же, наклоны вперёд, в сторону с поворотом, прогибания назад;</p> <p>9.то же, одновременный разворот согнутых в коленях ног, сначала влево, затем вправо;</p> <p>10. И.п. сидя, туловище вертикально, упор руками сзади: ножницеобразные движения ногами вверх-вниз, в стороны, вовнутрь;</p> <p>11.то же, одновременное поднятие полусогнутых ног до угла 40-50<sup>0</sup> к горизонту;</p>	

	<p>12.то же, но, с зажатым между щиколотками ног, мячом;  13.принятие положения, сидя на корточках;  14.то же передвижение на корточках;  15.то же с выполнением движений головой, руками, туловищем.  16.то же на возвышающейся опоре, например, на гимнастической скамейке.  17. использование различных предметов в данном исходном положении.</p>	
<p>4.  СТОЯЧИЙ</p>	<p><b>4.1.Упражнения в положении на «низких коленях » на месте и в движении:</b></p> <p>1. И.п.- на «низких коленях», руки на бёдрах или полу: сохранение данной позы заданное время;  2.И.п. - на низких коленях, различные движения головой, плечевым поясом, руками.  3.то же – различные движения туловищем (сгибание-разгибание, наклоны, повороты);  4.то же –перемещение ягодиц и бёдер в одну, а затем в другую сторону от голеней;  5.то же – одна нога выносится выпрямленной вперёд, назад или в сторону, различные движения головой, руками и туловищем в данной позе;  6. то же, развороты на месте и передвижение вперёд-назад, с опорой на руки;  7.то же – перемещение влево, вправо с опорой на руки;  8.использование различных предметов в данном исходном положении.</p> <p><b>4.2..Упражнения в положении на «средних коленях » на месте и в движении:</b></p> <p>1.Из. И.п. – на «низких коленях» перейти в положение на «средних коленях», с последующим возвращением в и.п.  2.И.п. на «средних коленях» - сохранение этой позы заданное время.  3. то же различные движения головой, плечевым поясом, руками, туловищем;  4. то же, различные поочерёдные движения ногами;  5. то же топтание на месте;  6. тоже вращение на месте;  7. то же перемещение в различных направлениях;  8.использование различных предметов в данном исходном положении.</p> <p><b>4.3.Упражнения в положении на «высоких коленях » на месте и в движении:</b></p>	

1. Из. И.п. – на «низких коленях» перейти в положение на «средних коленях», затем на «высоких коленях», с последующим возвращением в и.п.
  2. И.п. на «высоких коленях» - сохранение этой позы заданное время.
  3. то же различные движения головой, плечевым поясом, руками, туловищем;
  4. то же – сгибание туловища, подбородок приближается к груди, спина делается круглой, с последующим выпрямлением, голова отклоняется назад, запрокидывается;
  6. То же наклоны туловища влево, вправо;
  7. то же наклоны туловища вперёд назад с касанием ладонями пола;
  8. то же руки в стороны, повороты туловища влево вправо;
  9. то же, но с касанием стоп ладонями;
  10. то же круговые вращения туловищем;
  11. Из И.п. стоя на одном «высоком колене» одна нога выносится вперёд – наклоны к передистоящей ноге;
  12. то же топтание на месте раскачиванием туловища;
  13. тоже вращение на месте вокруг вертикальной оси;
  14. то же перемещение в различных направлениях;
  15. тоже перемещение в парах;
  16. то же упражнения в шеренге, круге, взявшись за руки;
  17. то же упражнения в парах, стоя спиной друг к другу;
  18. то же передвижение в колонне, держа друг друга за плечи, талию;
  19. переход из И.п. стоя на «высоких коленях» в положение - стоя на ногах.
- 4.5. Упражнения в прямостоянии на двух, одной ноге:**
1. Из И.п. стоя выпад одной ногой вперёд, руки опираются ладонями на бедро – пружинистые покачивания со сменой положения ног.
  2. Полуприсед, сохранение заданной позы некоторое время.
  3. стойка на носках, пятках заданный промежуток времени.
  4. Из стойки на двух ногах повороты вокруг себя, созраня равновесие.
  5. Сохранять равновесие, когда носок одной ноги упирается в пятку другой.
  6. И.п.- стоя в позе цапли на одной ноге, сохранять равновесие.
  7. Сохранять равновесие на эластичной поверхности батута.
  8. Все вышеперечисленные упражнения могут выполняться с различными предметами.



<p>5. ходьбовый</p>	<p><b>5.1.Упражнения в ходьбе:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Ходьба на месте</li> <li>2.Ходьба на месте с поворотами</li> <li>3.Ходьба по прямой траектории</li> <li>4.С заданной длиной шага</li> <li>5.По кривой траектории</li> <li>6.С изменением ширины шага</li> <li>7.По ломанной траектории</li> <li>8.С заданным темпом шагов</li> <li>9.С имитацией способов передвижения различных животных</li> <li>10.Ходьба с переменной темпа шагов</li> <li>11.По условному кругу</li> <li>12.На звук без зрительного контроля.</li> <li>13.С изменение направления движения</li> <li>14. Ходьба приставными шагами вправо-влево</li> <li>15.Встречная ходьба.</li> <li>16.Спиной вперед</li> <li>17.Ходьба с собиранием, катанием предметов на полу</li> <li>18.С прохождением вертикальных, горизонтальных препятствий</li> <li>19.Ходьба по линиям и меткам.</li> <li>20.По верёвке, рейке, лежащей на полу</li> <li>21.Ходьба с подлезанием и перешагиванием</li> <li>22.Ходьба с наступание на вертикальное препятствие куб скамейку и др.</li> <li>23.С обхождением различных препятствий.</li> <li>24.По наклонной поверхности вниз, вверх</li> <li>25.По ступенькам, по г/скамейке, по рыхлой поверхности</li> <li>26.Ходьба с переноской предмета на голове</li> <li>27.Ходьба на возвышенной опоре (г/скамейках) парами, взявшись за руки</li> <li>28.С переноской различных предметов (мячей, верёвки, мешочка с песком, модулей) в руках</li> <li>29.Игры и эстафеты с ходьбой.</li> </ol>
<p>6. лазательный</p>	<p><b>6.1.Упражнения в лазании.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Восхождение на 1-3 рейки гимнастической лестницы</li> <li>2.Сохранять устойчивое положение, стоя на рейке лестницы на двух ногах, на одной.</li> <li>3.Ходьба на месте на рейке лестницы.</li> <li>4.Передвижение сначала по нижним, затем более высоким рейкам лестницы в сторону приставным шагом.</li> <li>5. Влезание-слезание по наклонной лестнице сначала приставным, затем переменным шагом.</li> </ol>

	<p>6. Влезание-слезание на лестницу через 1-2 рейки («гигансткими шагами»)</p> <p>7. Лазание по горизонтально-натянутой верёвочной лестнице</p> <p>8. Лазание по наклонно закреплённому канату.</p>	
<p>7. беговой</p>	<p><b>7.1. Беговые упражнения.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бег на месте, придерживаясь руками за поручень.</li> <li>2. То же, но с переменной темпа от медленного к быстрому.</li> <li>3. Бег на месте без ручной опоры.</li> <li>4. Бег на месте с поворотами</li> <li>5. Бег на месте с заданным темпом.</li> <li>6. Бег из различных стартовых положений высокого и низкого</li> <li>7. Бег на месте с переходом к обычному бегу.</li> <li>8. Обычный бег в медленном темпе.</li> <li>9. Бег мелкими шажками на носках</li> <li>10. Бег с захлёстываниями голени назад.</li> <li>11. Бег с постановкой стоп на одной линии</li> <li>12. Бег с постановкой стоп на две линии</li> <li>13. Бег с широкой постановкой стоп</li> <li>14. Бег с высоким подниманием голени.</li> <li>15. Бег с выбрасыванием прямых ног.</li> <li>16. Бег спиной вперед</li> <li>17. Бег с высокой траекторией полёта «олений бег»</li> <li>18. »Челночный бег«</li> <li>19. Бег с вращением вокруг вертикальной оси.</li> <li>20. Бег боком, приставными шагами</li> <li>21. Зигзагообразный бег» из стороны в сторону.</li> <li>22. Свободный бег гурьбой по заданной дорожке.</li> <li>23. Иммитационный бег как лошадки, самолёты.</li> <li>24. Бег колонной по одному по заданной дорожке</li> <li>25. Бег в шеренге парами, тройками, четвёрками</li> <li>26. Бег в колонне, взявшись за руки.</li> <li>27. Бег с заданной длиной и шириной шага по отметкам.</li> <li>28. Бек с преодолением сопротивления (с буксировкой предмета).</li> <li>29. Бег с переноской предметов мелких, средних, крупных.</li> <li>30. Бег с передачей эстафетной палочки.</li> <li>31. Бег с «обводкой» стоящих вертикально предметов.</li> <li>32. Бег через воротца.</li> <li>33. Бег по ограниченной возвышенной опоре.</li> <li>34. Бег в сочетании бросания и ловле мяча.</li> <li>35. Бег с подхватыванием мяча с поверхности опоры.</li> <li>36. Бег с увёртыванием от мяча.</li> <li>37. Бег в парах, с переноской предмета</li> </ol>	

	<p>38. Бег с элементами выпрыгивания вперёд, вверх.</p> <p>39. Бег с преодолением вертикальных горизонтальных препятствий.</p> <p>40. Пробегания под вращающуюся длинную скакалку.</p> <p>41. Игры и эстафеты для закрепления навыков бега.</p>
8. прыжковый	<p><b>8.1. Упражнения в прыжках</b></p> <p>1. Подскоки на месте и с продвижением.</p> <p>2. Подпрыгивания на месте на двух, одной ноге попеременно.</p> <p>3. Подпрыгивания на месте с остановкой</p> <p>4. Подпрыгивания на месте на большую высоту с остановкой.</p> <p>5. Прыжки в длину и в высоту с места.</p> <p>6. Прыжки в длину и в высоту с разбега.</p> <p>7. Многоскоки.</p> <p>8. Прыжки в «глубину» спрыгивания с предмета, на мягкую опору (мат песок, батут).</p> <p>9. Прыжки на месте с разворотом вокруг собственной оси.</p> <p>10. Прыжки спиной вперёд с продвижением</p> <p>11. Прыжки с разбега через вращающуюся длинную скакалку.</p> <p>12. Прыжки с продвижением по обозначенным меткам на двух и одной ноге, и с изменением расстояния.</p>
	<p>И так далее, к более сложным, спортивным движениям, осваиваемым на кружковых и секционных занятиях, а также самостоятельно.</p>

Диагностика **физического развития** проводится инструктором по физической культуре в соответствии с авторской методикой игрового тестирования, двигательного развития и здоровья детей, и их возрастными нормами. В системе доктора педагогических наук Н.Н. Ефименко предлагается методология более высокого уровня, чем обычное «физкультурное тестирование», являющаяся результатом разумного слияния педагогических и медицинских знаний, признание приоритетности неврологии, как основной диагностической дисциплины, а также теснейшей взаимосвязи между двигательным статусом ребёнка, состоянием его нервной системы и психики. Тонкое, точное, объективное, комплексное обследование, грамотно оформленное документально - обеспечит целенаправленный и эффективный процесс коррекции выявленных недостатков. Обследование детей проводится в начале учебного года – сентябре и конце года – мае. Это и есть исходное и итоговое обследования. Под «двигательным статусом» подразумевается отражённый в результатах тестов сиюминутный уровень двигательного развития. Двигательное развитие – это процесс, а двигательный статус – его моментальный снимок. В результате обследования у детей выявляются двигательные нарушения, под

которыми подразумевается несформированность анатомо-физиологических компонентов двигательных функциональных систем организма, искажение навыков в основных движениях и недоразвитие двигательных качеств, что по отдельности или в совокупности приводит к определённому снижению конечной результативности (эффективности) конкретного вида двигательной деятельности. Для коррекции выявленных двигательных нарушений инструктор также даёт конкретные индивидуальные рекомендации педагогам и родителям в журналах взаимодействия.

**Диагностические карты наблюдения двигательного развития детей и средние показатели результирующих тестов Приложение 1.(стр.108)**

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### *1. Обязательная часть программы*

**2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях**

#### **Образовательная область «Физическое развитие»**

Физическое развитие направлено на сохранение и укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость), приобщение к спортивным и подвижным играм, развитие интереса к спорту; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек.

**Цель** - гармоничное физическое развитие, формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физкультурой, формирование основ здорового образа жизни.

**Задачи психолого-педагогической работы по освоению образовательной области «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС:**

1. 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.

2. Формирование опорно-двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

3. Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.
4. Овладение подвижными играми с правилами.
5. Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
6. Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

### **Основные направления реализации образовательной области:**

- ✓ Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни
- ✓ Физическая культура

### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

**Становление ценностей здорового образа жизни.** Расширять представления детей о рациональном питании. 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.

**Воспитание культурно-гигиенических навыков.** Воспитывать привычку правильно и быстро умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, правильно чистить зубы, полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком и расческой. Закреплять умение аккуратно пользоваться столовыми приборами; правильно вести себя за столом. Продолжать воспитывать привычку следить за чистотой одежды и обуви, замечать и устранять беспорядок в своем внешнем виде, учить тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в костюме, причёске.

#### **Физическая культура**

**Физкультурные занятия и упражнения.** 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. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

**Спортивные и подвижные игры.** Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать

выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. 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. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения; справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

**Методы и приемы физического развития:**

Наглядные:	Словесные:	Практические:
наглядно-зрительные (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) - наглядно-слуховые (музыка, песни) - тактильно-мышечные (непосредственная помощь взрослого)	-объяснения, пояснения, указания; - подача команд, распоряжений, сигналов; - словесная инструкция; - вопросы к детям; - беседа, образный сюжетный рассказ.	-повторение упражнений; -проведение упражнений в сюжетно-игровой форме; -проведение упражнений в соревновательной форме

**Средства физического развития:**

Двигательная активность, физические упражнения

Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода)

Психолого-гигиенические факторы (гигиена сна, питания, организованной образовательной деятельности)

**Формы организации физического воспитания (развития):**

- Занятия (физкультурные, музыкальные);
- Подвижные игры;
- Утренняя гимнастика;
- Гимнастика пробуждения;
- Спортивные развлечения, праздники, досуги;
- Физкультминутки;
- Физкультурные упражнения;
- Самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей;
- Закаливающие процедуры;
- Активный отдых;
- Дни здоровья

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

«Социально-коммуникативное развитие»	<p>Формирование гендерной принадлежности, развитие партнерских взаимоотношений в процессе двигательной деятельности, оздоровительных мероприятий; формирование основ безопасности в процессе выполнения физических упражнений, подвижных игр и пр.; формирование трудовых умений при организации двигательной деятельности.</p> <p>Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в игровой деятельности.</p>
«Речевое развитие»	<p>Развитие мелкой моторики; Воспитание культурно-гигиенических навыков, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Развитие общения детей друг с другом и взрослыми в процессе двигательной активности, оздоровительных мероприятий; использование художественных произведений для формирования мотивации к двигательной активности; Расширение представлений о своем организме, его возможностях</p>
«Познавательное развитие»	<p>Формирование физических качеств, необходимых для познавательной деятельности, развитие мелкой моторики; Формирование представлений о здоровье через познание. Расширение представлений о своем организме, его возможностях, ФЭМП, формирование целостной картины мира; расширение представлений о своем организме, его возможностях.</p>
«Художественно-эстетическое развитие»	<p>Развитие мелкой моторики; воспитание культурно-гигиенических навыков, цветотерапия, арттерапия, формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, релаксация; развитие физических качеств для музыкально-ритмической деятельности; использование музыкальных произведений в качестве музыкального сопровождения различных видов детской деятельности и двигательной активности. Развивать умение отражать свои представления о двигательной деятельности в продуктивной деятельности;</p>

## **Физическое развитие с детьми 3-4 лет**

Физическое развитие направлено на сохранение и укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость), приобщение к спортивным и подвижным играм, развитие интереса к спорту; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек.

### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

**Становление ценностей здорового образа жизни.** Учить различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними. Развивать представление о ценности здоровья; формировать желание не болеть, быть здоровым, дать первичные представления о том, что такое «здоровый образ жизни» и зачем к нему надо стремиться. Формировать первоначальные представления о полезной (*овощи, фрукты, молочные продукты* и пр.) и вредной для здоровья человека пище (*сладости, пирожные, сладкие газированные напитки* и пр.). Формировать представление о пользе закаливания, утренней зарядки, спортивных и подвижных игр, физических упражнений (*не будешь болеть, будешь сильным и ловким* и пр.); полноценного сна (во сне человек растет, восстанавливает силы, если не выспаться, то будет плохое настроение, усталость и пр.).

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость при заболевании обращаться к врачу, лечиться.

**Воспитание культурно-гигиенических навыков.** Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни. Формировать осознанную привычку мыть руки перед едой и чистить зубы утром и вечером.

Совершенствовать культурно-гигиенические навыки, формировать простейшие навыки поведения во время еды, умывания. Приучать детей следить за своим внешним видом; учить правильно пользоваться мылом, аккуратно мыть руки, лицо, уши; насухо вытираться после умывания, вешать полотенце на место, пользоваться расческой и носовым платком. Формировать элементарные навыки поведения за столом: умение правильно пользоваться столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой; не крошить хлеб, пережевывать пищу с закрытым ртом, не разговаривать с полным ртом.

### **Физическая культура**



**Физкультурные занятия и упражнения.** Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Учить действовать совместно: 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.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений.

**Спортивные и подвижные игры.** Формировать интерес и любовь к спорту, знакомить с некоторыми видами спорта, формировать потребность в двигательной активности. Приобщать к доступным спортивным занятиям: учить кататься на санках, на трехколесном велосипеде (самостоятельно садиться, кататься на нем и слезать с него), кататься на лыжах (надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место).

Приобщать к доступным подвижным играм, воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве, учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др., вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Развивать самостоятельность, активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.

**Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений**

Основные движения

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), в рассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом).

**Упражнения в равновесии.** Ходьба по прямой дорожке (ширина 15–20 см, длина 2–2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по наклонной доске (высота 30–35 см). Медленное кружение в обе стороны.

**Бег.** Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по

прямой, извилистой дорожкам (ширина 25–50 см, длина 5–6 м), по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50–60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

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

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

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

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

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

### **Общеразвивающие упражнения**

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать и опускать прямые руки вперед, вверх, в стороны (одновременно, поочередно). Перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивать руки вперед, в стороны, поворачивать их ладонями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить пальцами.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Передавать мяч друг другу над головой вперед-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворачиваться (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лежа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде. Из

исходного положения лежа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочередно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

#### **Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.**

Подниматься на носки; поочередно ставить ногу на носок вперед, назад, в сторону. Приседать, держась за опору и без нее; приседать, вынося руки вперед; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочередно поднимать и опускать ноги, согнутые в коленях. Сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком. Ходить по палке, валику (диаметр 6–8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни. Спортивные игры и упражнения

**Катание на санках.** Катать на санках друг друга; кататься с невысокой горки.

**Скольжение.** Скользить по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

**Катание на велосипеде.** Кататься на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

Подвижные игры

**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».

### **Физическое развитие с детьми 4-5 лет**

Физическое развитие направлено на сохранение и укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость), приобщение к спортивным и подвижным играм, развитие интереса к спорту; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек.

#### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

**Становление ценностей здорового образа жизни.** Продолжать знакомить детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (*руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат*).

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице,

и у меня начался насморк»). Формировать представления о здоровом образе жизни. Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

**Воспитание культурно-гигиенических навыков.** Продолжать воспитывать у детей опрятность, привычку следить за своим внешним видом. Воспитывать привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом. Закреплять умение пользоваться расческой, носовым платком; при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот и нос носовым платком. Совершенствовать навыки аккуратного приема пищи: умение брать пищу понемногу, хорошо пережевывать, есть бесшумно, правильно пользоваться столовыми приборами (*ложка, вилка*), салфеткой, полоскать рот после еды.

### **Физическая культура**

**Физкультурные занятия и упражнения.** Обеспечивать гармоничное физическое развитие. 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). Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

**Спортивные и подвижные игры.** Продолжать формировать интерес и любовь к спорту. Развивать представления о некоторых видах спорта. Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать интерес к подвижным играм. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Развивать в играх психофизические качества (быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость и др.). Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

### **Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений**

#### **Основные движения**

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), в рассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего.

**Упражнения в равновесии.** Ходьба между линиями (расстояние 10–15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5–3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

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

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

гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

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

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

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

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

Общеразвивающие упражнения

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.** Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной

**образовательная деятельность с детьми 4–5 лет**

руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на

живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4–5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног.

**Статические упражнения.** Сохранять равновесие в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5–7 секунд).

Спортивные упражнения

**Катание на санках.** Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору.

**Скольжение.** Скользить самостоятельно по ледяным дорожкам.

**Игры на лыжах.** «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца».

**Катание на велосипеде.** Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо и налево.

**Плавание.** Выполнять движения ногами вверх и вниз, сидя в воде. Приседая, погружаться в воду до уровня подбородка, глаз. Опускать в воду лицо, дуть на воду, погружаться в нее с головой. Пытаться плавать произвольным способом.

**Игры на воде.** «Цапли», «Дровосек в воде», «Карусели», «Футбол в воде», «Бегом за мячом», «Покажи пятки», «Катание на кругах».

Подвижные игры

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

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

**С ползанием и лазаньем.** «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».

**С бросанием и ловлей.** «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

**На ориентировку в пространстве, на внимание.** «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».

**Народные игры.** «У медведя во бору» и др.

### **Физическое развитие с детьми 5-6 лет**

Физическое развитие направлено на сохранение и укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость), приобщение к спортивным и подвижным играм,

развитие интереса к спорту; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек.

### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

**Становление ценностей здорового образа жизни.** Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («*Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия*», «*Мне нужно носить очки*»). Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (*правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья*) и факторах, разрушающих здоровье.

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

Формировать представления о правилах ухода за больным (*заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения*). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека, формировать у детей потребность в здоровом образе жизни.

**Воспитание культурно-гигиенических навыков.** Формировать у детей привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, прически; самостоятельно чистить зубы, умываться, по мере необходимости мыть руки, следить за чистотой ногтей; при кашле и чихании закрывать рот и нос платком. Закреплять умение замечать и самостоятельно устранять беспорядок в своем внешнем виде. Совершенствовать культуру еды: умение правильно пользоваться столовыми приборами (*вилкой, ножом*); есть аккуратно, бесшумно, сохраняя правильную осанку за столом; обращаться с просьбой, благодарить.

### **Физическая культура**

**Физкультурные занятия и упражнения.** 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. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

**Спортивные и подвижные игры.** Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Продолжать знакомить с различными видами спорта. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы. Учить 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. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

### **Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений**

#### Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедр), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя.

Упражнения в равновесии. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5–3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедр), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, враспынную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5–2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80–120 м (2–3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег

а скорость: 20 м примерно за 5–5,5 секунды (к концу года — 30 м за 7,5–8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

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

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

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

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

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

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

### **Общеразвивающие упражнения**

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разводить руки в стороны из положения руки перед грудью; поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед—вверх; поднимать руки вверх—назад попеременно, одновременно. Поднимать и опускать кисти; сжимать и разжимать пальцы.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены и касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать согнутые прямые ноги, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись

руками за рейку на уровне пояса. Поворачиваться, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки

а голову. Поочередно отводить ноги в стороны из упора, присев; двигать ногами, скрещивая их из исходного положения лежа на спине. Подтягивать голову и ноги к груди (группироваться).

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину. Поднимать прямые ноги вперед (махом); выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

**Статические упражнения.** Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

### **Спортивные упражнения**

**Катание на санках.** Катать друг друга на санках, кататься с горки по двое. Выполнять повороты при спуске.

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

**Катание на велосипеде и самокате.** Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

### **Спортивные игры**

**Городки.** Бросать биты сбоку, занимая правильное исходное положение. Знать 3–4 фигуры. Выбивать городки с полукона (2–3 м) и кона (5–6 м).

**Элементы баскетбола.** Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди, вести мяч правой, левой рукой. Бросать мяч в корзину двумя руками от груди.

**Бадминтон.** Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем.

**Элементы футбола.** Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении.

Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах, отбивать о стенку несколько раз подряд.

**Элементы хоккея.** Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.

### **Подвижные игры**

С бегом. «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».

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

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

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

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

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

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

### **Физическое развитие с детьми 6-7 лет**

Физическое развитие направлено на сохранение и укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, приобщение к физической культуре, развитие психофизических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость), приобщение к спортивным и подвижным играм, развитие интереса к спорту; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, воспитание культурно-гигиенических навыков, полезных привычек.

### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

**Становление ценностей здорового образа жизни.** 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.

**Воспитание культурно-гигиенических навыков.** Воспитывать привычку правильно и быстро (не отвлекаясь) умываться, насухо вытираться, пользуясь индивидуальным полотенцем, правильно чистить зубы, полоскать рот после еды, пользоваться носовым платком и расческой. Способствовать формированию осознанной привычки мыть руки перед едой и ежедневно (утром и вечером) чистить зубы. Закреплять умение аккуратно пользоваться столовыми приборами; правильно вести себя за столом. Продолжать воспитывать привычку следить за чистотой одежды и обуви, замечать и устранять беспорядок в своем внешнем виде, учить тактично сообщать товарищу о необходимости что-то поправить в костюме, причёске.

### **Физическая культура**

**Физкультурные занятия и упражнения.** 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.

**Спортивные и подвижные игры.** Начальные представления о некоторых видах спорта. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Продолжать знакомить с различными видами спорта. 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. 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. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения; справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (*городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол*).

### **Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений**

Основные движения

**Ходьба.** Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

**Упражнения в равновесии.** Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и

делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

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

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

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

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

положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4–5 м), метание в движущуюся цель.

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

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

Общеразвивающие упражнения

**Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.** Поднимать рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны, отводить локти назад (рывки 2–3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

**Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.**

Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору.

**Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.** Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад,

держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

**Статические упражнения.** Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Выполнять общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге, и т. п.

Спортивные упражнения

**Катание на санках.** Во время спуска на санках с горки поднимать заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот). Участвовать в играх-эстафетах с санками.

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

**Катание на велосипеде и самокате.** Кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

**Игры на велосипеде.** «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

Спортивные игры

**Городки.** Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4–5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

**Элементы баскетбола.** Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу у пола и т. п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаться в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

**Элементы футбола.** Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота.

**Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве).** Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения.

**Бадминтон.** Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). Свободно передвигаться по площадке во время игры.

**Элементы настольного тенниса.** Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену (правильно держа ракетку). Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.



Подвижные игры

**С бегом.** «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».

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

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

**С ползанием и лазаньем.** «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

**Эстафеты.** «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

**С элементами соревнования.** «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

**Народные игры.** «Гори, гори ясно!», лапта.

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

Программа реализует модель образовательного процесса, в которой представлены современные подходы к организации всех видов детской деятельности в соответствии с принятыми методами воспитания, обучения и развития дошкольников, средствами образования, адекватными возрасту детей формами организации образовательной деятельности.

#### Вариативные способы реализации Образовательной Программы

Воспитательно-образовательный процесс условно подразделен на:

- Совместную деятельность с детьми:
  - образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности;
  - образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- Самостоятельную деятельность детей;
- Взаимодействие с семьями детей по реализации основной образовательной программы дошкольного образования.

#### Модель организации деятельности взрослых и детей

Совместная деятельность взрослого и детей	Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьями
♦ Двигательные подвижные дидактические игры, подвижные игры с правилами, игровые упражнения, соревнования.	Организация развивающей среды для самостоятельной деятельности детей:	Диагностирование Педагогическое просвещение родителей, обмен

<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Игровая: сюжетные игры, игры с правилами.</li> <li>◆ Коммуникативная беседа, ситуативный разговор, речевая ситуация, составление и отгадывание загадок, сюжетные игры, игры с правилами.</li> </ul>	<p>двигательной, игровой, продуктивной, трудовой, познавательно-исследовательской</p>	<p>опытом.</p> <p>Совместное творчество детей и взрослых.</p>
--	---	---

**Организация совместной деятельности.** Совместная деятельность – деятельность двух и более участников образовательного процесса (взрослых и воспитанников) по решению образовательных задач на одном пространстве и в одно и то же время. Предполагает индивидуальную, подгрупповую и групповую формы организации работы с воспитанниками.

Организация непосредственной образовательной деятельности НОД проводятся по подгруппам и фронтально. В середине каждого НОД педагоги проводят физкультминутку. Предусмотрены перерывы в зависимости от возраста воспитанников.

**Организация самостоятельной деятельности.**

1. Свободная деятельность воспитанников в условиях созданной педагогами предметно-развивающей образовательной среды, обеспечивающая выбор каждым ребенком деятельности по интересам и позволяющая ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально;

2. Организованная воспитателем деятельность воспитанников, направленная на решение задач, связанных с интересами других людей (эмоциональное благополучие других людей, помощь другим в быту и др.).

3. Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к занятиям, личная гигиена и др.) занимает в режиме дня не менее 3-4 часов.

**Взаимодействие с семьями воспитанников.**

**Формы работы с родителями:**

- Общие, групповые, тематические родительские собрания,
- Педагогические консультации и беседы,
- Совместное проведение занятий и досугов.
- «Дни открытых дверей»,
- Заседания клуба по интересам,
- Изучение опыта семейного воспитания, (анкетирование)

## **Вариативные формы реализации Образовательной Программы по образовательным областям**

Построение образовательного процесса основывается на адекватных возрасту формах работы с детьми. Выбор форм работы осуществляется педагогом самостоятельно и зависит от контингента воспитанников, оснащенности дошкольного учреждения, культурных и региональных особенностей, специфики дошкольного учреждения, от опыта и творческого подхода педагога.

В работе с детьми младшего дошкольного возраста используются преимущественно: игровые, сюжетные, интегрированные формы образовательной деятельности. Обучение происходит опосредованно, в процессе увлекательной для малышей деятельности.

В старшем дошкольном возрасте (старшая и подготовительная к школе группы) выделяется время для занятий учебно-тренирующего характера.

Одной из форм непосредственно образовательной деятельности является «занятие», которое рассматривается как - занимательное дело, без отождествления его с занятием как дидактической формой учебной деятельности. Это занимательное дело основано на одной из специфических детских деятельностей (или нескольких таких деятельностях – интеграции различных детских деятельностей), осуществляемых совместно со взрослым, и направлено на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей (интеграция содержания образовательных областей). Реализация занятия как дидактической формы учебной деятельности рассматривается только в старшем дошкольном возрасте.

Образовательная область <b>Физическое развитие</b>	Первая половина дня	Вторая половина дня
<b>Младший дошкольный возраст</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Прием детей в детский сад на воздухе в теплое время года</li> <li>◆ Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты)</li> <li>◆ Гигиенические процедуры (обширное умывание, полоскание рта)</li> <li>◆ Закаливание в повседневной жизни</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Гимнастика после сна</li> <li>◆ Закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком в спальне)</li> <li>◆ Физкультурные досуги, игры и развлечения</li> <li>◆ Самостоятельная двигательная деятельность</li> <li>◆ Ритмическая гимнастика</li> <li>◆ Хореография</li> <li>◆ Прогулка</li> </ul>

	<p>(облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, обширное умывание, воздушные ванны)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Физкультминутки на занятиях</li> <li>◆ НОД по физкультуре</li> <li>◆ Прогулка в двигательной активности</li> </ul>	<p>(индивидуальная работа по развитию движений)</p>
<p><b>Старший дошкольный возраст</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Прием детей в детский сад на воздухе в теплое время года</li> <li>◆ Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты)</li> <li>◆ Гигиенические процедуры (обширное умывание, полоскание рта)</li> <li>◆ Закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, обширное умывание, воздушные ванны)</li> <li>◆ Специальные виды закаливания</li> <li>◆ Физкультминутки</li> <li>◆ НОД по физическому развитию</li> <li>◆ Прогулка в двигательной активности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Гимнастика после сна</li> <li>◆ Закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком в спальне)</li> <li>◆ Физкультурные досуги, игры и развлечения</li> <li>◆ Самостоятельная двигательная деятельность</li> <li>◆ Ритмическая гимнастика</li> <li>◆ Хореография</li> <li>◆ Прогулка (индивидуальная работа по развитию движений)</li> </ul>

## Модель образовательного процесса

Уровни проектирования				
1	2	3	4	5
ФР	<p><b>- Физическое воспитание:</b>                      -охрана и укрепление здоровья, закаливание, развитие движений;                      -формирование нравственно-физических навыков, потребности в физическом совершенстве; воспитание культурно-гигиенических качеств;                      -формирование представлений о своем организме, здоровье, режиме, об активности и отдыхе;</p>	<p>Игра, общение,                      познавательно-исследовательская                      деятельность</p>	<p>Двигательная</p>	<p><b>НОД по физическому развитию;</b>                      утренняя гимнастика, подвижные игры с правилами (в т.ч. народные), игровые упражнения, двигательные паузы, спортивные пробежки, соревнования и праздники, эстафеты, физкультурные минутки и др.</p>

1. Выбор формы организации НОД остается за педагогом, который руководствуется программными требованиями, учитывает возрастные и индивидуальные особенности детей, ситуацию в группе.

### **2.1.3. Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.**

Вариативность форм, методов и средств реализации Программы во всех возрастных группах, используемых в организации образовательного процесса зависит от:

- . Возрастных особенностей воспитанников.
- . Индивидуальных и особых потребностей.
- . Личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей.
- . Степени организации деятельности воспитанников (непосредственно образовательная деятельность, деятельность в режимных моментах, свободная деятельность детей).

### **Формы организации непосредственно образовательной деятельности необходимо классифицировать в зависимости от:**

- .количества воспитанников (индивидуальные, подгрупповые, фронтальные);
- .степени интеграции (интегрированные, с доминирующей образовательной областью).

- .ведущего метода и/или совокупности методов в целом (ознакомительное, формирование определенных навыков, игровое, сюжетное и др).
- .сюжетообразующего компонента (пространство, основной идейный эмоциональный тон).

### Методы образования:

<i>Название метода</i>	<i>Определение метода</i>	<i>Рекомендация по их применению</i>
Словесные	Словесные методы подразделяются на следующие виды: рассказ, объяснение, беседа.	Словесные методы позволяют в кратчайший срок передать информацию детям.
Наглядные	методы, при которых ребенок получает информацию, с помощью наглядных пособий и технических средств. Наглядные методы используются во взаимосвязи со словесными и практическими методами обучения. Наглядные методы образования условно можно подразделить на две большие группы: метод иллюстраций и метод демонстраций.	<i>Метод иллюстраций</i> предполагает показ детям иллюстративных пособий: плакатов, картин, зарисовок на доске и пр. Метод демонстраций связан с показом мультфильмов, диафильмов и др. применению такого средства наглядности, как компьютер индивидуального пользования. Компьютеры дают возможность воспитателю моделировать определенные процессы и ситуации, выбирать из ряда возможных решений оптимальные по определенным критериям, т.е. значительно расширяют возможности наглядных методов в образовательном процессе при реализации ПООП дошкольного образования.
Практические	Практические методы обучения основаны на практической деятельности детей и формируют практические умения и	Выполнение практических заданий проводится после знакомства детей с тем или иным содержанием и носят обобщающий характер. Упражнения могут

	навыки.	проводиться не только в организованной образовательной деятельности, но и самостоятельной
Информационно-рецептивный	Воспитатель сообщает детям готовую информацию, а они ее воспринимают, осознают и фиксируют в памяти.	Один из наиболее экономных способов передачи информации. Однако при использовании этого метода обучения не формируются умения и навыки пользования полученными знаниями.
Репродуктивный	Суть метода состоит в многократном повторении способа деятельности по заданию воспитателя.	Деятельность воспитателя заключается в разработке и сообщении образца, а деятельность детей – в выполнении действий по образцу.
Проблемное изложение	Воспитатель ставит перед детьми проблему – сложный теоретический или практический вопрос, требующий исследования, разрешения, и сам показывает путь ее решения, вскрывая возникающие противоречия. Назначение этого метода – показать образцы научного познания, научного решения проблем.	Дети следят за логикой решения проблемы, получая эталон научного мышления и познания, образец культуры развертывания познавательных действий.
Частично-поисковый	Суть его состоит в том, что воспитатель расчленяет проблемную задачу на подпроблемы, а дети осуществляют отдельные шаги поиска ее решения.	Каждый шаг предполагает творческую деятельность, но целостное решение проблемы пока отсутствует.
Исследовательский	Этот метод призван обеспечить творческое применение знаний	В процессе образовательной деятельности дети овладевают методами познания, так формируется их опыт поисково-исследовательской

		деятельности
Активные методы	Активные методы предоставляют дошкольникам возможность обучаться на собственном опыте, приобретать разнообразный субъективный опыт.	Активные методы обучения предполагают использование в образовательном процессе определенной последовательности выполнения заданий: начиная с анализа и оценки конкретных ситуаций, дидактическим играм. Активные методы должны применяться по мере их усложнения. В группу активных методов образования входят дидактические игры – специально разработанные игры, моделирующие реальность

### Формы работы

Направления развития и образования детей	Формы работы	
	Младший дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровая беседа с элементами движений</li> <li>• Игра</li> <li>• Утренняя гимнастика</li> <li>• Интегративная деятельность</li> <li>• Упражнения</li> <li>• Экспериментирование</li> <li>• Ситуативный разговор</li> <li>• Беседа</li> <li>• Рассказ</li> <li>• Чтение</li> <li>• Проблемная ситуация</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Физкультурное занятие</li> <li>• Утренняя гимнастика</li> <li>• Игра</li> <li>• Беседа</li> <li>• Рассказ</li> <li>• Чтение</li> <li>• Рассматривание.</li> <li>• Интегративная деятельность</li> <li>• Спортивные и физкультурные досуги</li> <li>• Спортивные состязания</li> <li>• Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера</li> <li>• Проектная деятельность</li> <li>• Проблемная ситуация</li> </ul>

### Проектирование образовательного процесса в соответствии с контингентом воспитанников, их индивидуальными и возрастными особенностями, состоянием здоровья

Формы организации непосредственно-образовательной деятельности:



- в дошкольных группах - групповые, фронтальные

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

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности:

- для детей от 3 до 4 лет – не более 15 минут,
- для детей от 4 до 5 лет – не более 20 минут,
- для детей от 5 до 6 лет – не более 25 минут,
- для детей от 6 до 7 лет – не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня:

- в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно,
- в старшей и подготовительной группах – 45 минут и 1,5 часа соответственно.

В середине времени, отведённого на организованную образовательную деятельность, проводятся физкультурные минутки.

Перерывы между периодами организованной образовательной деятельности – не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми группы раннего возраста и старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Её продолжительность составляет не более 10 мин для группы раннего возраста и 25 – 30 минут для старшей и подготовительной группы. В середине организованной образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня.

В соответствии с Законом «Об образовании в РФ» для воспитанников МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска предлагаются дополнительные образовательные услуги, которые организуются в вечернее время 2 раза в неделю продолжительностью 25-30 минут (старший возраст).

Годовой календарный учебный график

По физическому развитию детского сада «Гусельки» г. Волгодонска ПРИЛОЖЕНИЕ 2 к образовательной программе.

Учебный план по физическому развитию детского сада «Гусельки» г. Волгодонска ПРИЛОЖЕНИЕ 3 к образовательной программе.

Расписание непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию ПРИЛОЖЕНИЕ 4 к образовательной программе.

#### **2.1.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик**

Разнообразные культурные практики организуются во второй половине дня. Они ориентированные на проявление у детей самостоятельности и творчества в разных видах деятельности. В процессе культурных практик воспитателем создаётся атмосфера свободы выбора, самовыражения, сотрудничество взрослого и детей. Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер.

В детском саду педагоги обеспечивают возможность для развития свободной игры детей, в том числе обеспечивая игровое пространство и вовлечение всех детей в разные виды деятельности и культурные практики, способствующие развитию норм социального поведения, интересов и познавательных действий».

Игровая деятельность дошкольников как культурная практика, представляя собой интегративное явление, обеспечивает удовлетворение актуальных запросов ребенка и общества за счет ориентации на потенциальные социальные возможности детей.

Ситуации могут планироваться педагогом заранее, а могут возникать в ответ на события, которые происходят в группе, способствовать разрешению возникающих проблем.

Культурные практики – понятие, объясняющее, как ребенок становится субъектом активного отношения, восприятия, выбора, пробы сил, принятия или непринятия чего – либо в своей жизни. Это понятие помогает объяснить, с помощью каких культурных механизмов ребенок выбирает то или иное действие и какое влияние на развитие имеет этот выбор.

Культурные практики – это ситуативное, автономное, самостоятельное, инициируемое взрослым или самим ребенком приобретение и повторение различного опыта общения и взаимодействия с людьми в различных группах, командах, сообществах и общественных структурах с взрослыми, сверстниками и младшими детьми. Это также освоение позитивного жизненного опыта сопереживания, доброжелательности и любви, дружбы, помощи, заботы, альтруизма, а также негативного опыта недовольства, обиды, ревности, протеста, грубости. От того, что именно будет практиковать ребенок, зависит его характер, система ценностей, стиль жизнедеятельности, дальнейшая судьба.

Игра, как одну из разнообразных культурных практик. Для ребенка среднего дошкольного возраста такая культурная практика является одной из ведущих.

ФГОС дошкольного образования включает образовательные ориентиры и требования, которые направлены на обеспечение полноценной жизни дошкольников и которым удовлетворяет именно организация игровой деятельности как культурной практики.

Игровая деятельность дошкольников как культурная практика,

представляя собой интегративное явление, обеспечивает удовлетворение актуальных запросов ребенка и общества за счет ориентации на потенциальные социальные возможности детей.

В группе среднего дошкольного возраста организуются следующие культурные практики:

**Совместная игра педагога и детей** (подвижная, с элементами спортивных игр).

**Ситуации общения и накопления положительного социально-эмоционального опыта** носят проблемный характер и заключают в себе жизненную проблему близкую детям данного возраста, в разрешении которой они принимают непосредственное участие.

**Детский досуг** - вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха.

В ходе культурной практики дети проявляют любознательность, задают вопросы взрослым и сверстникам, пытаются самостоятельно придумывать объяснения на возникающие вопросы. Таким образом, с помощью культурных практик мы реализуем целевые ориентиры на этапе завершения ФГОС ДО. Двигательная деятельность организуется при проведении физкультурных занятий, режимных моментов совместной деятельности взрослого и ребенка.

Двигательная деятельность - овладение основными движениями, различные формы активности ребенка.

**Культурные практики** ребенка обеспечивают его активную и продуктивную образовательную деятельность в дошкольном учреждении и вне его. Это – разнообразные, основанные на текущих и перспективных интересах ребенка виды самостоятельной деятельности, поведения и опыта, складывающегося с первых дней его жизни.

**Культурные практики** – это обычные для него (привычные, повседневные) **способы самоопределения и самореализации**, тесно связанные с экзистенциальным содержанием его бытия и события с другими людьми.

Это также **апробация новых способов и форм деятельности и поведения** в целях удовлетворения разнообразных потребностей и интересов. К культурным практикам можно отнести все разнообразие исследовательских, социально-ориентированных, организационно-коммуникативных, художественных способов действий.

**В дошкольном возрасте культурные практики вырастают на основе**, с одной стороны, взаимодействия с взрослыми, а с другой стороны, и это не менее важно для развития ребенка, на основе его постоянно расширяющихся самостоятельных действий (собственных проб, поиска, выбора, манипулирования предметами и действиями, конструирования, фантазирования, наблюдения-изучения-исследования). На основе культурных практик ребенка формируются его привычки, пристрастия,

интересы и излюбленные занятия, а также в известной мере черты характера и стиль поведения.

**Культурные практики** – это также стихийное и подчас обыденное освоение разного опыта общения и группового взаимодействия с взрослыми, сверстниками и младшими детьми. Это – приобретение собственного нравственного, эмоционального опыта сопереживания, заботы, эмпатии, помощи и т.п.

**Ситуации общения и накопления положительного социально-эмоционального опыта** носят проблемный характер и заключают в себе жизненную проблему, близкую детям дошкольного возраста, в разрешении которой они принимают непосредственное участие. Такие ситуации могут быть реально-практического характера (оказание помощи малышам, старшим), условно-вербального характера (на основе жизненных сюжетов или сюжетов литературных произведений) и имитационно-игровыми. В ситуациях условно-вербального характера воспитатель обогащает представления детей об опыте разрешения тех или иных проблем, вызывает детей на душевный разговор, связывает содержание разговора с личным опытом детей. В реально-практических ситуациях дети приобретают опыт проявления заботливого, участливого отношения к людям, принимают участие в важных делах. Ситуации могут планироваться воспитателем заранее, а могут возникать в ответ на события, которые происходят в группе, способствовать разрешению возникающих проблем.

**Детский досуг** — вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Как правило, в детском саду организуются досуги «Здоровья и подвижных игр», музыкальные и литературные досуги. Возможна организация досугов в соответствии с интересами и предпочтениями детей (в старшем дошкольном возрасте). В этом случае досуг организуется как кружок.

### **2.1.5. Способы и направления поддержки детской инициативы**

В ходе реализации образовательных задач Программы осуществляется **поддержка инициативы и самостоятельности детей**. Под самостоятельной деятельностью понимается свободная деятельность воспитанников в условиях созданной педагогами развивающей предметно-пространственной среды, обеспечивающей выбор каждым ребенком деятельности по интересам, позволяющей ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально. Детская самостоятельность - что не столько умение ребенка осуществлять определенное действие без помощи посторонних и постоянного контроля со стороны взрослых, сколько инициативность и способность ставить перед собой новые задачи и находить их решения в социально приемлемых формах.

Фундамент самостоятельности закладывается на границе раннего и дошкольного возрастов, дальнейшее развитие самостоятельности как

личностного качества в период дошкольного детства связано, в первую очередь, с развитием основных видов детской деятельности - сквозных механизмов развития ребенка.

Игры дают возможность активному проявлению индивидуальности ребенка, его находчивости, сообразительности, воображения. Особое место занимают игры, которые создаются самими детьми - творческие (в том числе сюжетно-ролевые). Игра как самостоятельная деятельность детей способствует приобретению ими опыта организации совместной деятельности на основе предварительного обдумывания, обсуждения общей цели, совместных усилий к ее достижению, общих интересов и переживаний.

При организации игры педагог стремится к тому, чтобы дети могли проявить творческую активность и инициативу, помогает детям «погрузиться» в игровую ситуацию и решать возникшие вопросы самостоятельно.

Детская инициативность и самостоятельность поддерживается педагогами и в процессе организации других видов деятельности (активности) - трудовой, конструктивной, изобразительной, музыкальной, двигательной, восприятия художественной литературы и фольклора и т.д.

Одной из основных образовательных задач Образовательной программы является **индивидуализация образовательного процесса**, взаимосвязь индивидуальных и групповых стратегий образования - важнейшее условие реализации личностно-ориентированного подхода в дошкольном образовании.

Под индивидуальной образовательной стратегией понимается система дидактических мер, обеспечивающих полноценное развитие ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями и социальным заказом его родителей (или их законных представителей).

Вариативность образовательных технологий, гибкость использования педагогических методов и приемов, используемых в Программе, обеспечивают многогранность развития дошкольников с учетом их индивидуальных особенностей. Роль педагога состоит в создании условий для свободной творческой деятельности детей и организации образовательного процесса методом реального сотворчества (с педагогом, родителями, другими детьми) в разных формах взаимодействия.

Деятельность педагога направляется, в первую очередь, на индивидуальную помощь ребенку в планировании своей деятельности, на консультирование по применению тех или иных информационных источников и дидактических пособий. Важнее не то, что знают и умеют воспитанники ДОО, а как они умеют реализовывать свой личностный потенциал в соответствии с индивидуальными способностями. Педагогу отводится роль помощника, партнера по общему делу и консультанта. Он выполняет сложную задачу создания оптимальных условий для

самореализации ребенка как свободной личности в «умном», гибком, комфортном образовательном пространстве.

В целях обеспечения индивидуализации образовательного процесса особое внимание в Образовательной программе уделяется:

- поддержке интересов ребенка со стороны взрослых, поощрению вопросов, инициативы и самостоятельности детей в различных культурных практиках;
- ознакомлению родителей с задачами индивидуального развития детей, методами, средствами и формами их реализации: согласование с родителями маршрутов индивидуального развития ребенка;
- учет конструктивных пожеланий родителей «во благо» ребенка.

### **2.1.6. Взаимодействие инструктора по физической культуре с семьями воспитанников**

Программа подчеркивает ценность семьи как уникального института воспитания и необходимость развития ответственных и плодотворных отношений с семьями воспитанников. В современных условиях дошкольное образовательное учреждение является единственным общественным институтом, регулярно и неформально взаимодействующим с семьей, то есть имеющим возможность оказывать на неё определенное влияние.

В основу совместной деятельности семьи и дошкольного учреждения заложены следующие принципы:

- единый подход к процессу воспитания ребёнка;
- открытость дошкольного учреждения для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- уважение и доброжелательность друг к другу;
- дифференцированный подход к каждой семье;
- равно ответственность родителей и педагогов.

#### **Задачи:**

- формирование психолого-педагогических знаний родителей;
- приобщение родителей к участию в жизни ДОУ;
- оказание помощи семьям воспитанников в развитии, воспитании и обучении детей;
- изучение и пропаганда лучшего семейного опыта.

#### **Система взаимодействия с родителями включает:**

- ознакомление родителей с результатами работы ДОУ на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни ДОУ;

- ознакомление родителей с содержанием работы ДООУ, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
- участие в составлении планов: спортивных и культурно-массовых мероприятий, работы родительского комитета;
- целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах;
- обучение конкретным приемам и методам воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности на семинарах-практикумах, консультациях и открытых занятиях.

### **Формы работы с родителями:**

1. Родительские собрания
2. Анкетирование
3. Консультации
4. Открытые просмотры
5. Информирование через папки передвижки, информационный стенд
6. Совместные занятия родителей с детьми
7. Праздники и развлечения

#### **2.1.7. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей**

*Содержание коррекционной работы* направлено на обеспечение коррекции недостатков в речевом развитии и оказание педагогической поддержки детям этой категории в освоении Программы.

Комплектование групп компенсирующей направленности осуществляется психолого-педагогической комиссией ( ППК). Срок освоения программ - от одного до двух лет в зависимости от времени зачисления ребенка в группу компенсирующей направленности и от тяжести речевого дефекта.

Речевое развитие – одно из важных и неотъемлемых звеньев в цепи всестороннего развития ребёнка, поскольку речь является одной из первоочередных психических функций человека. Она имеет огромное влияние на формирование психических процессов ребёнка и на его общее развитие. Речевые трудности могут повлечь за собой определённые негативные проявления во всех сферах жизни детей. Из-за трудностей речевого общения у ребёнка могут возникнуть неуверенность в себе, замкнутость, негативизм, снижение социальной активности.

Цели и задачи, решаемые на физкультурных занятиях в группах компенсирующей направленности для детей с тяжёлым нарушением речи:

Содействовать эффективной коррекции речевых нарушений с помощью средств физического воспитания.

Сохранять и укреплять здоровье детей,

формировать у них привычку к здоровому образу жизни; способствовать своевременному и полноценному психическому развитию каждого ребенка;

обеспечивать каждому ребенку возможность радостно и содержательно прожить период дошкольного детства.

Задачи:

1. Воспитание активного произвольного внимания к речи.
2. Активизация и развитие словарного запаса
3. Развитие двигательной активности артикуляционного аппарата
4. Формирование речевого дыхания
5. Усовершенствование глобальной координации движений и координации движений мелкой и артикуляционной моторики
6. Нормализация работы мимических мышц.
7. Улучшение тактильной чувствительности кистей и пальцев рук.

Принципы и подходы в организации образовательного процесса по физическому развитию детей с тяжелыми нарушениями речи.

Требования к организации физического воспитания:

1) Физическое воспитание детей должно быть направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств;

2) Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста и времени года. Рекомендуются использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения. В объеме двигательной активности воспитанников 5-7 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6-8 часов в неделю с учетом психологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольного образовательного учреждения. Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

3) Закаливание детей включает комплекс мероприятий: широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде и в помещении и на открытом воздухе, умывание прохладной водой и другие водные, воздушные и солнечные процедуры. Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, здоровья, с учетом подготовленности персонала и



материальной базы дошкольной образовательной организации. При организации закаливания должны быть реализованы основные гигиенические принципы - постепенность, систематичность, комплексность и учет индивидуальных особенностей ребенка.

4) Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений. Работа по физическому развитию проводится с учетом здоровья детей при постоянном контроле со стороны медицинских работников.

В содержании программы учтены основные принципы дошкольного образования:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 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);
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) сотрудничество Организации с семьей;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

При планировании и организации работы по направлению «Физическое развитие» по работе с детьми ТНР учитываются возрастные и индивидуальные особенности детей.

Здоровьесберегающая направленность коррекционно-развивающего процесса непосредственно в логопедической работе находит отражение в индивидуализации данного процесса и использовании здоровьесберегающих технологий (дыхательных и релаксационных упражнений, массажа при различных состояниях тонуса мышц, артикуляционной, пальчиковой гимнастик, су-джок терапии, пескотерапии, психотерапии и т.д.)

Формы взаимодействия между учителем-логопедом, воспитателем, педагогом-психологом, инструктором по физической культуре предусмотрены на всех этапах коррекционного воздействия.

При создании индивидуальной программы развития каждого ребенка учителем - логопедом обязательно учитывается структура дефекта и вид дефекта. В ходе углубленной диагностики специалистов, дифференциальной

диагностики выявляется структура и глубина нарушений, определяется реабилитационный потенциал детей. Средства создания таких программ базируются на принципе выявления «внутренней картины здоровья» ребенка в отличие от традиционной «внутренней картины болезни» (А.Р.Лурия). Ежегодно специалистами нашего детского сада осуществляется комплексное изучение всех особенностей детей; результаты комплексной диагностики вносятся в индивидуальные карты развития.

Индивидуальные программы развития включают в себя рекомендации по индивидуальному подходу к ребенку, содержание коррекционно-развивающей помощи специалистов разного профиля действия, формы участия родителей. Индивидуализация коррекционного процесса обеспечивается не только в ходе индивидуальных, но и групповых занятий.

Показателем эффективности нашей работы является *динамика достижений* ребенка. Положительная динамика уровня освоения образовательной и коррекционной программ дошкольного образования.

Подробнее об образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей в Адаптированной образовательной программе дошкольного образования муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада «Гусельки» г.Волгодонска для детей с тяжелыми нарушениями речи.

### **Тематический план старшей группы компенсирующей направленности для детей с ТНР**

недели	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
<b>Сентябрь</b>	Лето. Мониторинг достижения детьми планируемых результатов		Детский сад. Профессии	Игрушки
<b>Октябрь</b>	Перелётные птицы	Жизнь растений и животных осенью	Растения сада и огорода	Растения леса
<b>Ноябрь</b>	Дикие животные и их детёныши	Домашние животные и их детёныши	Зимующие птицы	
<b>Декабрь</b>	Одежда, обувь и головные уборы		Посуда	Новый год

<b>Январь</b>		Зимние забавы		Мебель
<b>Февраль</b>	Наш город	Транспорт. ПДД. Профессии	Наша Армия	Дом. Семья
<b>Март</b>	Мамин праздник	Подводный мир	Прилёт птиц	
<b>Апрель</b>	Насекомые	Космос	Комнатные растения	Растения луга и сада
<b>Май</b>	Весенние сельско-хозяйственные работы		Мониторинг достижения детьми планируемых результатов	

**Тематический план подготовительной группы компенсирующей  
направленности для детей с ОНР III уровня**

недели	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
<b>Сентябрь</b>	Конвенция			
	Осень Мониторинг достижения детьми планируемых результатов		Откуда хлеб пришёл?	
<b>Октябрь</b>	Ботаника. Причинно-следственные связи			
	Сад. Огород		Лес. Деревья. Грибы. Ягоды	
<b>Ноябрь</b>	Зоология			
	Перелётные птицы	Животные жарких стран	Животные холодных стран	Домашние животные и их детёныши
<b>Декабрь</b>	Археология			

	Дикие животные и их детёныши	Животные Донского края	Зимующие птицы	Новый год
<b>Январь</b>	Россия. Русское народное творчество			
		Зимние забавы		Россия. Москва. Символика
<b>Февраль</b>	Казачество			
	С чего начинается Родина? Архитектура. Строительные профессии		День Защитника Отечества	Зима (обобщение)
<b>Март</b>	Свойства материалов			
	8 Марта. Женские профессии	Одежда, обувь и головные уборы	Транспорт. ПДД. Профессии на транспорте.	
<b>Апрель</b>	Астрономия			
	Профессии. Орудия труда	Космос	Прилёт птиц	
<b>Май</b>	Мониторинг достижения детьми планируемых результатов			
		День Победы	Школа	Сад. Парк. Луг

**Приложение: АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
По физической культуре  
для дошкольников 5-7 лет  
с ТНР

**2.1.8. Система физкультурно-оздоровительной работы**

**Цель:** Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Основные принципы физкультурно-оздоровительной работы:

- принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей
- принцип научности - подкрепление проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками
- принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности

- принцип результативности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья

- принцип результативности и гарантированности - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительных результатов независимо от возраста и уровня физического развития.

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1	Проведение антропометрии детей	В начале и конце учебного года	Медицинская сестра
2	Оценка физического развития, распределение по группам здоровья	В начале и конце учебного года	Медицинская сестра
3	Соблюдение режима прогулок в течение года	Постоянно	Медицинская сестра, воспитатели
5	Воздушные ванны в сочетании с физическими упражнениями и ходьбой по «дорожкам»	Постоянно	Медицинская сестра
6	Хожение по ребристой дорожке для профилактики плоскостопия	Постоянно	Инструктор по физической культуре, воспитатели
7	Гимнастика пробуждения по системе Н.Н. Ефименко	Постоянно	Воспитатели групп
8	Витаминизация 3-го блюда витамином С	Постоянно	Медицинская сестра
9	Оксалиновая мазь во время карантина		Медицинская сестра
10	Кварцевание помещений	Постоянно	Медицинская сестра
11	Точечный массаж по Уманской	По рекомендации	Медицинская сестра, воспитатели
12	Сокращение времени пребывания в ДОУ вновь поступивших детей	На период адаптации	Медицинская сестра
13	П/и, физические упражнения на прогулке	Постоянно	Воспитатели групп
14	Включение в комплексы утренней разминки и	Постоянно	Воспитатели групп

	физических занятий упражнений по профилактике плоскостопия и нарушения осанки		
15	Аэрофитотерапия во время сна	Постоянно	Воспитатели
16	Сон без маек	В теплый период	Воспитатели групп
17	Диспансерный осмотр врачом педиатром МУЗ «ДГП»	2 раза в год	Врач МУЗ «ДГБ»
18	Осмотр узкими специалистами МУЗ «ДГП»	1 раз в год	МУЗ «ДГП»
19	Профилактические мероприятия по предупреждению гриппа. Употребление фитонцидов в пищу	В эпид. период	Медицинская сестра
20	Организация и соблюдение санитарно - гигиенического режима	Постоянно	Медицинская сестра, воспитатели групп
21	Закаливающие процедуры	Постоянно	Медицинская сестра, воспитатели групп
22	Соблюдение температурного режима в ДОУ	Постоянно	Медицинская сестра, воспитатели групп
23	Организация утреннего осмотра и работы филтров по приему воспитанников в группу	Постоянно	Медицинская сестра, воспитатели групп
24	Организация двигательной активности в ходе режимных моментов и НОД	Постоянно	Инструктор по физической культуре, воспитатели

### **Двигательная деятельность, ее вариативность.**

1. Утренняя гимнастика (ежедневно в зале, на воздухе - летом)
  - традиционный комплекс
  - подвижные игры
  - оздоровительные пробежки вокруг детского сада
  - преодоление полосы препятствий
2. Двигательная разминка между занятиями (ежедневно)
  - подвижные игровые упражнения
  - игры на ориентировку в пространстве

- двигательное задание
3. Физкультминутка (зависит от типа занятия) (ежедневно)
    - упражнения для развития мелкой моторики
    - имитационные упражнения
    - общеразвивающие упражнения
  4. Подвижные игры и физические упражнения (ежедневно)
    - подвижные игры
    - спортивные упражнения
    - двигательное задание с использованием полосы препятствий
    - упражнения в основных видах движений
    - элементы спортивных игр
  5. Индивидуальная работа с детьми по развитию движений (ежедневно)
    - дифференцированные игры, подобранные с учетом двигательной активности ребенка
    - упражнения на формирование осанки и стопы
    - двигательное задание по усмотрению воспитателя
  6. Гимнастика после дневного сна в разных формах (ежедневно) разминка в постели
    - игровые упражнения, сюжетно-игровая гимнастика
    - ходьба по массажным дорожкам, полоса препятствий
  7. Самостоятельная творческая деятельность детей на воздухе (ежедневно) под руководством воспитателя
  8. Учебные занятия по физической культуре
    - традиционное
    - игровое, сюжетно-игровое
    - тренировочное, по интересам детей
    - комплексное, контрольно-проверочное

### **2.1.9. Иные характеристики содержания Образовательной программы, наиболее существенные с точки зрения авторов**

Образовательное содержание гармонично входит в мир современного ребенка через его взаимодействие с различными сферами культуры: с изобразительным искусством и музыкой, детской литературой и родным языком, экологией, математикой, игрой и трудом.

Основное образовательное содержание Образовательной программы реализуется в повседневной жизни, в совместной деятельности, путем интеграции естественных для дошкольника видов деятельности, главным из которых является игра. Педагог наполняет повседневную жизнь детей интересными делами, проблемами, идеями, включает каждого ребенка в

содержательную деятельность, способствует реализации детских интересов и жизненной активности.

Обучение детей строится как увлекательная проблемно-игровая деятельность, обеспечивающая субъектную позицию ребенка и постоянный рост его самостоятельности и творчества. Дети осваивают обобщенные представления, элементарные предметные понятия, простейшие связи и закономерности с помощью метода моделирования. Педагогический процесс предполагает преимущественное использование наглядно-практических методов и способов организации деятельности: наблюдений, экскурсий, элементарных опытов и экспериментов, игровых ситуаций. Реализация программы осуществляется по принципам развивающего обучения.

Воспитательный аспект программы заложен в приобщении детей к истокам народной культуры своей страны: произведениям устного народного творчества, народным хоровым играм, народной музыке и танцам, декоративно-прикладному искусству России. Акцент делается на приобщение детей к добру, красоте, ненасилию, уважению к другим народам.

Линия развития чувств определяет направление эмоционального развития дошкольника и обеспечивает эмоционально-комфортное состояние ребенка в общении с взрослыми и сверстниками, а также гармонию с предметным миром. Программа ставит задачу воспитания у детей на основе разного образовательного содержания эмоциональной отзывчивости, способности к сопереживанию, готовности к проявлению гуманного отношения в детской деятельности, поведении, поступках. Единство эстетических чувств и нравственных переживаний создает основу для понимания ценности всего, что создано природой и человеком.

Процесс развития дошкольника осуществляется успешно при условии его активного взаимодействия с миром. Педагоги способствуют развитию познавательной активности, любознательности, стремления к самостоятельному познанию и размышлению, развитию умственных способностей и речи.

Образовательная программа обеспечивает развитие наглядно-образного мышления и воображения. Ее задача – пробудить творческую активность детей, стимулировать воображение, желание включаться в творческую деятельность. Атмосфера детского сада насыщена разнообразными ситуациями, побуждающими детей к творческой самостоятельности и проявлению фантазии.

Выпускник детского сада способен самостоятельно решать доступные познавательные задачи, осознанно использует разные способы и приемы познания, проявляет интерес к экспериментированию, готовность к логическому познанию, имеет опыт успешной творческой деятельности. Пути и средства реализации содержания Образовательной программы определены по каждому возрасту, календарно по месяцам, по разделам, по образовательным областям Программы, в соответствии с ФГОС ДО.



Приоритетна ведущая деятельность – игра, в разных ее формах и видах. Кроме этого, процесс познания у ребенка происходит эмоционально-практическим путем, каждый дошкольник – маленький исследователь, с радостью и удивлением открывающий для себя окружающий мир. Поэтому важным, значимым и востребованным является детское экспериментирование с предметами, материалами.

Важно поддержать активную художественно-продуктивную деятельность ребенка, разнообразить ее. Чем полнее и разнообразнее детская деятельность, чем более она значима для ребенка и отвечает его природе, тем успешнее идет его развитие, реализуются потенциальные возможности и первые творческие проявления.

Вот почему наиболее близкие и естественные для ребенка-дошкольника виды деятельности - игра, общение со взрослыми и сверстниками, экспериментирование, художественно-продуктивные виды деятельности, детский труд –занимают особое место в Программе. Именно в этих видах деятельности при условии освоения ребенком позиции субъекта происходит интенсивное интеллектуальное, эмоционально-личностное развитие, что составляет важнейшую базу для начала систематического обучения в школе.

Реализация Программы требует целесообразной организации предметно-развивающей среды, которая создается с учетом возрастных возможностей детей, их половых отличий, интересов и склонностей. Каждый ребенок должен в течение дня найти для себя увлекательное дело, занятие. Подбор дидактических материалов, игр, пособий, детской литературы учитывает особенности разноуровневого развития детей и помогает осуществить необходимую коррекцию для позитивного продвижения каждого ребенка.

При построении педагогического процесса основное образовательное содержание педагоги осуществляют в повседневной жизни, в совместной с детьми деятельности, путем интеграции естественных для дошкольника видах деятельности, главным из которых является игра.

Воспитатель наполняет повседневную жизнь детей интересными делами, проблемами, идеями, включает каждого ребенка в содержательную деятельность, способствует реализации детских интересов и жизненной активности. Организуя деятельность детей, воспитатель развивает у каждого ребенка стремление к проявлению инициативы и самостоятельности, к поиску разумного и достойного выхода из различных жизненных ситуаций.

Педагогический процесс включает также организованную образовательную деятельность согласно режиму дня и учебному плану. Назначение игр - занятий состоит в систематизации, углублении, обобщении личного опыта ребенка: в освоении новых, сложных способов познавательной деятельности; в осознании связей и зависимостей, которые скрыты от детей в повседневных делах и требуют для освоения специальных условий и управления со стороны педагога. На занятиях дети осваивают

обобщения (обобщенные представления, элементарные предметные понятия), простейшие закономерности. При этом значимо использование разнообразных моделей и моделирования. Обучение детей строится как увлекательная проблемно-игровая деятельность, обеспечивающая субъектную позицию ребенка и постоянный рост его самостоятельности и творчества. В большинстве своем занятия проводятся по подгруппам и имеют интегративный характер.

Педагогический процесс включает организацию самостоятельной деятельности детей. С этой целью создается развивающая педагогическая среда, организуется педагогически целесообразное взаимодействие взрослого и ребенка. Задача педагога – развитие интересов, склонностей, способностей каждого ребенка, стимулирование его активности, самостоятельности. Деятельность в условиях обогащенной развивающей среды позволяет ребенку проявить пытливость, любознательность, познавать окружающее без принуждения, стремиться к творческому отображению познанного. В условиях развивающей среды ребенок реализует свое право на свободу выбора деятельности.

Построение педагогического процесса предполагает преимущественное использование наглядно-практических методов и способов организации деятельности: наблюдений, экскурсий, элементарных опытов и экспериментирования, игровых проблемных ситуаций и пр. Педагогический процесс строится на принципах развивающего обучения, что является концептуальной основой Программы. Содержательные связи между разными разделами программы позволяют педагогу интегрировать образовательное содержание при решении воспитательно-образовательных задач. Именно это дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребенка.

## *2. Часть программы, формируемая участниками образовательного процесса*

### **2.2.1. Региональный компонент**

Образовательный процесс ДОУ осуществляется с учетом национально-культурных традиций Донского края, включающий следующие компоненты:

- Познавательный компонент – информационная база, все, что составляет содержание истории, культуры, традиций Донского края;
- Эмоционально-нравственный компонент – это эмоционально-чувственная сторона личности, связанная с ее ценностями, идеалами, мотивами, желаниями, стремлением к саморазвитию, самореализации;
- Поведенческий компонент – это психологическая готовность личности к реализации своих функций участника социокультурного процесса, выражающийся в конкретных поступках, поведении, отношении.

- территориальное расположение и возможности МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска.

Системообразующим компонентом выступает цель, направленная на обеспечение исторической преемственности поколений, воспитание нравственно здоровой личности, хозяина родной земли, наследника таланта и мастерства и традиций предков.

Задачи физического развития:

Развивать эмоциональную свободу, физическую выносливость, смекалку и ловкость, через традиционные игры и забавы Донского казачества, используя на прогулках, праздниках и развлечениях такие игры и забавы донских казачат как:

«Ремень», «Айданчик», «Камешки», «Пень», «Пасхальные яйца», «Нагайка», «Наездники», «Длинная лоза», «Самый меткий», «Утица», «Бой с булавами», «Конь-огонь», «Лошадки», «Заря-зарница», «Ярмарка» и др.

При организации образовательного процесса учитываются климатические особенности региона. Ростовская область – средняя полоса России: время начала и окончания тех или иных сезонных явлений (листопад, таяние снега и т. д.) и интенсивность их протекания; состав флоры и фауны; длительность светового дня; погодные условия и т. д.

### **2.2.2. Приоритетное направление деятельности МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска. Инновационная деятельность**

В 2018 году МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска присвоен статус городской инновационной площадки по реализации проекта: «Образовательные терренкуры на территории детского сада как инновационный метод оздоровления и всестороннего развития дошкольников в условиях реализации ФГОС ДО

В федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования, утв. приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 (далее - ФГОС ДО), сформулированы требования к развивающей предметно-пространственной среде ДОО, делающие акцент на территории (участке), прилегающей к образовательной организации или находящейся на небольшом удалении от нее, приспособленной для реализации образовательной программы дошкольного образования и включающей материалы, оборудование и инвентарь для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета и коррекции недостатков развития.

Согласно ФГОС ДО развивающая предметно-пространственная среда должна:

- обеспечивать возможность общения и совместной деятельности детей и взрослых, двигательной активности дошкольников, а также возможности для уединения;
- быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

Трансформируемость пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды территории, прилегающей к ДОО, в зависимости от образовательной ситуации, в т. ч. от меняющихся интересов и возможностей детей.

Одним из способов создания единого образовательного пространства развития ребенка, включая прилегающую территорию, может являться организация центров познавательно-исследовательской деятельности на участке детского сада.

Терренкур (нем. terrain — местность, участок, территория, kur — лечение) — метод лечения дозированными по расстоянию, времени и углу наклона пешими восхождениями по размеченным маршрутам. Естественный терренкур лечит не только дозированной нагрузкой, но и общением с природой, чистым воздухом, психоэмоциональным комфортом. Терренкур способствует закаливанию организма, а красоты природы, спокойная обстановка создают предпосылки для снятия нервно-эмоционального напряжения.

Образовательные терренкуры — это специально организованные маршруты для детей по территории ДОО с посещением зоны игр на асфальте, центров познавательно-исследовательской деятельности, прохождением экологических и оздоровительных троп.

Цель образовательного терренкура - оздоровление организма воспитанников, повышение уровня двигательной активности, познавательно-исследовательская деятельность детей и взрослых.

Задачами образовательного терренкура являются:

- упражнение детей в основных движениях;
- развитие у них выносливости, ловкости, координации движений, навыков самоорганизации;
- воспитание любознательности, ответственного отношения к прогулкам на природе, чувства коллективизма, взаимопомощи.

Требования к организации образовательных терренкуров с детьми и соблюдению правил безопасности в ходе их проведения:

- примерные варианты маршрутов разрабатываются с учетом физической нагрузки, познавательного содержания, интересов детей, обсуждаются в процессе взаимодействия воспитателей и инструктора по физической культуре, старшего воспитателя, утверждаются заведующим детского сада;
- оборудование и атрибуты для организации спортивных, дидактических игр, самостоятельной деятельности дошкольников подбираются

в соответствии с разработанными маршрутами с учетом интересов детей, времени года и погодных условий;

- прогулки предусматривают контроль за соблюдением правильного дыхания, сохранение оптимальной нагрузки, результатом которой является появление у участников маршрута приятной усталости к концу пути;
- одежда и обувь воспитанников для пеших прогулок должны соответствовать сезону года и погодным условиям;

обязательно проведение инструктажа с воспитанниками перед проведением маршрута.

**Маршруты по терренкуру разбиваются на несколько Станций (домов):**

- Лес
- Метеостанция
- Сад камней
- Поляна богатырей
- Водоем
- Лаборатория «Смекалочка»
- Математическая станция «Развивалочка»
- Космодром
- Казачье подворье
- Рисовалочка

### **Структура образовательного терренкура**

Содержание терренкура зависит от выбранной тематики, времени года и погоды. В пешие прогулки педагоги могут включить познавательные беседы, наблюдения за насекомыми, птицами, растениями, сбор природного материала, знакомые детям подвижные и дидактические игры, игры на внимание, спортивные игры, комплекс оздоровительных физических упражнений.

Структура пеших прогулок предполагает:

- сбор и движение до следующей точки маршрута;
- остановку, привал, познавательно-исследовательскую деятельность детей и взрослых;
- комплекс оздоровительных игр и физических упражнений;
- самостоятельную деятельность детей;
- сбор и возвращение в группу.

При проведении образовательных терренкуров с детьми педагоги должны соблюдать определенные требования к их организации и правила безопасности.

Переходя в процессе передвижения по маршруту терренкура от одной точки к другой, дети проводят опыты, исследования, повторяют счет,

составляют устные рассказы, изучают свойства растений и следы птиц и животных, занимаются физическими упражнениями, играют в подвижные игры и игры на асфальте.

Такое игровое пространство способствует физическому, интеллектуальному и психоэмоциональному развитию ребенка: он учится общаться с окружающим миром, у него развивается крупная и мелкая моторика, речь и ее интонационная выразительность, глазомер, соотносящие движения.

### **2.2.3. Дополнительное образование**

МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска имеет право на оказание услуг по дополнительному образованию для детей и взрослых.

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

Дошкольный возраст – наиболее целесообразный период для художественного-эстетического, познавательного и физического развития, так как в этом возрасте дети обладают большим потенциалом фантазии, двигательной активности, поэтому я использую дополнительную программу, которая предусматривает расширение этого потенциала, формирование и совершенствование уникальных детских способностей.

#### **приоритетное направление в физическом воспитании «Грация» (пластическая гимнастика)**

##### Цель:

- . Способствовать всестороннему развитию ребенка-дошкольника, раскрытию его творческих возможностей и способностей, свободному выбору ребенком вида деятельности, раскрытию социально значимых качеств личности: активности, инициативности, самостоятельности, ответственности.
- . Создавать условия для последовательного формирования естественных основных движений;
- . Проводить профилактику и коррекцию двигательных нарушений через такую инновационную форму работы как ГПБ (по авторской методике доктора педагогических наук Ефименко Н.Н.);

##### Задачи:

- . Способствовать развитию музыкальности, пластичности, создавать условия для творческого самовыражения;
- . Приобщать к здоровому образу жизни.

Приложение: Программа дополнительного образования по физическому воспитанию «Грация».

#### 2.2.4. Традиции МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска

В МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска физкультурные занятия, праздники и развлечения организуются в соответствии с тематическим планом на учебный год. Кроме этого в физкультурном зале для всех возрастных групп организуется наглядная среда в соответствии с темой недели и физкультурной сказки.

Месяц	Неделя (дата)	Тема для групп раннего и младшего возраста	Тема для групп среднего, старшего и подготовительного возраста
сентябрь	1	«Здравствуй, детский сад!»	«День знаний»
	2	«Мой дом, мой город»	«Моя страна, моя планета»
	3	«Колобок – румяный бок»	«Хлеб – всему голова»
	4	«Все работы хороши»	«Все работы хороши»
	5	«Неделя здоровья»	«Неделя здоровья»
октябрь	1,2	«День дедушек и бабушек»	«День дедушек и бабушек»
	3	«В мире животных»	«Животные нашего края»
	4	«Мир растений»	«Растения нашего края»
	5	«Краски осени»	«Краски осени»
ноябрь	1	«Дружба»	«День народного единства»
	2	«Зимовье зверей»	«Зимовье зверей»
	3	«День рождение Деда Мороза»	«День рождение Деда Мороза»
	4	«Загадки динозаврика»	«Юные археологи»
декабрь	1	«Зима-волшебница»	«Зима-волшебница»
	2	«Город – мастеров»	«Город – мастеров»
	3	«Родной край, люби и знай»	«Казачьему роду нет перевода»
	4	«Новогодние чудеса»	«Новогодние чудеса»
	5	«Зимние забавы»	«Зимние забавы»
январь	1	«Мир детского кино»	«Мир детского кино»
	2	«Неделя детских изобретений»	«Неделя детских изобретений»
	3	«В гостях у сказки»	«Сказка ложь, да в ней намек...»
	4	«Зимний лес»	«Животные холодных стран»

февраль	1	«В мире доброты»	«Добрые дела»
	2	«Быть здоровыми хотим!»	«Здоровым быть – здорово!»
	3	«Наши защитники»	«Есть такая профессия – Родину защищать!»
	4	«Книжкины именины»	«Книжка-именинница»
март	1	«Любимая мама»	«8 марта – Международный женский день»
	2	«К бабушке на блины»	«Масленица»
	3	«Весна идет! Весне дорогу!»	«Весна идет! Весне дорогу!»
	4.5	«Вода - волшебница»	«Подводное царство – морское государство» (22 марта День воды)
апрель	1	«День смеха, шуток, прибауток»	«День смеха, шуток, прибауток»
	2	«Земля – наш общий дом»	«Земля – наш общий дом»
	3	«День космонавтики»	«День космонавтики»
	4	«Наши зеленые друзья»	«Деревья – наши друзья»
	5	«День танца»	«День танца»
май	1	«Праздник весны»	«Праздник весны»
	2	«Моя семья»	«Моя семья»
	3	«Солнце, Воздух и Вода – наши лучшие друзья»	«Солнце, Воздух и Вода – наши лучшие друзья»
	4	«Вот какие мы большие»	«До свидания детский сад»

Традиционными являются мероприятия по приобщению к здоровому образу жизни:

Открытые просмотры «Неделя здоровья»

Информирование через папки передвижки, информационный стенд «Быть здоровыми хотим!»

Совместные занятия родителей с детьми «Зимние забавы», «Вода - волшебница», «Моя семья»;

Праздники и развлечения «Солнце, Воздух и Вода – наши лучшие друзья», «Здоровым быть – здорово!» и др.



## **2.2.5. Взаимодействие МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска с социальными партнерами**

МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска активно сотрудничает с образовательными учреждениями и учреждениями культуры г. Волгодонска. Права и обязанности сотрудничества с социальными учреждениями регулируются договором. Совместные мероприятия освещаются СМИ. Партнерство с данными организациями помогает осуществить возможность дополнительного образования и успешной социализации детей.

### **Преимственность со школой**

МБДОУ ДС «Гусельки» г. Волгодонска взаимодействует с начальным звеном МБОУ СШ №8 «Классическая» г. Волгодонска и МБОУ СШ №10 «Центр образования» г. Волгодонска.

Школа и детский сад нацелены на реализацию комплекса образовательных задач, которые исходят из двух взаимодействующих целей – подготовить ребенка дошкольного возраста к обучению в школе и в начальной школе заложить базу для дальнейшего активного обучения.

Готовность к обучению в начальной школе предполагает физиологическую зрелость и психологическую готовность, готовность к обучению в основной школе - наличие способности обучаться.

**Цель работы:** обеспечение преемственности и непрерывности в организации образовательной, воспитательной, учебно-методической работы между дошкольным и начальным звеном образования.

#### **Задачи:**

- Согласовать цели и задачи дошкольного и школьного начального образования.
- Создать психолого-педагогические условия, обеспечивающие сохранность здоровья, непрерывность психофизического развития дошкольника и младшего школьника.
- Обеспечить условия для реализации плавного, бесстрессового перехода детей от игровой деятельности к учебе.
- Преемственность учебных планов и программ дошкольного и школьного начального образования.

Организация работы по предшкольному обучению детей старшего дошкольного возраста осуществляется по *следующим направлениям:*

- организационно-методическое обеспечение;
- работа с детьми;
- работа с родителями.

#### **Организационно-методическое обеспечение включает:**

- Совместные педагогические советы по вопросам преемственности.

- Совместные заседания педагогов и учителей по вопросам эффективности работы учителей и воспитателей МБДОУ ДС «Гусельки» г.Волгодонска по подготовке детей к обучению в школе.

- Семинары-практикумы.

- Взаимопосещения уроков и непосредственно образовательной деятельности.

- Изучение опыта использования вариативных форм, методов и приемов работы в практике учителей и воспитателей.

**Работа с детьми включает:**

- Совместную работу психологов по отслеживанию развития детей, определению школьной зрелости.

- Совместное проведение праздников, спортивных мероприятий.

**Система взаимодействия педагога и родителей включает:**

- Совместное проведение родительских собраний.

- Проведение дней открытых дверей.

- Консультации психолога и учителя.

- Организация экскурсий по школе.

- Привлечение родителей к организации детских праздников, спортивных соревнований.

Взаимодействие МБДОУ ДС «Гусельки» г.Волгодонска и школы в процессе подготовки детей к школьному обучению предполагает создание комплекса условий, обеспечивающих формирование готовности ребенка к школе на основе единых требований. Адаптационные занятия позволяют преодолеть последствия имеющегося у ребенка негативного опыта общения с социумом и предполагают более легкую адаптацию к условиям школы.

**Ожидаемые результаты.**

Такая целенаправленная работа по подготовке детей к школе способствует созданию и совершенствованию благоприятных условий для обеспечения:

- личностного развития ребенка;
- укрепления психического и физического здоровья;
- целостного восприятия картины окружающего мира;
- формирования социально-нравственных норм и готовности к школьному обучению;
- преодоления разноуровневой подготовки;
- обеспечению более успешной адаптации детей к обучению в начальных классах, сохранению желания дошкольников учиться и развиваться.

## **2.2.6. Организация работы группы кратковременного пребывания.**

**Цели деятельности группы:**

- всестороннее развитие детей;
- ранняя социализация детей, позволяющая обеспечить их успешную адаптацию к поступлению в детский сад;

- педагогическое просвещение родителей.

**Основные задачи:**

- охрана жизни и здоровья детей, развитие индивидуальных возможностей каждого ребенка, его психическое и физическое развитие;
- формирование у детей способов и средств общения со взрослыми и сверстниками;
- развитие речи детей и усвоение ими общественно выработанных способов использования предметов;
- взаимодействие с родителями с целью развития педагогической рефлексии для полноценного развития ребенка.

<b>Организация воспитательно-образовательного процесса</b>		
<b>Приоритетные направления:</b> Социализация детей в обществе сверстников и их развитие в основных видах детской деятельности. Развитие речи и речевого общения детей.	<b>Образовательный процесс</b> включает гибкое содержание и педагогические технологии, обеспечивающие индивидуальное, личностно-ориентированное развитие каждого ребенка.	<b>Создание психологического комфорта и условий</b> для развития различных видов деятельности с учетом возможностей, интересов, потребностей самих детей и их родителей.

Режим работы группы кратковременного пребывания воспитанников с 8.00 до 12.00 ежедневно, кроме субботы и воскресенья. Реализация муниципальных услуг «Присмотр и уход» и «Реализация образовательных программ» осуществляется на базе группы соответствующей возрасту ребенка, посещающего детский сад кратковременно.

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### *1. Обязательная часть программы*

#### **3.1.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие детей**

Согласно п.3.2.1 ФГОС ДО для успешной реализации Программы должны быть обеспечены следующие психолого-педагогические условия, которые гарантируют охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, обеспечивают их эмоциональное благополучие:

- уважительное отношение к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих возрастным и индивидуальным особенностям

(недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

- поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;

- поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах;

- возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;

- защита детей от всех форм физического и психического насилия;

- поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении здоровья, вовлечение семей в непосредственно образовательную деятельность.

Условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста (п.3.2.5 ФГОС ДО), предполагают:

1. Обеспечение эмоционального благополучия через: - непосредственное общение с каждым ребенком; - уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям.

2. Поддержка 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; - не директивную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности.

3. Установление правил взаимодействия в разных ситуациях:

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

- развитие коммуникативных способностей, позволяющих разрешить 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 (зона ближайшего развития 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 детей, 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.

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

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

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

3. **Формирование игры** как важнейшего фактора развития ребенка.

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

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

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

7. **Профессиональное развитие педагогов**, направленное на развитие профессиональных компетентностей, в том числе коммуникативной компетентности и мастерства мотивирования ребенка, а также владения правилами безопасного пользования Интернетом, предполагающее создание сетевого взаимодействия педагогов и управленцев, работающих по Программе.

Основной целью системы психолого-педагогического обеспечения педагогического процесса в МБДОУ, выступает создание условий, направленных на полноценное психофизическое развитие детей и обеспечение их эмоционального благополучия.

### 3.1.2. Описание материально-технического обеспечения программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Образовательные программы	Методические технологии	Наглядные материалы и аудио приложения (составлены физинструктором)
<p>Инновационная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – М.: Мозаика – Синтез, 2020г.</p> <p>Парциальная авторская программа доктора педагогических наук Н.Н.Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». Таганрог 2013г.</p>	<p>«Физкультурные сказки» Н.Н. Ефименко;  «Развивающие занятия по физической культуре» Н.Ф. Дик, Е.В. Жердева;  «Развивающая педагогика оздоровления» В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров;  «Горизонтальный пластический балет» Н.Н.Ефименко;  Коррекция нарушений речевого развития в «Театре физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста» Н.Н. Ефименко, Т.Н. Измайлова.</p>	<p>Подборка аудио приложений по темам физкультурных сказок: «Времена года», «Осень-осень в гости просим», «Лесные узоры», «Бабушка Зима», «Игрушки», «Подводные обитатели», «Цирк», «Космические путешественники», «Девушка Весна», «Красавица лето», «В гостях у сказки». Картотека стихов и загадок, подвижных игр по темам, словесно-двигательных упражнений, коррегирующих упражнений, разминок, гимнастик-пробуждений, иллюстраций по различным видам спорта и по темам физкультурных сказок.</p>

### 3.1.3. Организация развивающей предметно-пространственной среды физкультурного зала, его инвентарь и оборудование:

Помещение физкультурного зала имеет три зоны:

1. Обширная зона площадью 60 кв. м. с безопасной горизонтальной поверхностью, покрытой линолеумом, коврами, предназначенной для непосредственно образовательной деятельности, формирования у детей основных движений и для проведения, подвижных игр, эстафет и соревнований. Эта зона обеспечена достаточным естественным и электроосвещением. Оконные проёмы защищены шторами из сетчатой ткани.

2. Обособленная зона площадью 25 кв. м. с безопасной горизонтальной поверхностью, покрытой линолеумом, двумя ковровыми дорожками, с двумя тренажёрными гимнастическими комплексами, предназначенными для решения двигательных задач на конкретном занятии по физической культуре. Эта зона обеспечена достаточным естественным и электроосвещением. Оконные проёмы защищены шторами. Здесь же находится система хранения физкультурного инвентаря и оборудования.

3. Обособленное помещение площадью 02 кв. м. с электроосвещением, предназначенное для работы инструктора по физической культуре по подготовке к непосредственно образовательной деятельности различным мероприятиям по физической культуре, хранения личных вещей, методических материалов, оснащено необходимой мебелью: шкафом для одежды, тумбочкой, книжной полкой, компьютерным столом, компьютером, стулом, офисным креслом.

#### Перечень материалов и оборудования для создания развивающей предметно-пространственной среды:

№ п/п	наименование	единица измерен.	кол-во
1	Гимнастическая стенка (4 пролёта)	шт.	1
2	Приставные наклонные доски: ширина 20 см	шт.	2
3	Детский гимнастический комплекс	шт.	2
4	Гимнастические скамейки (длина 3,0 м; высота 30 см.)	шт.	2
5	Маты маленькие	шт.	8
6	Дуги для подлезания: Высота 60см., 50 см., 40см.	шт.	6
7	Обручи: D – 50 D – 70	шт. шт.	15 15

	D - 90	шт.	20
8	Палки гимнастические	шт.	20
9	Канаты: D – 4см D – 1,5см	шт. шт.	2 1
10	Скакалки	шт.	25
11	Разноцветные флажки	шт.	20
12	Пластиковые разноцветные шарики	шт.	100
13	Разноцветные кубики	шт.	40
14	Мешочки с песком	шт.	20
15	Мячи: Волейбольный Футбольный Баскетбольный	шт.	1 1 2
16	Мячи резиновые: D – 25см D – 12см D – 10см	шт. шт. шт.	20 20 20
17	Баскетбольные стойки с корзинами	шт.	2
18	Кегельбан	компл.	1
19	Кольцеброс	компл.	1
20	Волейбольная сетка	шт.	1
21	Мячи надувные	шт.	10
22	Шарики теннисные	шт.	60
23	Разноцветные ленточки, платочки	шт.	20
24	Мягкие модули	компл.	2
25	Коррекционные дорожки	шт.	2
26	Купол	шт.	1
27	Фитболы	шт.	2
28	Напольные весы	шт.	1
29	Медболы: Вес -1кг. Вес – 0,5кг	шт. шт.	10 10
30	Дарц с дротиками	Компл.	2
31	Зеркальная стенка	шт.	4



32	Ковровое покрытие	шт.	2
33	Информационный стенд	шт.	3
34	Хоккейные клюшки	шт.	2
35	Хоккейные шайбы	шт.	6
36	Музыкальный центр	шт.	1
37	Музыкальная колонка	шт.	1
38	Игрушки, маски, эмблемы и др. для подвижных и спортивных игр.		
39	Приставная лестница с зацепами	шт.	1
40	Переносная верёвочная лестница	шт.	1
41	Цветные напольные диски D 30см	шт.	10
42	Цветные напольные кольца D 40см	шт.	10
43	Гимнастические скамейки (длина 2,5м, высота 30см)	шт.	2
44	Батут напольный	шт.	1
45	Пластмассовые ведёрки	шт.	4
45	Корзины для хранения физкультурного инвентаря	шт.	2
46	Система хранения физкультурного инвентаря(подвесная)	шт.	2
47	Система хранения физкультурного инвентаря (напольная)	шт.	1
48	Пластмассовые напольные полки для хранения физкультурного инвентаря	шт.	2
49	Сухой бассейн	шт.	1
50	Мягкий модуль (черепаха)	шт.	1
51	Цветные мешочки	шт.	16

### 3.1.4. Распорядок и режим дня

Режим дня в соответствии с Образовательной программой МБДОУ ДС «Гусельки»

Формы физического воспитания ДОУ в режиме дня воспитанников

-Утренняя гимнастика	постоянно
-Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре: (физкультурные сказки в помещении) (на свежем воздухе)	Постоянно 2раза в неделю 1раз в неделю
-физкультурные минутки -	Постоянно в НОД ежедневно
-гимнастика пробуждение после дневного сна (в условиях спальни)	Постоянно ежедневно
-физкультурные развлечения	Постоянно ежемесячно

-закаливающие процедуры	Постоянно ежедневно
-подвижные игры (народные, спортивные, придуманные)	Постоянно ежедневно
-пластик-шоу	Постоянно 1раз в неделю
-физкультурный праздник	Постоянно ежеквартально
-пешие переходы по пересечённой местности, преодоление определённых естественных препятствий.	Постоянно
-день здоровья	Постоянно один раз в год
-соревнования в определённом (адаптивном для дошкольников) виде спорта.	Постоянно один раз в год

### Учебная нагрузка по физическому воспитанию:

#### 2 младшая группа (3-4года)

Форма деятельности по физкультуре		В неделю		В год
		Количество	Продолжительность	Количество
Форма деятельности по физкультуре	Непосредственно - образовательная деятельность	2	15 мин.	72
	Праздники, развлечения		25 мин.	2-3

#### Средняя группа (4-5лет)

Форма деятельности по физкультуре		В неделю		В год
		Количество	Продолжительность	Количество
Форма деятельности по физкультуре	Непосредственно - образовательная деятельность	2	20 мин.	72
	Праздники, развлечения		30 мин.	2-3

**Старшая группа(5-6лет), а также  
(компенсирующей направленности для детей с нарушением речи)**

Форма деятельности по физкультуре		В неделю		В год
		Количество	Продолжительность	Количество
Форма деятельности по физкультуре	Непосредственно - образовательная деятельность	2	25 мин.	72
	Праздники, развлечения		45 мин.	2-3

**Подготовительная к школе группа (6-7лет), а также  
(компенсирующей направленности для детей с нарушением речи)**

Форма деятельности по физкультуре		В неделю		В год
		Количество	Продолжительность	Количество
Форма деятельности по физкультуре	Непосредственно - образовательная деятельность		30 мин.	72
	Праздники, развлечения		50 мин.	2-3

**3.1.5.ТРАДИЦИОННЫЕ СОБЫТИЯ, ПРАЗДНИКИ, МЕРОПРИЯТИЯ**

№ п/п	Форма Работы	Тема мероприятия	Участники	Ответственный
<b>СЕНТЯБРЬ</b>				
1.	Праздник, посвященный Дню знаний	«Вперед за знаниями!» (праздник на улице)	Всевозрастные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе Педагог – психолог Е.А. Слаква
2.	Спортивное развлечение	«По дороге за Смешариками»	Старшие и подготовительные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе
3.	Кукольный театр	«Сказки малышам»	Младшие и средние группы	Музыкальный руководитель

				В.В. Бузун Педагоги ДОУ
<b>ОКТАБРЬ</b>				
1.	Выездной праздник, посвященный дню «Пожилого человека»	«Возраст счастью не помеха»	Старшие и подготовительные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе Педагог – психолог Е.А. Слаква Учитель – логопед Епонешникова О.В. Рогожина Л. В.
2.	Кукольный театр	«Осенние истории»	Все возрастные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Педагоги ДОУ
3.	Осенний праздник	«В гостях у Осени»	Группа раннего возраста	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Педагоги ДОУ
4.	Осенний праздник	«Осенние развлечения»	Младшая группа	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп
5.	Осенний праздник	«Осеннее путешествие»	Средние группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп
6.	Осенний праздник	«Государыня Осень»	Старшие группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп
7.	Осенний праздник	«Осенний бал»	Подготовительные к школе группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп
8.	Спортивное развлечение	«Осень – осень, в гости просим.	Старшие и подготовительные группы	Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе Воспитатели
<b>НОЯБРЬ</b>				
1.	Праздничное мероприятие	День народного единства	Подготовительные к школе группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп
2.	Квест - игра для родителей и детей, ко Дню Матери.	«Дорогие Мамы»	Старшие группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп
3.	Концертная	«Мамино сердце»	Подготовительные	Музыкальный

	программа ко Дню Матери		к школе группы	руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп
4.	Досуговое мероприятие	«Бесстрашные путешественники»	Средние группы	Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе Воспитатели
5.	Досуговое мероприятие	«Джунгли зовут»	Старшие и подготовительные группы	Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе Воспитатели
<b>ДЕКАБРЬ</b>				
1.	Досуговое мероприятие	12 декабря - День Конституции	Подготовительные к школе группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
2.	Новогодний праздник	«В гости к Дедушке Морозу»	Группа раннего возраста	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
3.	Новогодний праздник	«Веселый Новый год!»	Младшая группа	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
4.	Новогодний праздник	«Новогодние приключения»	Средние группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
5.	Новогодний праздник	«Открываем в сказку двери»	Старшие группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
6.	Новогодний праздник	«Новогодние чудеса»	Подготовительные к школе группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
<b>ЯНВАРЬ</b>				
1.	Досуговое мероприятие	«Приключение Снеговика»	Старшие и подготовительные группы	Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе Воспитатели
2.	Музыкальное развлечение	«Пришла коляда, отворяй ворота!»	Старшие и подготовительные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп

				Специалисты ДОУ
3.	Досуговое мероприятие	«Кабы не было зимы»	Средние группы	Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе Воспитатели
4.	Музыкальное развлечение	«Прощание с елкой»	Все возрастные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
5.	Досуговое мероприятие на улице	«Зимние забавы»	Все возрастные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
<b>ФЕВРАЛЬ</b>				
1.	Спортивное развлечение	«Богатырские потехи»	Средние группы	Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе Воспитатели
2.	Музыкально – спортивный досуг	«Наша Армия»	Старшие и подготовительные группы	Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели
<b>МАРТ</b>				
1.	Масленичные гуляния	«Широкая масленица»	Все возрастные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
2.	Весенний праздник	«Веснушка – весна»	Группа раннего возраста	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
3.	Весенний праздник	«Весна с улыбкой шлет привет»	Младшая группа	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
4.	Весенний праздник	«Маму поздравляем»	Средние группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
5.	Весенний праздник	«Весна – красна»	Старшие группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп

				Специалисты ДОУ
6.	Весенний праздник	«В прекрасном королевстве»	Подготовительные к школе группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
<b>АПРЕЛЬ</b>				
1.	Игровой досуг	«День смеха»	Все возрастные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
2.	Досуговое мероприятие	«Международный день театра»	Подготовительные к школе группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
3.	Тематическое мероприятие	«День космонавтики»	Старшие и подготовительные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
4.	Спортивное развлечение	«Весна – красна»	Средние группы	Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе Воспитатели
5.	Спортивное развлечение	«Подвижные народные игры»	Старшие и подготовительные группы	Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе Воспитатели
6.	Тематическое мероприятие	«День Земли»	Средние группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
7.	Кукольный театр	«Весенняя сказка»	Группа раннего возраста Младшая группа	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
<b>МАЙ</b>				
1.	Тематическое мероприятие	«День Победы»	Старшие и подготовительные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
2.	Спортивное развлечение	«Игры Донских Казачат»	Старшие и подготовительные группы	Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе Воспитатели
3.	Спортивное	«Папа, мама,	Все возрастные	Инструктор по ФК

	развлечение	занимайтесь со мной»	группы	Т.Н. Чикаидзе Воспитатели
4.	Выпускной бал	«До свидания, детский сад»	Подготовительные к школе группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
<b>ИЮНЬ</b>				
1.	Музыкально – спортивный досуг	«Пусть всегда будет солнце!»	Все возрастные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
2.	Игровой досуг	«Азбука безопасности»	Средние и старшие группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
<b>ИЮЛЬ</b>				
1.	Спортивное – оздоровительный праздник	«Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	Все возрастные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
2.	Спортивное – оздоровительный праздник	«Праздник мыльных пузырей»	Все возрастные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
3.	Музыкально – спортивное развлечение	«День Нептуна»	Все возрастные группы	Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе Воспитатели
<b>АВГУСТ</b>				
1.	Спортивное развлечение	«Если хочешь быть здоров»	Все возрастные группы	Инструктор по ФК Т.Н. Чикаидзе Воспитатели
2.	Тематическое мероприятие	«День Российского флага»	Все возрастные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
3.	Спортивное – оздоровительный праздник	«День воздушных шариков»	Все возрастные группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ
4.	Спортивное развлечение	«Летние Олимпийские игры»	Средние, старшие, подготовительные к школе группы	Музыкальный руководитель В.В. Бузун Воспитатели групп Специалисты ДОУ



## *2. Часть программы, формируемая участниками образовательного процесса*

### **3.2.5. Методическая литература, позволяющая ознакомиться с содержанием парциальных программ, методик, форм организации образовательной работы**

-«Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения» С.О.Филиппова Санкт-Петербург «Детство-пресс» 2005г.;

-«Физкультурные сказки» Н.Н. Ефименко Харьков издательство «Ранок» 2005г.;

-«Развивающие занятия по физической культуре» Н.Ф. Дик, Е.В. Жердева Ростов-на-Дону «Феникс» 2005г.;

-«Развивающая педагогика оздоровления» В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров «Линка-Пресс» Москва 2000г.;

-«Горизонтальный пластический балет» Н.Н.Ефименко НП «Познание» Таганрог 2001г.;

-«Коррекция нарушений речевого развития в «Театре физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста» Н.Н. Ефименко, Т.Н. Измайлова Библиотечка «Физическое воспитание и логопедия», выпуск 1 2007г.;

-«Физическое и речевое развитие дошкольников: взаимодействие учителя-логопеда и инструктора по физкультуре» Творческий центр Сфера Москва 2009г.;

-«Коррекция двигательных и речевых нарушений у детей с ТНР методами физического воспитания» Москва Владос 2017г.;

-«Методика игрового тестирования в норме и при патологии» Н. Н. Ефименко Таганрог 2000г.;

-«Условия оптимизации здоровьесохранной деятельности в ДОУ Ростовской области» Методическое пособие под редакцией А.К.Сундуковой часть II Ростов-на-Дону ИПК и ПРО 2009г.;

-«Коррекционный театр физического развития дошкольников с нарушениями опорно - двигательного аппарата» Винница «Нилан-ЛТД» 2017г.;

-«Сколиоз у детей: как его вовремя выявлять и преодолевать» Н.Н. Ефименко авторская библиотечка «Коррекционный театр физического воспитания и оздоровления детей» выпуск 5;

-«Гендерное воспитание в физическом развитии дошкольников» методическое пособие для педагогов, психологов, родителей Винница ТВОРИ 2019;

- «Театрализация физического воспитания дошкольников» учебно-методическое пособие Винница «Нилан-ЛТД» 2016г.;

-«Групповой боди-тренинг взрослых и малышей до 1-3 лет» Н.Н. Ефименко, В.В. Беседа методическое пособие для педагогов, медиков, родителей Библиотечка «физическое воспитание и оздоровление детей раннего возраста» выпуск 2 2008г.;

-«Коррекционный боди-тренинг взрослых и малышей до 3-х лет» (церебральный тип двигательных нарушений) Н.Н. Ефименко, В.В. Беседа методическое пособие для педагогов, медиков, родителей Библиотечка «физическое воспитание и оздоровление детей раннего возраста» выпуск 3 2010г.;

-«Коррекционный боди-тренинг взрослых и малышей до 3-х лет» (шейный тип двигательных нарушений) Н.Н. Ефименко, В.В. Беседа методическое пособие для педагогов, медиков, родителей Библиотечка «физическое воспитание и оздоровление детей раннего возраста» выпуск 4 2011г.;

-«Неправильная физкультура (в детском саду и школе)» Н.Н. Ефименко Винница 2009г.;

-«Как победить плоскостопие и слабость в ногах» Н.Н. Ефименко авторская библиотечка «Коррекционный театр физического воспитания и оздоровления детей» выпуск 1 Таганрог 2002г.;

-«Шея – это очень серьезно!» Н.Н. Ефименко авторская библиотечка «Коррекционный театр физического воспитания и оздоровления детей» выпуск 2 Таганрог 2002г.;

-«Дети с полыми стопами» Н.Н. Ефименко авторская библиотечка «Коррекционный театр физического воспитания и оздоровления детей» выпуск 3 Таганрог 2005г.;

-«Откуда берётся косолапость и как её преодолевать» Н.Н. Ефименко авторская библиотечка «Коррекционный театр физического воспитания и оздоровления детей» выпуск 4 Таганрог 2007г.;

-«Авторские тренажёры в физическом воспитании и двигательной реабилитации детей» Н.Н. Ефименко, Н.Д. Мога Винница «Глобус-пресс»2011г.

-«Взаимодействие педагогов и родителей в реализации физического развития детей 3-7 лет» И.А. Стефанович издательство «Учитель» Волгоград 2014г.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1**

**Диагностические карты наблюдения двигательного развития детей и средние показатели результирующих тестов**

**Образовательная область «Физическое развитие» (методика игрового тестирования Н.Н.Ефименко)**

**Обследование \_\_\_\_\_ группы \_\_\_\_\_ лет \_\_\_\_\_ дата \_\_\_\_\_**

№ п/п	ФИО ребенка	«сильная рука»				«пирамидка» Развитие кистевой моторики, сбориание пирамидки из 4 фрагментов на скорость (сек)	«артиллерист»		«журавлик»		«обезьянка»		«кенгуру»		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)		
		Кистевая динамометрия (кг)		IX	V		IX	V	IX	V	IX	V	IX	V	IX	V	
правая	левая	IX	V			IX											V
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
10																	
11																	
12																	
13																	
14																	
15																	
16																	
17																	

18																		
19																		
20																		
21																		
22																		
23																		
24																		
25																		
Итоговый показатель по группе (среднее значение)																		

**Средние показатели результирующих тестов («Методика игрового тестирования Н.Н.Ефименко»)**  
(Разработала инструктор по ф/к Чикаидзе Т.Н. по МБДОУ ДС «Гусельки»)  
**(мальчики    девочки)**

**в средней группе общеразвивающей направленности**

«сильная рука»		«пирамидка» Развитие кистевой моторики, собирание пирамидки из 4 фрагментов на скорость (сек)	«артиллерист» Бросание двумя руками из-за головы медбола(1кг), из положения: сидя на ростовом стуле (см)	«журавлик» Статическое равновесие: сто на месте на одной ноге, руки стороны с открытыми глазам (сек)	«обезьянка...» Глобальная координация Лазание по гимнастич. лестницеНа определённую высоту на скорость(сек)	«кенгуру» Скоростно-силовые проявления ног: прыжок в длину с места двумя ногами (см)
Кистевая динамометрия (кг)						
правая	левая					
<b>6.0-6.5</b>	<b>5.5-6.0</b>	<b>7.8-8.0</b>	<b>150-160</b>	<b>15-17</b>	<b>17.5-20</b>	<b>70-80</b>
<b>5.5-6.0</b>	<b>5.0-5.5</b>	<b>7.6-8.0</b>	<b>140-150</b>	<b>17-20</b>	<b>18.5-21</b>	<b>60-70</b>

**в старшей группе общеразвивающей направленности**

«сильная рука»		«пирамидка» Развитие кистевой моторики, собирание пирамидки из 4 фрагментов на скорость (сек)	«артиллерист» Бросание двумя руками из-за головы медбола(1кг), из положения: сидя на ростовом стуле (см)	«журавлик» Статическое равновесие: сто на месте на одной ноге, руки стороны с открытыми глазами (сек)	«обезьянка...» Глобальная координация Лазание по гимнастич. лестницеНа определённую высоту на скорость(сек)	«кенгуру» Скоростно-силовые проявления ног: прыжок в длину с места двумя ногами (см)
Кистевая динамометрия (кг)						
правая	левая					
<b>6.5-7.0</b>	<b>6.0-6.5</b>	<b>6.7-7.0</b>	<b>180-210</b>	<b>17-20</b>	<b>14.5-16.0</b>	<b>95-100</b>
<b>6.0-6.5</b>	<b>5.5-6.0</b>	<b>6.5-7.0</b>	<b>160-190</b>	<b>20-25</b>	<b>15.0-18.0</b>	<b>85-95</b>

### **в подготовительной группе общеразвивающей направленности**

«сильная рука»		«пирамидка» Развитие кистевой моторики, собирание пирамидки из 4 фрагментов на скорость (сек)	«артиллерист» Бросание двумя руками из-за головы медбола(1кг), из положения: сидя на ростовом стуле (см)	«журавлик» Статическое равновесие: сто на месте на одной ноге, руки стороны с закрытыми глазами (сек)	«обезьянка...» Глобальная координация Лазание по гимнастич. лестницеНа определённую высоту на скорость(сек)	«кенгуру» Скоростно-силовые проявления ног: прыжок в длину с места двумя ногами (см)
Кистевая динамометрия (кг)						
правая	левая					
<b>7.5-8.5</b>	<b>6.5-7.5</b>	<b>5.7-6.0</b>	<b>240-270</b>	<b>8.0-10.0</b>	<b>8.5-10.0</b>	<b>110-130</b>

<b>7.0-7.5</b>	<b>6.0-6.5</b>	<b>5.6-6.0</b>	<b>200-240</b>	<b>8.5-12.0</b>	<b>9.5-12.0</b>	<b>100-120</b>
----------------	----------------	----------------	----------------	-----------------	-----------------	----------------

### в младшей группе общеразвивающей направленности

«сильная рука»		«пирамидка» Развитие кистевой моторики, собирание пирамидки из 4 фрагментов на скорость (сек)	«артиллерист» Бросание двумя руками из-за головы медбола(1кг), из положения: сидя на ростовом стуле (см)	«журавлик» Статическое равновесие: сто на месте на одной ноге, руки стороны с открытыми глазам (сек)	«обезьянка...» Глобальная координация Лазание по гимнастич. лестницеНа определённую высоту на скорость(сек)	«кенгуру» Скоростно-силовые проявления ног: прыжок в длину с места двумя ногами (см)
Кистевая динамометрия (кг)						
правая	левая					
<b>4.5-4.8</b>	<b>4.0-4.5</b>	<b>9.3-9.5</b>	<b>130-140</b>	<b>9.9-11.0</b>	<b>20.0-22.0</b>	<b>70-75</b>
<b>4.3-4.5</b>	<b>3.3-3.5</b>	<b>9.1-9.3</b>	<b>120-130</b>	<b>10.0-12.0</b>	<b>21.0-23.0</b>	<b>60-65</b>

### в старшей группе компенсирующей направленности для детей с тяжёлым нарушением речи

«сильная рука»		«пирамидка» Развитие кистевой моторики, собирание пирамидки из 4 фрагментов на скорость	«артиллерист» Бросание двумя руками из-за головы медбола(1кг), из положения: сидя на	«журавлик» Статическое равновесие: сто на месте на одной ноге, руки стороны с открытыми глазам (сек)	«обезьянка...» Глобальная координация Лазание по гимнастич. лестницеНа определённую	«кенгуру» Скоростно-силовые проявления ног: прыжок в длину с места
Кистевая динамометрия (кг)						

правая	левая	(сек)	ростовом стуле (см)		высоту на скорость(сек)	двумя ногами (см)	
<b>6.2-6.7</b>	<b>6.0-6.5</b>	<b>7.0-7.5</b>	<b>170-200</b>		<b>13-16</b>	<b>15.5-16.5</b>	<b>90-95</b>
<b>6.0-6.5</b>	<b>5.0-5.5</b>	<b>6.5-7.0</b>	<b>140-160</b>		<b>15-18</b>	<b>16.0-18.5</b>	<b>80-90</b>

**в подготовительной группе компенсирующей направленности для детей с тяжёлым нарушением речи**

«сильная рука» Кистевая динамометрия (кг)		«пирамидка» Развитие кистевой моторики, собирание пирамидки из 4 фрагментов на скорость (сек)	«артиллерист» Бросание двумя руками из-за головы медбола(1кг), из положения: сидя на ростовом стуле (см)	«журавлик» Статическое равновесие: сто на месте на одной ноге, руки стороны с закрытыми глазами (сек)	«обезьянка...» Глобальная координация Лазание по гимнастич. лестницеНа определённую высоту на скорость(сек)	«кенгуру» Скоростно-силовые проявления ног: прыжок в длину с места двумя ногами (см)
правая	левая					
<b>7.0-8.0</b>	<b>6.0-7.0</b>	<b>6.0-7.0</b>	<b>230-260</b>	<b>7.0-9.0</b>	<b>9.5-12.0</b>	<b>100-120</b>
<b>6.5-7.0</b>	<b>5.5-6.0</b>	<b>6.2-6.5</b>	<b>200-220</b>	<b>7.5-10.0</b>	<b>10.5-15.0</b>	<b>90-110</b>



## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Годовой матричный календарный план-график (большое планирование) и Примерный календарно-тематический план на год в средней, старшей, подготовительной группах.

### Принципы планирования:

1. Количественный
2. Качественный
3. Повторности
4. Возрастной принцип
5. Календарный
6. Внутрицикловой
7. Принцип вариативности навыков

### Примерный календарно-тематический план в общеразвивающей средней гр.(4-5 лет)

дата	Тема	ПОДР
Сентябрь 1 2 3 4 5 6 7 8	Мониторинг двигательного развития детей	Методика игрового тестирования Н.Н.Ефименко
Октябрь 9 10 11	БТИ: «Осень-осень, в гости просим» СМИ: «Приключение осенних листочков»  БТИ: «Золотая осень» СМИ: «Волшебные превращения»  БТИ: «Море» СМИ: «Загадки морского царя» (с использованием модулей)	лежащий
Октябрь 11 12	БТИ: «Осень» СМИ: «Путешествие дождевой капельки»  БТИ: «Кукольный мир» СМИ: «В магазине игрушек» (с использованием г/скамеек)  БТИ: «Природа» СМИ: «Осенние облака» (с использованием обручей, мячей)	Ползательный

Октябрь 13 14 15	БТИ: «Золотая осень» СМИ: «Как паучок к зиме готовился» (с использованием мячей D-25см, 5-6 кеглей, игрушечный паучок).	Сидячий
Октябрь 16 17 18	БТИ: «Мой весёлый звонкий мяч» СМИ: «Школа мяча» (с использованием б/мячей по количеству детей)	Стоячий
Ноябрь 19 20	БТИ: «Волшебница осень» СМИ: «Осенняя сказка» (с использованием цветных лент, стойки, натянутый шнур, корзина с бутафорскими фруктами.)	Ходьбовый
Ноябрь 21 22	БТИ: «Мир приключений» СМИ: «В цирке» (с использованием наклонных досок, г/стенки)	Лазательный
Ноябрь 23	БТИ: «Весёлые соревнования» СМИ: «Звериные старты» (с использованием модулей, г\скамьи, разноцветных флажков)	Беговой
Ноябрь 24	БТИ: «Мир приключений» СМИ: «Палочка-выручалочка» (с использованием г/палок, г\стенки)	Прыжковый
Декабрь 1 2	БТИ: «Природа» СМИ: «Подводный мир»	Лежачий
Декабрь 3 4 5	БТИ: «Гостья-зима» СМИ: «Лиса – охотница» (с использованием матов)  БТИ: «В мире сказок» СМИ: «Карлсон, который живёт на крыше»	Ползательный
Декабрь 6 7 8	БТИ: «Зимние забавы» СМИ : «Приключения Снегурочки» (с использованием м/мячей по кол-ву детей, подвесных колокольчиков, наклонной доски.)  БТИ: «Заботимся о своём здоровье» СМИ: «Если бы ноги стали руками» (профилактика стопных нарушений, с использованием палочек, лоскутков, м/мячей, г/скамеек)	Сидячий
Январь 9 10 11	БТИ: «Времена года» СМИ: «Бабушка Зима» (с использованием обручей)	Стоячий Полный круг

	<p>БТИ: «Мир вокруг» СМИ: «Все профессии важны, все профессии нужны» (с использованием г/скамеек, фитболов, шеста, Наклонных досок, г/стенки)</p>	
<p>Январь 12 13 14</p>	<p>БТИ: «МИР приключений» СМИ: «Карнавал снежинок и снеговиков» (с использованием обручей, мячей)</p>	Ходьбовый
<p>Январь 15 16 Февраль 17</p>	<p>БТИ: «МИР вокруг» СМИ: «Бесстрашные путешественники» (с использованием г/скамьи, каната, г/лестницы, скакалок)</p>	Лазательный
<p>Февраль 18 19 20 21</p>	<p>БТИ: «В мире сказок» СМИ: «Красная шапочка и волк» (с использованием куба)</p>	Беговой
<p>Февраль 22 23 24</p>	<p>БТИ: «Борьба со страхом» СМИ: «Не такой, уже этот Страх и страшный» (с использованием обручей, каната, 2-х стоек)</p>	Прыжковый
<p>Март 1 2</p>	<p>БТИ: «Одежда и обувь» СМИ: «Приключения домашних тапочек»</p> <p>БТИ: «Мир вокруг» СМИ: «Путешествие в весенний лес» (с использованием г/скамеек, мячей, наклонной доски, мешочков с песком, кубиков.)</p>	Ползательный Полный круг
<p>Март 3 4 5</p>	<p>БТИ: «Растения» СМИ: «Приключения Пушинки-Веселинки» (с использованием цветных ленточек по количеству детей, наклонная доска, г/стенки)</p> <p>БТИ: «Путешествие на лодках» СМИ: «Спасатели» (с использованием г/скамеек)</p> <p>БТИ: «Времена года» СМИ: «Девушка Весна» (с использованием г/матов, ленточек, колец, каната)</p>	Сидячий
<p>Март 6 7 8</p>	<p>БТИ: «Мир вокруг» СМИ: «Королевство волшебных мячей» (с использованием мячей среднего размера, баскетбольных стоек)</p> <p>БТИ: «Мир приключений»</p>	Стоячий

	<p>СМИ: «Строительство корабля» (с использованием г/скамеек, кубов, каната)</p> <p>БТИ: «Мы спортсмены» СМИ: «Играем в пионербол» (с использованием волейбольной сетки, надувного мяча)</p>	
<p>Апрель 9 10 11</p>	<p>БТИ: «Мир вокруг» СМИ: «Тренировка космонавтов» (с использованием батута, г/стенки, г/скамеек, модулей)</p> <p>БТИ: «Мир приключений» СМИ: «Сказка о любопытном солнечном зайчике». (с использованием модулей, н/досок)</p> <p>БТИ: «В мире животных» СМИ: «Путешествие в лес»</p>	<p>Ходьбовый</p> <p>Полный круг</p>
<p>Апрель 12 13 14</p>	<p>БТИ: «Приходи сказка» СМИ: «У солнышка в гостях» (с использованием мячей, каната, г/скамеек, кубиков, г/стенки.)</p> <p>БТИ: «Мир сказок» СМИ: «Королевство лучика» (с использованием 2 канатов, 10 кубиков, 2 теннисных мячей, г/стенки)</p>	Лазательный
<p>Апрель 15 16 Май 17</p>	<p>БТИ: «Мир вокруг» СМИ: «Как радуга цвета искала» (4 дуги, 5 полосок «травки», 2 картонных подсолнуха с лепестками, 2 каната)</p> <p>БТИ: «Гостя весна» СМИ: «Забавные веснушки» (с использованием г/стенки)</p>	Беговой
<p>Май 18 19 20</p>	<p>БТИ: «Приходи сказка» СМИ: «Приключения маленьких зелёных человечков» (с использованием каната)</p> <p>БТИ: «Дружба» СМИ: «Приключения Кузи и Ньюры» (с использованием г/скамеек, батута, обручей, мешочков с песком)</p>	<p>Прыжковый</p> <p>Полный круг</p>

	БТИ: «Природа» СМИ: «Во саду ли, в огороде» (с использованием г/скамеек)	
Май 21 22 23 24	Мониторинг двигательной подготовленности детей	

**2.2.7. Примерный календарно-тематический план в общеразвивающей старшей гр.(5-блет)**

<b>дата</b>	<b>Тема</b>	<b>ПОДР</b>
Сентябрь 1 2 3 4 5 6 7 8	Мониторинг двигательного развития детей	Методика игрового тестирования Н.Н.Ефименко
Октябрь 9 10	БТИ: «Осень в гости к нам пришла» СМИ: «Приключения Листовичков»  БТИ: «Природа» СМИ: «Осенние облака» (с использованием обручей, мячей)  БТИ: «Кукольный мир» СМИ: «В магазине игрушек» (с использованием г/скамеек)	Ползательный  Полный круг
Октябрь 11 12 13	БТИ: «Осень» СМИ: «Путешествие дождевой капельки»  БТИ: «Золотая осень» СМИ: «Как паучок к зиме готовился» (с использованием мячей D-25см, 5-6 кеглей, игрушечный паучок).	Сидячий
Октябрь 14 15 16	БТИ: «Мой весёлый звонкий мяч» СМИ: «Школа мяча» (с использованием б/мячей по количеству детей)	Стоячий
Ноябрь 17 18 19	БТИ: «Волшебница осень» СМИ: «Осенняя сказка» (с использованием цветных лент, стойки, натянутый шнур, корзина с бутафорскими фруктами.)	Ходьбовый

Ноябрь 20 21	БТИ: «Мир приключений» СМИ: «В цирке» (с использованием наклонных досок, г/стенки)	Лазательный
Ноябрь 22 23	БТИ: «Весёлые соревнования» СМИ: «Звериные старты» (с использованием модулей, г/скамьи, г/стенки, разноцветных флажков)	Беговой
Ноябрь 24	БТИ: «Мы спортсмены» СМИ: «Палочка-выручалочка» (с использованием г/палок, г/стенки)	Прыжковый
Декабрь 1 2	БТИ: «Природа» СМИ: «Подводный мир»	Лежачий
Декабрь 3 4	БТИ: «Гостья-зима» СМИ: «Лиса – охотница» (с использованием матов)  БТИ: «В мире сказок» СМИ: «Карлсон, который живёт на крыше»	Ползательный
Декабрь 5 6 7	БТИ: «В мире сказок» СМИ: «Малыш и Карлсон»  БТИ: «Заботимся о своём здоровье» СМИ: «Если бы ноги стали руками» (профилактика стопных нарушений, с использованием палочек, лоскутков, м/мячей, листов бумаги, фломастеров) г/скамеек)	Сидячий
Декабрь 8 Январь 9 10	БТИ: «Времена года» СМИ: «Бабушка Зима» (с использованием обручей)  БТИ: «Зимние забавы» СМИ: «Приключения Снегурочки» (с использованием м/мячей по кол-ву детей, подвесных колокольчиков, наклонной доски.)	Стоячий
Январь 11 12 13	БТИ: «Зимние забавы» «Путешествие в царство льдов»	Ходьбовый

	(с использованием г/скамеек) БТИ: «МИР приключений» СМИ: «Карнавал снежинок и снеговиков» (с использованием обручей, мячей)	
Январь 14 15 16	БТИ: «МИР вокруг» СМИ: «Бесстрашные путешественники» (с использованием г/скамьи, каната, г/лестницы, скакалок)	Лазательный
Февраль 17 18 19 20 21	БТИ: «В мире сказок» СМИ: «Красная шапочка и волк» (с использованием куба)	Беговой
Февраль 22 23 24	БТИ: «Борьба со страхом» СМИ: «Не такой, уже этот Страх и страшный» (с использованием обручей, каната, 2-х стоек)	Прыжковый
Март 1	БТИ: «Одежда и обувь» СМИ: «Приключения домашних тапочек»  БТИ: «Мир вокруг» СМИ: «Путешествие в весенний лес» (с использованием г/скамеек, мячей, наклонной доски, мешочков с песком, кубиков, 2 обручей)	Ползательный Полный круг
Март 2 3	БТИ: «Времена года» СМИ: «Девушка Весна» (с использованием г/матов, ленточек, колец, каната)  БТИ: «Путешествие на лодках по Дону» СМИ: «Спасатели» (с использованием г/скамеек)	Сидячий
Март 4 5 6	БТИ: «Мир вокруг» СМИ: «Королевство волшебных мячей» (с использованием мячей среднего размера, баскетбольных стоек)  БТИ: «Мы спортсмены» СМИ: «Играем в пионербол» (с использованием волейбольной сетки, надувного мяча)	Стоячий
Март 7 8 Апрель 9	БТИ: «Приходи сказка» СМИ: «У солнышка в гостях» (с использованием мячей, каната, г/скамеек, кубиков, г/стенки.)  БТИ: «Мир приключений» СМИ: «Сказка о любопытном солнечном зайчике». (с использованием модулей, н/досок)	Ходьбовый

Апрель 10 11 12	БТИ: «Мир вокруг» СМИ: «Тренировка космонавтов» (с использованием батута, г/стенки, г/скамеек, модулей)  БТИ: «Мир сказок» СМИ: «Королевство лучика» (с использованием 2 канатов, 10 кубиков, 2 теннисных мячей, г/стенки)	Лазательный
Апрель 13 14 15 16	БТИ: «Мир вокруг» СМИ: «Как радуга цвета искала» (4 дуги, 5 полосок «травки», 2 картонных подсолнуха с лепестками, 2 каната)  БТИ: «Гостя весна» СМИ: «Забавные веснушки» (с использованием г/стенки)	Беговой
Май 17 18 19 20	БТИ: «Приходи сказка» СМИ: «Приключения маленьких зелёных человечков» (с использованием каната)  БТИ: «Дружба» СМИ: «Приключения Кузи и Нюры» (с использованием г/скамеек, батута, обручей, мешочков с песком)	Прыжковый  Полный круг
Май 21 22 23 24	Мониторинг двигательной подготовленности детей	

**2.2.8. Примерный календарно-тематический план в общеразвивающей подготовительной гр.(6-7лет)**

<b>дата</b>	<b>Тема</b>	<b>ПОДР</b>
Сентябрь	Мониторинг двигательного развития детей	Методика игрового тестирования Н.Н.Ефименко
Октябрь 9 10 11 12	БТИ: «Лесные приключения» СМИ: «Строительство муравейника» (с использованием г/скамеек, матов, каната, г/палок).  БТИ: «Осень» СМИ: «Путешествие дождевой капельки».  БТИ: «Золотая осень» СМИ: «Как паучок к зиме готовился» (с использованием мячей D-25см, 5-6 кеглей,	Сидячий



	игрушечный паучок).	
Октябрь 13 14 15	БТИ: «Мой весёлый звонкий мяч» СМИ: «Школа мяча» (с использованием б/мячей по количеству детей)	Стоячий
Октябрь 16 Ноябрь 17 18	БТИ: «Волшебница осень» СМИ: «Осенняя сказка» (с использованием цветных лент, стойки, натянутый шнур, корзина с бутафорскими фруктами.)	Ходьбовый
Ноябрь 19 20 Ноябрь 21 22	БТИ: «Мир приключений» СМИ: «В цирке» (с использованием наклонных досок, г/стенки)  БТИ: «Весёлые соревнования» СМИ: «Звериные старты» (с использованием модулей, г/скамьи, г/стенки, разноцветных флажков)	Лазательный  Беговой
Ноябрь 23 24	БТИ: «Мы спортсмены» СМИ: «Палочка-выручалочка» (с использованием г/палок, г/стенки)	Прыжковый
Декабрь 1	БТИ: «Природа» СМИ: «Подводный мир»	Лежачий
Декабрь 2 3	БТИ: «Кукольный мир» СМИ: «В магазине игрушек» (с использованием г/скамеек)  БТИ: «В мире сказок» СМИ: «Карлсон, который живёт на крыше»	Ползательный
Декабрь 4 5 6	БТИ: «В мире сказок» СМИ: «Малыш и Карлсон»  БТИ: «Заботимся о своём здоровье» СМИ: «Если бы ноги стали руками» (профилактика стопных нарушений, с использованием палочек, лоскутков, м/мячей, листов бумаги, фломастеров) г/скамеек)	Сидячий

Декабрь 7 8 Январь 9	БТИ: «Зимние забавы» СМИ : «Приключения Снегурочки» (с использованием м/мячей по кол-ву детей, подвесных колокольчиков, наклонной доски.)  БТИ: «Времена года» СМИ: «Бабушка Зима» (с использованием обручей)	Стоячий
Январь 10 11 12	БТИ: «Зимние забавы» «Путешествие в царство льдов» (с использованием г/скамеек)  БТИ: «МИР приключений» СМИ: «Карнавал снежинок и снеговиков» (с использованием обручей, мячей, каната, модулей)	Ходьбовый
Январь 13 14 15	БТИ: «МИР вокруг» СМИ: «Бесстрашные путешественники» (с использованием г/скамьи, каната, г/лестницы, скакалок)	Лазательный
Январь 16 Февраль 17 18 19 20	БТИ: «В мире сказок» СМИ: «Красная шапочка и волк» (с использованием куба)	Беговой
Февраль 21 22 23 24	БТИ: «Борьба со страхом» СМИ: «Не такой, уже этот Страх и страшный» (с использованием обручей, каната, 2-х стоек)	Прыжковый
Март 1	БТИ: «Мир вокруг» СМИ: «Путешествие в весенний лес» (с использованием г\скамеек, мячей, наклонной доски, мешочков с песком, кубиков, 2 обручей, 2 удочек с магнитами )	Ползательный Полный круг
Март 2 3	БТИ: «Времена года» СМИ: «Девушка Весна» (с использованием г/матов, ленточек, колец, каната)	Сидячий
Март 4 5	БТИ: «Мир вокруг» СМИ: «Королевство волшебных мячей» (с использованием мячей среднего размера, баскетбольных стоек)	Стоячий

Март 6 7 8	<p>БТИ: «Мир приключений» СМИ: «Сказка о любопытном солнечном зайчике». (с использованием модулей, н/досок)</p> <p>БТИ: «Приходи сказка» СМИ: «У солнышка в гостях» (с использованием мячей, каната, г/скамеек, кубиков, г/стенки.)</p>	Ходьбовый
Апрель 9 10 11	<p>БТИ: «Мир вокруг» СМИ: «Тренировка космонавтов» (с использованием батута, г/стенки, г/скамеек, модулей)</p>	Лазательный
Апрель 12 13 14 15	<p>БТИ: «Мир вокруг» СМИ: «Как радуга цвета искала» (4 дуги, 5 полосок «травки», 2 картонных подсолнуха с лепестками, 2 каната)</p> <p>БТИ: «Гостя весна» СМИ: «Забавные веснушки» (с использованием г/стенки)</p>	Беговой
Апрель 16 Май 17 18 19 20	<p>БТИ: «Приходи сказка» СМИ: «Приключения маленьких зелёных человечков» (с использованием каната)</p> <p>БТИ: «Мир сказок» СМИ: «Королевство лучика» (с использованием 2 канатов, 10 кубиков, 2 теннисных мячей, г/стенки)</p> <p>БТИ: «Дружба» СМИ: «Приключения Кузи и Ньюры» (с использованием г/скамеек, батута, обручей, мешочков с песком)</p>	<p>Прыжковый</p> <p>Полный круг</p>
Май 21 22 23 24	Мониторинг двигательной подготовленности	

**ПРИЛОЖЕНИЕ 3**

**Учебный план по физическому развитию на 2020-2021 учебный год**

**Режим двигательной активности**

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет
Физкультурные занятия	В помещении	2 раза в неделю 15–20	2 раза в неделю 20–25	2 раза в неделю 25–30	2 раза в неделю 30–35
	На улице	1 раз в неделю 15–20	1 раз в неделю 20–25	1 раз в неделю 25–30	1 раз в неделю 30–35
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика (по желанию детей)	ежедневно 5–6	ежедневно 6–8	ежедневно 8–10	ежедневно 10–12
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15–20	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20–25	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25–30	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30–40
	физкультминутки (в середине статического занятия)	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	физкультурный досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30–45	1 раз в месяц 40
	физкультурный праздник	—	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

РАСПИСАНИЕ НЕПОСРЕДСТВЕННО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

В МБДОУ ДС «ГУСЕЛЬКИ» НА 2020-21 УЧЕБНЫЙ ГОД

<b>№ гр. день недели</b>	<b>№3 Средняя (4-5 лет) «Звёздочка»</b>	<b>№4 Старшая к\н (5-6 лет) «Солнышко»</b>	<b>№5 Средняя (4-5 лет) «Сказка»</b>	<b>№6 Подготов-ая (6-7 лет) «Семицветик»</b>	<b>№7 Подготов-ая (6-7 лет) «Золотая рыбка»</b>	<b>№8 Старшая (5-6 лет) «Непоседы»</b>	<b>№9 Подготов-ая к\н (6-7 лет) «Белоснежка»</b>	<b>№10 Старшая (6-7 лет) «Смешарики»</b>
<b>ПОНЕД.</b>						<b>15.45-16.10</b>	<b>16.40-17.10</b>	<b>15.10-15.35</b>
<b>ВТОРНИК</b>		<b>09.00-9.25</b>		<b>10.30-11.00</b>	<b>09.40-10.10</b>			
<b>СРЕДА</b>	<b>09.00-09.20</b>		<b>09.30-09.50</b>			<b>10.00-10.25</b>	<b>10.30-11.00</b>	
<b>ЧЕТВЕРГ</b>		<b>15.10-15.35</b>			<b>15.45-16.15</b>			
<b>ПЯТНИЦА</b>	<b>09.30-09.50</b>		<b>09.00-09.20</b>	<b>10.30-11.00</b>				<b>10.00-10.25</b>

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ ДС  
 «Гусельки» г. Волгодонска  
 \_\_\_\_\_  
 М.Н.Шаповалова

## ЦИКЛОГРАММА

Деятельности инструктора по физической культуре МБДОУ ДС «Гусельки» г.  
 Волгодонска

Чикаидзе Т.Н. на 2020-2021 учебный год.

Дни недели	Кол-во Час.	Время работы	Содержание работы	Место работы	взаимосвязь
<b>Понедел.</b>	6.00	13.00-13.10 13.10-15.00 15.00-15.10 15.10-17.10 17.10-18.30 18.30-19.00	Работа с тсо Взаимод-вие с муз.руков-м Подг-ка к орг.обр.деят-ти Организ.образ.деятел-ть Консультации для родит. Осмотр физ.оборудов.	Физ.зал Муз.зал Физ.зал	
<b>Вторник</b>	6.00	8.30-9.00 9.00-11.00 11.00-12.30 12.30-13.00 15.30-16.00 16.00-17.00	Подг-ка к орг. обр. деят-ти Организ.образ.деятел-ть Изготовление, обновление физкультурных пособий Взаимод-е с логопедами, Кружковая работа работа с документацией.	Физ. зал   Лог.каб.	В-ли гр.№4, 6,7. Лог-ды
<b>Среда</b>	6.00	8.30-9.00 9.00-11.00 11.00-12.30 15.30-16.00 16.00-17.30	Подг-ка к орг.обр.деят-ти Организ.образ.деятел-ть Инд.раб. взаимодействие с муз.рук. Кружковая работа Самообраз-е, работа с ТСО	Метод.каб. Каб. психол Физ. зал	Псих-г, в-ли гр.№3, 5,8, 9. Гр. №7
<b>Четверг</b>	6.00	13.00-14.00 14.00-14.24 14.25-15.10 15.10-17.10 17.10-17.30 17.30-19.00	Педчас Взаимод-вие с психологом Подг-ка к орг.обр.деят-ти Организ.образ.деятел-ть Осмотр физ.оборудов. работа с родителями	Физ. зал	В-ли гр.№4,7. Муз.рук .
<b>Пятница</b>	6.00	8.30-9.00 9.00-11.00 11.00-12.30 12.30-14.00 14.00-14.30	Подг-ка к орг. образ.деят-ти Организ.образ-я деятел-ть Взаимодействие со ст. в-лем Подготовка консультаций Консультации для в-лей	Физ.зал Метод.каб. Физ. зал	В-ли гр.№ 3,5,6,10.

