

Департамент образования Администрации г. Екатеринбурга  
Управление образования Ленинского района  
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДЕТСКИЙ САД № 53**  
620149, г.Екатеринбург, ул.Начдива Онуфриева, д.10а,  
Тел.:(343) 223-21-22 (11,01,23), факс (343) 223-21-22, e-mail mdou53@eduekb.ru

---

ПРИНЯТО  
на заседании Педагогического совета  
МАДОУ детского сада № 53  
протокол № 1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующим МАДОУ детский сад №53  
*Н.И. Гусевой*  
Н.И. Гусевой  
Приказ № 69/1 от 30.08.2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (модуль)  
основной общеобразовательной программы - образовательной  
программы дошкольного образования  
в группах общеразвивающей направленности  
МАДОУ – детский сад №53  
по реализации образовательной области «Физическое развитие»  
с детьми дошкольного возраста 2-7(8)-го года жизни**

**СРОК РЕАЛИЗАЦИИ – 1 ГОД**

**Рабочая программа** по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования для детей 2-7 лет образовательная область физическое развитие.– г. Екатеринбург. – 2023 г.

**Составитель:** Ильина Г.Г. заместитель заведующего МАДОУ детский сад №53

**Редактор:** Н.И. Гусева, заведующий МАДОУ детский сад №53

**Рабочая программа** разработана на основе целей и задач основной образовательной программы – образовательной программы дошкольного образования, в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, с учетом Примерной основной образовательной программы дошкольного образования.

**Рабочая программа** определяет содержание и организацию образовательной деятельности «Физическое развитие» детей дошкольного возраста (2-7 лет), группы общеразвивающей направленности.

## Содержание:

I. Целевой раздел.....	5
1. Пояснительная записка.....	5
1.1. Цели и задачи Цели и задачи деятельности образовательного учреждения по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования.....	5
1.2. Принципы и подходы к формированию образовательной области «Физическое развитие».....	6
1.3. Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста.....	9
1.3.1 Вторая группа раннего возраста (2-3 года).....	9
1.3.2. Младший дошкольный возраст (3-4 года).....	9
1.3.3. Средний дошкольный возраст (4-5 лет).....	10
1.3.4. Старший дошкольный возраст (5-7 лет).....	11
1.4. Планируемые результаты освоения детьми содержания образовательной области «Физическое развитие».....	13
1.4.1. Содержание мониторинга интегративных качеств развития ребенка. Образовательная область «Физическое развитие».....	18
1.4.2.Инструментарий мониторинга освоения детьми образовательной области «Физическое развитие».....	20
II. Содержательный раздел.....	27
2.1 Задачи и содержание образовательной области «Физическое развитие».....	27
2.2. Способы и направления поддержки детской инициативы.....	36
2.3. Особенности взаимодействия инструктора по физическому развитию с другими специалистами детского сада.....	37
2.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.....	40
2.4.1. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников младшего дошкольного возраста.....	40
2.4.2. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников среднего дошкольного возраста.....	41
2.4.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников старшего дошкольного возраста.....	42
2.4.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников подготовительного к школе дошкольного возраста.....	42
III. Организационный раздел.....	43
3.1. Особенности организации организованной образовательной деятельности.....	43
3.2. Перечень подвижных игр.....	50
3.3. Перспективное планирование спортивного досуга и развлечений.....	51
3.4. Материально – технические условия реализации Программы.....	55
3.4.1. Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды физкультурного зала.....	56
3.4.2. Перечень основных программ, технологий и методик образовательной области «Физическое развитие».....	59
4. Приложение	
1. Циклограмма рабочего времени.	
2.Комплексно – тематическое планирование. Группа раннего развития	
3. Комплексно – тематическое планирование. Младшая группа	
4. Комплексно – тематическое планирование. Средняя группа	
5. Комплексно – тематическое планирование. Старшая группа	
6. Комплексно – тематическое планирование. Подготовительная группа	

## I. Целевой раздел

### 1. Пояснительная записка

Рабочая программа освоения детьми дошкольного возраста содержания образовательной области «Физическое развитие» Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения - детского сада № 53 разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в РФ».
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155).
- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций». (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва);
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1014);
- Уставом МАДОУ – детского сада № 53;
- с учетом общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М.Дорофеевой. – Издание пятое (инновационное), испр. и доп.- М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2019 г.

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

1.1. Цели и задачи деятельности образовательного учреждения по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Цели и задачи реализации дошкольного образования в ФГОС ДО	Цели и задачи реализации Программы
<p><u>Цель дошкольного образования:</u> формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.</p> <p><u>Оздоровительные задачи:</u> направлены на охрану жизни и укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости к заболеваниям, неблагоприятным воздействиям внешней среды и работоспособности организма. Более того, охрана и укрепление физического здоровья воспитанников ДОУ</p>	<p><u>Цель образовательной программы ДОУ:</u> Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.</p> <p><u>Задачи:</u> - Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);</p> <p>- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);</p> <p>-Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p>

являются одной из основных задач детского сада.

Образовательные задачи:

предполагают формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств и двигательных способностей, передачу простейших понятий о физической культуре и доступных знаний о спорте.

Воспитательные задачи:

направленные на формирование культурно – гигиенических навыков и потребности в здоровом образе жизни, формирование культуры чувств и эстетического отношения к физическим упражнениям.

## 1.2. Принципы и подходы к формированию образовательной области «Физическое развитие»

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора принципов, подходов, методов в воспитании и развитии детей.

*а) Личностно ориентированные принципы*

Данные принципы реализуются в творческом образовательном пространстве и выражаются в следующих положениях:

- дошкольное образование - это начальная ступень образования, обеспечивающая становление личности ребенка, обретение им себя, своего образа, неповторимой индивидуальности, духовности, творческого начала;

дошкольное образование создает условия для того, чтобы каждый ребенок мог полностью реализовать себя, свои индивидуальные способности, свои мотивы, интересы, социальные установки;

- дошкольное образование как система гарантирует комфортность каждому ребенку, создает условия для мотивации успешности, его постоянного продвижения вперед потенциальных возможностей и склонностей;

- дошкольное образование как система обеспечивает личностную значимость образования для каждого ребенка, создает для него личностный смысл в поступках и образе жизни, что позволит заложить механизм самореализации, саморазвития, самозащиты, необходимые для становления самобытного личностного индивидуума, диалогичного и безопасного взаимодействия с людьми, природой, культурой, цивилизацией;

- дошкольное образование как система формирует в личности ребенка его человекообразующую функцию, суть которой состоит в сохранении и воспитании экологии человека, его телесного и духовного здоровья, смысла жизни, личной свободы, нравственности. Для этого дошкольное образование должно заложить в личность механизмы понимания, взаимопонимания, общения, сотрудничества в творческом преобразовании окружающего мира.

*Принцип адаптивности.* Предполагает создание открытой адаптивной модели воспитания и развития детей дошкольного возраста, реализующей идеи приоритетности самоценного детства, обеспечивающей гуманный подход к развивающейся личности ребенка.

*Принцип развития.* Основная задача детского сада - это развитие ребенка-дошкольника, и в первую очередь - целостное развитие его личности и обеспечение готовности личности к дальнейшему развитию. Данная цель представлена как стратегическая, указывающая на общее направление в образовании. При этом каждое

учреждение в рамках данной стратегии может выбрать свой путь развития. В методических рекомендациях педагогам будут предложены ориентиры для реализации стратегической цели — развитие личности ребенка в деятельности: стратегии социального (в семье и группе сверстников) и персонального развития личности.

*Принцип психологической комфортности.* Предполагает психологическую защищенность ребенка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации.

*б) Культурно ориентированные принципы*

Данные принципы обеспечивают принятие ребенком обобщенных, целостных представлений о мире, о месте в нем человека. Кругозор ребенка ограничен, и в его расширении и состоит развитие ребенка, что обеспечивает сохранение, передачу, воспроизводство и развитие культуры средствами образования. Реализация данных принципов ориентирует образование на воспитание в человеке культуры. Необходимым условием этого принципа является интеграция дошкольного образования в культуру и, наоборот, культуры - в образование. Для этого дошкольное образование должно заложить в него механизм культурной идентификации — установление духовной взаимопомощи между ребенком и своим народом, переживание чувства принадлежности к национальной культуре, принятие в качестве своих её ценностей, построение своей жизни, создание продуктов творчества с учетом национальных ценностей. Культура позволяет разным детям более или менее одинаково понимать мир, совершать понятные другим поступки. Через культуру происходит социальное развитие ребенка, его связь с поколениями, а значит - сохранение и развитие этноса. Воспитание дошкольника как человека культуры — это формирование таких качеств личности, как эмпатия, толерантность, гуманность, креативность, самопознание, которые закладывают фундамент для развития личности ребенка в дальнейшей жизнедеятельности.

*Принцип целостности содержания образования.* Представление дошкольника о предметном и социальном мире должно быть единым и целостным.

*Принцип смыслового отношения к миру.* Ребенок осознает, что окружающий его мир - это мир, частью которого он является и который так или иначе переживает и осмысливает для себя.

*Принцип систематичности.* Предполагает наличие единых линий развития и воспитания.

*Принцип ориентировочной функции знаний.* Знание в психологическом смысле не что иное, как ориентировочная основа деятельности, поэтому форма представления знаний должна быть понятной детям и принимаемой ими.

*Принцип овладения культурой.* Обеспечивает способность ребенка ориентироваться в мире и действовать (или вести себя) в соответствии с результатами такой ориентировки и с интересами и ожиданиями других людей.

*Деятельностно ориентированные принципы*

Данная группа принципов опирается на личностно-деятельностный подход к дошкольному образованию.

*Личностно-деятельностный подход* рассматривает личность как субъект деятельности, которая формируется в деятельности, сама определяет характер этой деятельности и общения. Личностно-деятельностный подход позволяет определить доминанту взаимоотношений ребенка с окружающим миром, актуализировать реализацию потребностей в осознании себя субъектом деятельности. Деятельность — проявление человеком активности, реализации им своего отношения к окружающему миру и к самому себе. Её существенные признаки: продуктивно-преобразующий характер, социальность, сознательное целеполагание.

Личностно-деятельностный подход ориентирует не только на усвоение знаний, но и на способы этого усвоения, на образцы и способы мышления и деятельности. Этот подход противостоит вербальным методам и формам догматической передачи готовой

информации, монологичности и обезличенности словесного обучения, пассивности в процессе познания окружающей действительности и, наконец, бесполезности самих знаний, умений и навыков, которые не реализуются в деятельности. Применительно к образовательной деятельности в системе дошкольного образования, деятельностный подход означает, во-первых, отказ от определения процесса познания как передачи знаний, выработки умений и организации усвоения, а рассмотрение этого процесса как организация и управление совместной познавательной деятельностью субъектов этой деятельности. Соответственно, в самой общей форме личностно-деятельностный подход к процессу развития личности дошкольника означает интерпретацию этого процесса как целенаправленной познавательной деятельности личности в общем контексте жизнедеятельности - направленности интересов, жизненных планов, ценностных ориентаций, понимания личностных смыслов для развития целостной личности.

Развитие личности воспитанника есть развитие его деятельности, деятельность ребенка есть сфера, в которой происходит процесс воспитания, то есть педагогическим инструментом воспитания служат различные виды деятельности: игровая, познавательная, исследовательская, изобразительная, музыкальная, трудовая, общественная и др. Обучение детей нормам и ценностям осуществляется в совместной игре или труде. В соответствии с внешней деятельностью у ребенка формируется внутренний план действия, то есть возникает представление о тех действиях, нормах поведения, ценностях, которыми уже овладел. Имея такое представление, он может предварительно, «внутренним взором» проследить ход и результат деятельности, последствия своих поступков.

Личностно-деятельностный подход позволяет определить доминанту взаимоотношений ребенка с окружающим миром, актуализировать реализацию потребностей в осознании себя субъектом деятельности. Развитие личности воспитанника есть развитие его игровой деятельности как ведущей деятельности ребенка дошкольного возраста, в которой происходит процесс воспитания, социального и личностного развития.

Личностно-деятельностный подход ориентирует не только на усвоение знаний, но и на способы этого усвоения, на образцы и способы мышления и деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребенка в процессе решения им специально организованных познавательных задач. Применительно к деятельности в системе дошкольного образования наиболее ценным является рассмотрение личности дошкольника как развивающегося социокультурного феномена, который формируется в различных видах деятельности игровой, двигательной, трудовой, музыкальной, изобразительной и др.

*Принцип обучения деятельности.* Главное - не передача детям готовых знаний, а организация такой детской деятельности, в процессе которой они сами делают «открытия», узнают что-то новое путем решения доступных проблемных задач. Современный ребенок — это деятельная натура и проявить себя он может только в практической деятельности.

Такой подход позволяет, например, «перевести» гиперактивность ребенка как негативный синдром в познавательную и социальную активность.

*Принцип опоры на предшествующее (спонтанное) развитие.* Предполагает опору на предшествующее спонтанное (или не управляемое прямо), самостоятельное, «жизненное» развитие ребенка.

*Креативный принцип.* В соответствии со сказанным ранее необходимо «выращивать» у дошкольников способность переносить ранее сформированные навыки в ситуации самостоятельной деятельности, инициировать и поощрять потребность детей самостоятельно находить решение нестандартных задач и проблемных ситуаций.

Таким образом, при разработке Программы нами учитывались:

1. личностная и деятельностная направленность дошкольного образования;
2. необходимость практической направленности образовательного процесса;

3. интегративный подход к отбору и организации содержания образования.

Содержание Программы учитывает также особенности современных детей дошкольного возраста.

### **1.3. Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста.**

#### **1.3.1. Вторая группа раннего возраста (2-3 года)**

От 2 до 3 лет ребенок закрепляет двигательные навыки, с которыми он знакомился постепенно с того момента, как пошел. Теперь он оттачивает свое мастерство управления телом и конечностями, развивает ловкость, повышает скорость и точность выполнения движений. Ребенок от 2 до 3 лет любознательный и любопытный; чувствительный и эмпатийный: понимает состояние другого на основании своего опыта, умеет переживать и сочувствовать, проявлять внимание и заботу; к людям относится приветливо, доверительно и открыто.

#### **Крупномоторные навыки**

Ребенок хорошо ходит, бегает, прыгает на двух ногах, приседает и сидит на корточках, кувыркается, поднимается и ходит на цыпочках, перешагивает через препятствия и проползает под ними, уверенно спрыгивает с небольшой высоты, залезает на шведскую стенку, недолго балансирует и прыгает на одной ноге, может пройти по наклонной доске, стоя подбирает предметы, поднимается, не теряя равновесия, вверх по лестнице чередующимися шагами, в 2 года самостоятельно преодолевает лестничные спуски и подъемы, к 3 годам — не держась за перила, танцует, хорошо повторяя движения и чувствуя ритм.

Ловит мяч двумя руками, при броске попадает в цель (кольцо, корзина), перебрасывает его через препятствия, бьет ногой по мячу, не теряя равновесия, осваивает трехколесный велосипед, самокат, приобретает первые навыки плавания, катания на коньках и лыжах.

Выполняет одновременно несколько действий: поет, хлопает в ладоши, кружится, пританцовывает.

#### **Мелкомоторные навыки**

Ребенок хорошо оперирует маленькими и тонкими предметами: умеет держать карандаш, ручку, фломастер пятью или четырьмя пальцами (к возрасту 3 лет — тремя пальцами) и рисует ими простые линии и формы, проводит прямую линию, копирует круг, лепит из пластилина, нанизывает бусы на шнурок, листает книгу постранично, хорошо управляет указательными пальцами обеих рук, начинает осваивать ножницы.

Собирает пирамидку из восьми элементов, соблюдая размерность, строит башню из восьми кубиков, складывает сюжетные конструкции из кубиков (дом, мост, паровоз).

Расстегивает и застегивает пуговицы и молнии, липучки на одежде, пытается завязывать шнурки на ботинках; меняет одежду на кукле; осваивает кнопки на телефоне и клавиатуру компьютера; ловко управляется с ложкой, зубной щеткой, расческой.

#### **1.3.2. Младший дошкольный возраст (3-4 года)**

Младший дошкольный возраст характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. Повышается активность ребенка, усиливается её целенаправленность; более разнообразными и координированными становятся движения.

С 3~4 лет происходят существенные изменения в характере и содержании деятельности ребенка, в отношениях с окружающими: взрослыми и сверстниками. Ведущий вид деятельности в этом возрасте предметно-действенное сотрудничество.

Наиболее важное достижение этого возраста состоит в том, что действия ребенка приобретают целенаправленный характер. В разных видах деятельности: игре, рисовании, конструировании, а также в повседневном поведении — дети начинают действовать в соответствии с заранее намеченной целью, хотя в силу неустойчивости внимания, не



сформированности произвольности поведения ребенок быстро отвлекается, оставляет одно дело ради другого.

У малышей этого возраста ярко выражена потребность в общении со взрослыми и сверстниками. Особенно важную роль приобретает взаимодействие со взрослым, который является для ребенка гарантом психологического комфорта и защищенности. В общении с ним малыш получает интересующую его информацию, удовлетворяет свои познавательные потребности. На протяжении младшего дошкольного возраста развивается интерес к общению со сверстниками. В играх возникают первые «творческие» объединения детей. В игре ребенок берет на себя определенные роли и подчиняет им своё поведение.

В этом проявляется интерес ребенка к миру взрослых, которые выступают для него в качестве образца поведения, обнаруживается стремление к освоению этого мира.

Совместные игры детей начинают преобладать над индивидуальными играми и играми рядом. Открываются новые возможности для воспитания у детей доброжелательного отношения к окружающим, эмоциональной отзывчивости, способности к сопереживанию. В игре, продуктивных видах деятельности (рисовании, конструировании) происходит знакомство ребенка со свойствами предметов, развиваются его восприятие, мышление, воображение.

Трехлетний ребенок способен уже не только учитывать свойства предметов, но и усваивать некоторые общепринятые представления о разновидностях этих свойств — сенсорные эталоны формы, величины, цвета и др. Они становятся образцами, мерками, с которыми сопоставляются особенности воспринимаемых предметов.

Преобладающей формой мышления становится наглядно-образное. Ребенок оказывается способным не только объединять предметы по внешнему сходству (форма, цвет, величина), но и усваивать общепринятые представления о группах предметов (одежда, посуда, мебель). В основе таких представлений лежит не выделение общих и существенных признаков предметов, а объединение входящих в общую ситуацию или имеющих общее назначение.

Резко возрастает любознательность детей. В этом возрасте происходят существенные изменения в развитии речи: значительно увеличивается запас слов, появляются элементарные виды суждений об окружающем, которые выражаются в достаточно развернутых высказываниях.

### **1.3.3. Средний дошкольный возраст (4-5 лет)**

Пятый год жизни является периодом интенсивного роста и развития организма ребенка.

Происходят заметные качественные изменения в развитии основных движений детей.

Эмоционально окрашенная двигательная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей, которых отличает довольно высокая возбудимость.

Возникает и совершенствуется умение планировать свои действия, создавать и воплощать определённый замысел, который, в отличие от простого намерения, включает представление не только о цели действия, но также и способах её достижения. Особое значение приобретает совместная сюжетно-ролевая игра. Существенное значение имеют также дидактические и подвижные игры. В этих играх у детей формируются познавательные процессы, развивается наблюдательность, умение подчиняться правилам, складываются навыки поведения, совершенствуются основные движения.

Наряду с игрой у детей пятого года жизни интенсивно развиваются продуктивные виды деятельности, особенно изобразительная и конструктивная. Намного разнообразнее становятся сюжеты их рисунков и построек, хотя замыслы остаются ещё недостаточно отчётливыми и устойчивыми.

Восприятие становится более расчлененным. Дети овладевают умением обследовать предметы, последовательно выделять в них отдельные части и устанавливать соотношение между ними. Важным психическим новообразованием детей среднего дошкольного возраста является умение оперировать в уме представлениями о предметах, обобщенных свойствах этих предметов, связях и отношениях между предметами и событиями.

Понимание некоторых зависимостей между явлениями и предметами порождает у детей повышенный интерес к устройству вещей, причинам наблюдаемых явлений, зависимости между событиями, что влечет за собой интенсивное увеличение вопросов к взрослому: как? зачем? почему? На многие вопросы дети пытаются ответить сами, прибегая к своего рода опытам, направленным на выяснение неизвестного. Если взрослый невнимателен к удовлетворению познавательных запросов дошкольников, во многих случаях дети проявляют черты замкнутости, негативизма, упрямства, непослушания по отношению к старшим. Иными словами, нереализованная потребность общения со взрослым приводит к негативным проявлениям в поведении ребенка.

На пятом году жизни дети активно овладевают связной речью, могут пересказывать небольшие литературные произведения, рассказывать об игрушке, картинке, о некоторых событиях из личной жизни.

#### **1.3.4. Старший дошкольный возраст (5-7 лет)**

В старшем дошкольном возрасте происходит интенсивное развитие интеллектуальной, нравственно-волевой и эмоциональной сфер личности. Развитие личности и деятельности характеризуется появлением новых качеств и потребностей: расширяются знания о предметах и явлениях, которые ребенок не наблюдал непосредственно. Детей интересуют связи, существующие между предметами и явлениями. Проникновение ребенка в эти связи во многом определяет его развитие. Переход в старшую группу связан с изменением психологической позиции детей: они впервые начинают ощущать себя самыми старшими среди других детей в детском саду.

Воспитатель помогает дошкольникам понять это новое положение. Он поддерживает в детях ощущение «взрослости» и на его основе вызывает у них стремление к решению новых, более сложных задач познания, общения, деятельности.

Опираясь на характерную для старших дошкольников потребность в самоутверждении и признании их возможностей со стороны взрослых, воспитатель обеспечивает условия для развития детской самостоятельности, инициативы, творчества.

Он постоянно создает ситуации, побуждающие детей активно применять свои знания и умения, ставит перед ними всё более сложные задачи, развивает их волю, поддерживает желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца, нацеливает на поиск новых, творческих решений. Важно предоставлять детям возможность самостоятельного решения поставленных задач, нацеливать их на поиск нескольких вариантов решения одной задачи, поддерживать детскую инициативу и творчество, показывать детям рост их достижений, вызывать у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных действий.

Развитию самостоятельности способствует освоение детьми умений поставить цель (или принять её от воспитателя), обдумать путь к её достижению, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится воспитателем широко, создаёт основу для активного овладения детьми всеми видами деятельности.

Высшей формой самостоятельности детей является творчество. Задача воспитателя - пробудить интерес к творчеству. Этому способствует создание творческих ситуаций в игровой, театральной, художественно-изобразительной деятельности, в ручном труде, словесное творчество.

Всё это — обязательные элементы образа жизни старших дошкольников в детском саду. Именно в увлекательной творческой деятельности перед дошкольником возникает проблема самостоятельного определения замысла, способов и форм его воплощения.

Воспитатель поддерживает творческие инициативы детей, создаёт в группе атмосферу коллективной творческой деятельности по интересам.

Серьёзное внимание уделяет воспитатель развитию познавательной активности и интересов старших дошкольников. Этому должна способствовать вся атмосфера жизни детей. Обязательным элементом образа жизни старших дошкольников является участие в разрешении проблемных ситуаций, в проведении элементарных опытов (с водой, снегом, воздухом, магнитами, увеличительными стёклами и пр.), в развивающих играх, головоломках, в изготовлении игрушек-самоделок, простейших механизмов и моделей.

Воспитатель своим примером побуждает детей к самостоятельному поиску ответов на возникающие вопросы: он обращает внимание на новые, необычные черты объекта, строит догадки, обращается к детям за помощью, нацеливает на экспериментирование, рассуждение, предположение.

Старшие дошкольники начинают проявлять интерес к будущему школьному обучению. Перспектива школьного обучения создаёт особый настрой в группе старших дошкольников. Интерес к школе развивается естественным путём: в общении с воспитателем, через встречи с учителем, совместные дела со школьниками, посещение школы, сюжетно-ролевые игры на школьную тему. Главное - связать развивающийся интерес детей к новой социальной позиции («Хочу стать школьником») с ощущением роста своих достижений, с потребностью познания и освоения нового. Воспитатель стремится развить внимание и память детей, формирует элементарный самоконтроль, способность к саморегуляции своих действий. Этому способствуют разнообразные игры, требующие от детей сравнения объектов по нескольким признакам, поиска ошибок, запоминания, применения общего правила, выполнения действий с условиями. Такие игры ежедневно проводятся с ребёнком или с подгруппой старших дошкольников.

Организованное обучение осуществляется у старших дошкольников преимущественно в форме подгрупповых занятий и включает занятия познавательного цикла по математике, подготовке к освоению грамоты, по ознакомлению с окружающим миром, по развитию художественно-продуктивной деятельности и музыкально-ритмических способностей. В самостоятельной деятельности, в общении воспитателя с детьми создаются возможности для расширения, углубления и широкого вариативного применения детьми содержания, освоенного на занятиях.

## 1.4. Планируемые результаты освоения детьми содержания образовательной области

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

### **Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)**

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

#### **Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

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

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

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

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

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

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

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

#### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.

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

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

Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

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

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

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

Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

#### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

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

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

Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

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

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

### **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

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

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

Формировать представления об активном отдыхе.

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

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

## **Физическая культура**

### **Вторая группа раннего возраста (от 2 до 3 лет)**

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

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

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

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

### **Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

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

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

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

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

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

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

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

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

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

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

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

### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

Формировать правильную осанку.

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

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

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве.

В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

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

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

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

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

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

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

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

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

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

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

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

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Учить спортивным играм и упражнениям.

#### **Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

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 перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

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

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

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

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

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

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

**Подвижные игры.** Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые

подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

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

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



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

Объект диагностики	Метод диагностики	Содержание диагностики	Цель диагностики
<b>Быстрота.</b>	Бег 30 метров.	В качестве тестового задания предлагается бег на 30 м. Длина беговой дорожки должна быть на 5 – 7 м больше, чем длина дистанции. Линия финиша находится сбоку короткой чертой, а за ней на расстоянии 5 – 7 м ставится хорошо видимый с линии старта ориентир (флажок на подставке и др.), чтобы избежать замедления ребенком движения на финише. По команде «На старт, внимание!» поднимается флажок, и по команде «Марш!» ребенок с максимальной скоростью стремится добежать до финиша. После отдыха, ребенку предлагается еще две попытки. В протокол заносится лучший результат.	Выявление сформированности быстроты, как способности выполнять двигательные действия в минимальный срок, которая определяется скоростью реакции на сигнал и частотой многократно повторяющихся действий.
<b>Сила.</b>	Динамометр, прибор для измерения силы или момента силы используется для измерения силы сжатия кисти рук	Сила рук измеряется специальным ручным динамометром, сила ног – становым динамометром.	Выявление сформированности силы, как способности преодолевать внешнее сопротивление и противодействовать ему посредством мышечного напряжения.
<b>Скоростно-силовые качества.</b>	Метание набивного мяча  Прыжок в длину с места	<i>Метание набивного мяча массой 1 кг</i> проводится способом из-за головы двумя руками. Ребенок совершает 2 – 3 броска; фиксируется лучший результат. <i>Прыжок в длину с места.</i> Для проведения прыжков нужно положить мат и сделать вдоль него разметку. Для повышения активности и интереса детей целесообразно на определенном расстоянии (чуть дальше среднего результата детей группы) разместить 3 флажка и предложить ребенку прыгнуть до самого дальнего из них. Замеряются результаты от носков ног в начале прыжка до пяток в конце прыжка. Прыжок выполняется 3 раза; фиксируется лучший результат.	Выявление сформированности скоростно-силовых качеств, как способность человека к проявлению предельно возможных усилий в кратчайший промежуток времени при сохранении оптимальной амплитуды движений.

<p><b>Ловкость.</b></p>	<p>Бег на дистанцию 10 м. Полоса препятствий</p>	<p><i>Способ измерения (любым способом)</i> <i>1. Бег на дистанцию 10 м.</i> Ловкость определяется как разница во времени, за которое ребенок пробегает эту дистанцию с поворотом (5м + 5м) и по прямой. Ребенку следует дать 2 попытки с перерывом для отдыха между ними. Для повышения интереса и результативности действий задание лучше выполнять в условиях соревнования. <i>2. «Полоса препятствий».</i> В это задание входят: бег по гимнастической скамейке (длина 5 м); прокатывание мяча между предметами (6 шт), разложенными на расстоянии 50 см друг от друга; подлезание под дугу (высота 40 см). каждому ребенку дается по 3 попытки; фиксируется лучший результат.</p>	<p>Выявление сформированности ловкости, как способность быстро овладеть новыми движениями, быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.</p>								
<p><b>Выносливость</b></p>	<p>Непрерывный бег на определенную дистанцию</p>	<p><i>Способ измерения.</i> Выносливость можно оценить по результату непрерывного бега на определенную дистанцию:</p> <table border="1" data-bbox="754 1070 1125 1196"> <tr> <td>4 года</td> <td>5 лет</td> <td>6 лет</td> <td>7 лет</td> </tr> <tr> <td>100 м</td> <td>200 м</td> <td>300 м</td> <td>1000 м</td> </tr> </table> <p>Тест считается выполненным, если ребенок пробежал всю дистанцию без остановки.</p>	4 года	5 лет	6 лет	7 лет	100 м	200 м	300 м	1000 м	<p>Выявление сформированности выносливости как способности противостоять утомлению в какой-либо деятельности</p>
4 года	5 лет	6 лет	7 лет								
100 м	200 м	300 м	1000 м								
<p><b>Гибкость.</b></p>	<p>Наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке или другом предмете высотой 20 – 25 см.</p>	<p><i>Способ измерения.</i> Гибкость оценивается при помощи упражнения наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке или другом предмете высотой 20 – 25 см. для измерения глубины наклона линейку или планку прикрепляют таким образом, чтобы нулевая отметка соответствовала уровню плоскости опоры. Если ребенок не дотягивается кончиками пальцев до нулевой отметки, то результат определяется знаком « - ». При выполнении упражнения ноги в коленях сгибаться не должны.</p>	<p>Выявление сформированности гибкости, как свойства опорно-двигательного аппарата, определяющие степень подвижности его звеньев.</p>								

### 1.4.2.Инструментарий мониторинга освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»

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

**Задачи:**

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

### ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ ОСНОВНЫХ ДВИЖЕНИЙ ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (ИЗУЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО ОПЫТА ДЕТЕЙ)

**Двигательный опыт** ребенка представлен основными движениями и качеством их выполнения. В младшем дошкольном возрасте применяют простую оценку – «умеет», «не умеет». В более старшем возрасте результат оценивают в баллах:

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

Результаты в баллах заносятся в протокол.

**Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детьми дошкольного возраста.**

1. Ходьба обычная		
<i>Техника выполнения</i>		
Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст
1.Прямое ненапряженное положение туловища и головы. 2.Свободные движения рук (еще не ритмичны и не энергичны). 3.Согласованные движения рук и ног. 4.Примерное соблюдение направления с опорой на ориентиры и без них.	1.Прямое ненапряженное положение туловища и головы. 2.Свободные движения рук от плеча. 3.Шаг ритмичный, но еще не стабильный и тяжеловатый. 4.Соблюдение направления с опорой на ориентиры и без них.	1.Хорошая осанка. 2.Свободные движения рук от плеча со сгибанием в локтях. 3.Шаг энергичный, ритмичный, стабильный. 4.Выраженный перекал с пятки на носок, небольшой разворот стоп. 5.Активное разгибание и сгибание ног в коленных

		суставах (амплитуда небольшая). 6.Соблюдение различных направлений и умение менять их.
--	--	---

**Методика обследования ходьбы**

Время учитывается с точностью до 0,1 с, старт и финиш отмечается линиями. Ребенок находится на расстоянии 2 – 3 м от линии старта. Он проходит 10 м до предмета, расположенного на расстоянии 2 – 3 м за линией финиша. Задание выполняется 2 раза. Фиксируется лучший результат.

**2. Бег**

**Техника выполнения**

<b>Младший возраст</b>	<b>Средний возраст</b>	<b>Старший возраст</b>
<p><u>Бег на скорость</u></p> <p>1.Туловище прямое или немного наклонено вперед. 2.Выраженный момент полета. 3.Свободные движения рук. 4.Соблюдение направления с опорой на ориентиры.</p>	<p><u>Бег на скорость</u></p> <p>1.Небольшой наклон туловища, голова прямо. 2.Руки полусогнуты в локтях. 3.Выраженный вынос бедра маховой ноги (примерно под углом 40-50 градусов). 4.Ритмичность бега.</p>	<p><u>Бег на скорость</u></p> <p>1.Небольшой наклон туловища, голова прямо. 2.Руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед внутрь. 3.Быстрый вынос бедра маховой ноги (под углом примерно 60-80 градусов). 4.Опускание толчковой ноги с носка с выраженным распрямлением в суставах. 5.Прямолинейность, ритмичность бега.</p>
	<p><u>Медленный бег</u></p> <p>1.Туловище почти вертикально. 2.Шаг короткий, сгибание ног с небольшой амплитудой. 3.Руки полусогнуты, движения ненапряженные.</p>	<p><u>Медленный бег</u></p> <p>1.Туловище почти вертикально. 2.Сгибание ног с небольшой амплитудой, шаг короткий, постановка ноги - с пятки. 3.Движение полусогнутых рук свободное, с небольшой амплитудой, кисти расслаблены. 4.Устойчивая ритмичность движений.</p>

**Методика обследования бега**

Заранее размечается беговая дорожка: длина – 40 м, до линии старта и после линии финиша – 5-6 м. В конце беговой дорожки помещается яркий ориентир. После знакомства с командами «На старт! Внимание! Марш!» и правилами выполнения задания (начинать бег строго по сигналу, возвращаться к линии старта только по краю дорожки) даются 2 попытки с интервалами для отдыха 2-3 мин, фиксируется лучший результат. Целесообразно организовать бег парами.

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

		наклонено; в) руки вперед – в стороны; г) сохранение равновесия при приземлении.
<b>3.3. Прыжки в длину с разбега</b>		
<i>Техника выполнения</i>		
		<p>1.<u>И.П.</u>: а) равноускоренный бег на носках, корпус слегка наклонен вперед; б) энергичная работа полусогнутых в локтях рук, корпус выпрямляется.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: а) толчковая нога почти прямая, ставится на всю ступню, маховая нога выносится вперед вверх; б) прямое положение туловища; в) руки вперед вверх.</p> <p>3.<u>Полет</u>: а) маховая нога вперед вверх, к ней подтягивается толчковая нога, туловище почти прямое, одна нога идет вверх, другая несколько в сторону; б) наклон туловища вперед, группировка; в) ноги (почти прямые) – вперед, руки – вниз назад.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: а) одновременно на обе ноги, с переходом с пятки на всю ступню; б) туловище наклонено, ноги согнуты в коленях; в) руки свободно движутся вперед.</p>
<b>3.4. Прыжки в высоту с разбега способом «согнув ноги»</b>		
<i>Техника выполнения</i>		
		<p>1.<u>И.П.</u>: а) разбег с ускорением на последних шагах; б) энергичная работа полусогнутых в локтях рук.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: а) выпрямление толчковой ноги с резким выносом вперед вверх маховой; б) наклон туловища вперед; в) сильный мах руками вверх.</p> <p>3.<u>Полет</u>: а) подтягивание толчковой ноги к маховой, группировка; б) руки вперед</p>

		<p>вверх.</p> <p><b>4.Приземление:</b> а) одновременно на обе полусогнутые ноги с переходом с носка на всю ступню; б) туловище наклонено вперед; в) руки свободно движутся вперед; г) сохранение равновесия при приземлении (шаг вперед – в сторону).</p>
--	--	---

**Методика обследования прыжков**

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

<b>4. Метание</b>		
<b>4.1. Метание вдаль</b>		
<b>Техника выполнения</b>		
<b>Младший возраст</b>	<b>Средний возраст</b>	<b>Старший возраст</b>
<p>1.<b>И.П.:</b> стоя лицом в направлении броска, ноги слегка расставлены, правая рука согнута в локте.</p> <p>2.<b>Замах:</b> небольшой поворот вправо.</p> <p>3.<b>Бросок:</b> с силой (для сохранения направления полета предмета).</p>	<p>1.<b>И.П.:</b> а) стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая впереди.</p> <p>2.<b>Замах:</b> а) поворот туловища вправо, сгибая правую ногу; б) одновременно правая рука идет вниз назад; в) поворот в направлении броска, правая рука вверх вперед.</p> <p>3.<b>Бросок:</b> а) резкое движение руки вдаль вверх; б) сохранение заданного направления полета предмета.</p> <p>4.<b>Заключительная часть:</b> сохранение равновесия.</p>	<p>1.<b>И.П.:</b> стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая – впереди, правая – на носке;</p> <p>б) правая рука с предметом на уровне груди, локоть вниз.</p> <p>2.<b>Замах:</b> а) поворот вправо, сгибая правую ногу и перенося на нее вес тела, левую – на носок; б) одновременно разгибая правую руку, размашисто отвести ее вниз – назад – в сторону; в) перенос веса тела на левую ногу, поворот груди в направлении броска, правый локоть вверх, спина прогнута – «положение натянутого лука».</p> <p>3.<b>Бросок:</b> а) продолжая переносить вес тела на левую ногу, правую руку с предметом резко выпрямить; б) хлещущим движением кисти бросить предмет вдаль</p>

		<p>вверх; в) сохранять заданное направление полета предмета.</p> <p>4. <u>Заключительная часть</u>: шаг вперед (или приставить правую ногу), сохранение равновесия.</p>
<b>4.2. Метание в горизонтальную цель</b>		
<i>Техника выполнения</i>		
<p>1. <u>И.П.</u>: ноги слегка расставлены, рука перед собой (прицеливание).</p> <p>2. <u>Бросок</u>: а) резкое движение рукой вверх – вниз; б) попадание в цель.</p>	<p>1. <u>И.П.</u>: стойка вполоборота к мишени, ноги на ширине плеч; правая рука выдвинута вперед (прицеливание).</p> <p>2. <u>Замах</u>: а) поворот в сторону мишени, наклон туловища вперед, бросок с силой; б) попадание в цель.</p>	<p>1. <u>И.П.</u>: а) стойка вполоборота к мишени, ноги на ширине плеч; б) правая рука выдвинута вперед (прицеливание), левая свободно опущена вниз.</p> <p>2. <u>Замах</u>: а) перенос тяжести тела на правую ногу, левую на носок; б) одновременно правую руку поднять вверх.</p> <p>3. <u>Бросок</u>: а) поворот в сторону мишени, перенос тяжести тела на левую ногу, правую на носок; б) резкое движение правой рукой вниз, одновременно хлещущее движение кисти; в) попадание в цель.</p> <p>4. <u>Заключительная часть</u>: шаг вперед или приставление правой ноги, сохранение равновесия.</p>
<b>4.3. Метание в вертикальную цель</b>		
<i>Техника выполнения</i>		



<p>1.<u>И.П.</u>: а) стоя лицом в направлении броска, ноги слегка расставлены, левая впереди; б) правая рука согнута в локте на уровне глаз (прицеливание).</p> <p>2.<u>Замах</u>: правая рука слегка согнута в локте и поднята вверх.</p> <p>3.<u>Бросок</u>: а) резкое движение рукой от плеча; б) попадание в цель.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая впереди; б) правая рука с предметом на уровне глаз (прицеливание).</p> <p>2.<u>Замах</u>: а) поворот вправо, сгибая правую ногу; б) одновременно правая рука, согнутая в локте, движется вниз - назад - вверх; поворот в направлении броска.</p> <p>3.<u>Бросок</u>: а) резкое движение рукой от плеча; б) попадание в цель.</p> <p>4.<u>Заключительная часть</u>: сохранение равновесия.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая впереди; б) правая рука с предметом на уровне глаз (прицеливание).</p> <p>2.<u>Замах</u>: а) поворот вправо, сгибая правую ногу, левую на носок; б) одновременно правая рука, левая рука, согнутая в локте, движется вниз назад вверх; в) поворот в направлении броска.</p> <p>3.<u>Бросок</u>: а) перенос веса тела на левую ногу; б) резкое движение руки вперед от плеча; в) попадание в цель.</p> <p>4.<u>Заключительная часть</u>: сохранение равновесия.</p>
--	--	---

#### **Методика обследования метания**

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

### **5. Лазание**

#### **5.1. Лазание по гимнастической стенке**

##### **Техника выполнения**

<b>Младший возраст</b>	<b>Средний возраст</b>	<b>Старший возраст</b>
<p>1.Крепкий хват руками. Поочередный перехват руками рейки.</p> <p>2.Чередующийся шаг.</p> <p>3.Активные, уверенные движения.</p>	<p>1.Одновременность постановки руки и ноги на рейку.</p> <p>2.Ритмичность движений.</p>	<p style="text-align: center;"><i>Одноименный и разноименный способы.</i></p> <p>1.Одноименная или разноименная координация рук и ног.</p> <p>2.Одновременность постановки руки и ноги на рейку.</p> <p>3.Ритмичность движений.</p>

#### **5.2. Лазание по канату способом «в три приема»**

##### **Техника выполнения**

		<p><u>И.П.</u>: вис на прямых руках на канате.</p> <p><u>Первый прием</u>: согнуть ноги, захватить канат ступнями.</p> <p><u>Второй прием</u>: выпрямить ноги, согнуть руки.</p>
--	--	--

		Третий прием: поочередный перехват каната руками над головой.
<b><i>Методика обследования лазания</i></b>		
<p>Проверка движений проводится индивидуально. Необходимо расположить маты около снаряда. Возможны 1 – 2 предварительные попытки. Начало подъема сопровождается командами: «Приготовиться!», «Марш!» Каждому ребенку дается по 3 попытки, учитывается лучший результат. Одновременно с оценкой качества достижения фиксируется время подъема и спуска.</p>		

## II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Задачи и содержание образовательной области «Физическое развитие»

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

#### Задачи и направления физического развития в соответствии с методикой

Оздоровительные задачи	Воспитательные задачи	Образовательные задачи
<ul style="list-style-type: none"><li>- формирование правильной осанки (своевременное окостенение опорно-двигательного аппарата, формирование изгибов позвоночника, развитие свода стопы, укрепление связочно – суставного аппарата);</li><li>- развитие гармоничного телосложения;</li><li>- развитие мышц лица, туловища, ног, рук, плечевого пояса, кистей, пальцев, шеи, глаз, внутренних органов.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- формирование потребности в ежедневных физических упражнениях;</li><li>- воспитание умения рационально использовать физические упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;</li><li>- приобретение грации, пластичности, выразительности движений;</li><li>- воспитание самостоятельности, инициативности, самоорганизации, взаимопомощи.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- формирование двигательных умений и навыков;</li><li>- развитие психофизических качеств (быстроты, силы, гибкости, выносливости, глазомера, ловкости);</li><li>- развитие двигательных способностей (функции равновесия, координации движений).</li></ul>

## Принципы физического развития

### Общепедагогические

**Принцип осознанности и активности (П.Ф. Лесгафт)** направлен на воспитание у ребёнка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм.

**Принцип активности** предполагает в ребёнке высокую степень самостоятельности, инициативности и творчества.

**Принцип систематичности и последовательности** означает построение системы физкультурно – оздоровительной работы и последовательное её воплощение.

**Принцип повторения** предусматривает формирование двигательных навыков и динамических стереотипов на основе многократного повторения упражнений, движений.

**Принцип постепенности** означает постепенное наращивание физических нагрузок.

**Принцип наглядности** способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участвующих в движении.

**Принцип доступности и индивидуализации** означает обязательный учёт индивидуальных особенностей ребёнка для правильного подбора доступных ему физических нагрузок.

### Специальные

**Принцип непрерывности** выражает закономерности построения физического развития как целостного процесса.

**Принцип системного чередования физических нагрузок и отдыха** направлен на сочетание высокой активности и отдыха в разных формах двигательной активности.

**Принцип постепенного наращивания развивающе – тренирующих воздействий** выражает поступательный характер и обуславливает усиление и обновление воздействий в процессе физического развития.

**Принцип адаптивного сбалансирования динамики нагрузок** выражает зависимость динамических нагрузок от закономерностей адаптации к ним ребёнка.

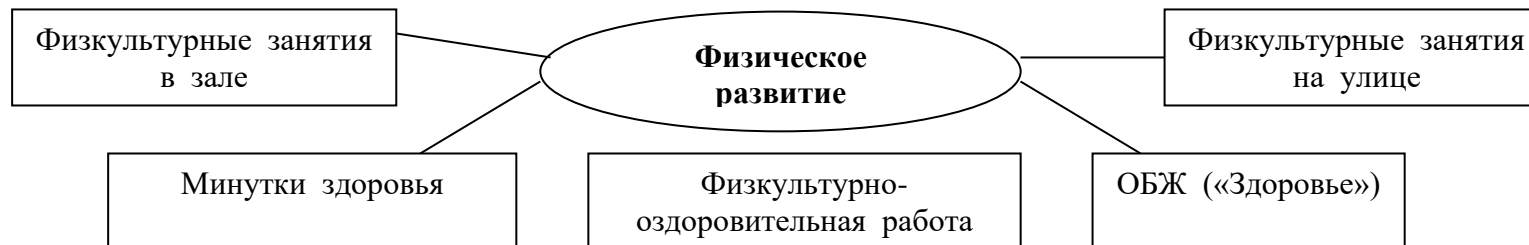
**Принцип всестороннего и гармоничного развития личности** выражает взаимосвязь физического, интеллектуального, духовного, нравственного и эстетического развития ребёнка.

**Принцип оздоровительной направленности** решает задачи укрепления здоровья ребёнка.

**Принцип оптимального сочетания фронтальных, групповых и индивидуальных способов обучения.**

## Организационно - технологические условия физического развития детей

### Организационные формы физического развития в МАДОУ – детский сад № 53



### СРЕДСТВА физического развития

Естественные силы природы (солнце, воздух, вода).	Гигиенические факторы	Различные виды деятельности компонентом которой является движение (лепка, рисование)	Физические упражнения (ОВД, ОРУ, строевые упр., игры)
---	-----------------------	--	---

### МЕТОДЫ физического развития

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

Применение в образовательном процессе дошкольного учреждения здоровьесберегающих технологий позволяет осуществить интеграцию образовательной области «Физическое развитие» со всеми образовательными областями (реализация принципа интеграции образовательных областей – интеграция по средствам организации и оптимизации образовательного процесса)

## Модель по здоровьесберегающим технологиям в МАДОУ – детский сад № 53

Технология – научное прогнозирование и точное воспроизведение педагогических действий, которые обеспечивают достижение запланированных результатов

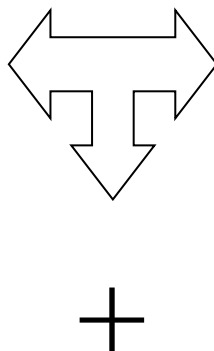
**Здоровьесберегающие технологии** – это технологии, направленные на сохранение здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников

### Медико – профилактические технологии

- организация мониторинга здоровья дошкольников;
- организация и контроль питания, физического развития и закаливания дошкольников;
- организация профилактических мероприятий;
- организация обеспечения требований СанПиНов;
- организация здоровьесберегающей среды.

### Физкультурно – оздоровительные технологии

- развитие физических качеств, двигательной активности;
- становление физической культуры детей;
  - дыхательная гимнастика
  - массаж и самомассаж;
  - профилактика плоскостопия и формирования правильной осанки;
  - воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.



### Психологическая безопасность

Комфортная организация режимных моментов

Оптимальный двигательный режим

Правильное распределение интеллектуальных и физических нагрузок

Доброжелательный стиль общения

Целесообразность в применении приёмов и методов



### Оздоровительная направленность воспитательно-образовательного процесса

Создание условий для самореализации, учёт гигиенических требований, бережное отношение к нервной системе ребёнка, ориентация на зону ближайшего развития, учёт индивидуальных особенностей и интересов детей, предоставление ребёнку свободы выбора, создание условий для оздоровительных режимов.

## Система физкультурно-оздоровительной работы в МАДОУ – детский сад № 53

### Двигательный режим в течение дня

- Прием детей, самостоятельная двигательная деятельность детей
- Утренняя гимнастика
- Физкультурные занятия в зале
- Физкультурное занятие на прогулке
- Физкультминутки во время занятий
- Музыкальные занятия
- Прогулка
- Прогулка за пределы участка
- Корригирующая гимнастика после сна
- Физкультурный досуг
- Спортивные упражнения, игры (лыжи)
- Спортивный праздник
- Каникулы

### Оздоровительные и профилактические мероприятия:

- Закаливание (солнце, воздух, вода)
- Лечебные мероприятия (Витаминотерапия, кварцевание, употребление лука и чеснока; игры, которые лечат)
- Профилактика нарушения осанки и плоскостопия;
- Нетрадиционные методы (музыкотерапия, выращивание и употребление зеленого лука)
- Аутистия и психогимнастика:
  - Игры - тренинги на подавление отрицательных эмоций
  - Коррекция поведения
- Пропаганда ЗОЖ:
  - наглядно-печатная информация;
  - Курс лекций и бесед для родителей.

### Организация рационального питания:

- Выполнение режима питания;
- Калорийность питания;
- Ежедневное соблюдение норм потребления продуктов;
- Гигиена приема пищи;
- Правильность расстановки мебели;
- Организация второго завтрака (соки);
- Соблюдение питьевого режима;
- Индивидуальный подход к детям во время приема пищи.

### Создание условий для двигательной деятельности:

Вид двигат. активности	Необходимые условия
Движения во время бодрствования	- оборудование зала (спортивный инвентарь) - спортивные уголки в группах - наличие прогулочных площадок - одежда, не стесняющая движение - игрушки и пособия, побуждающие ребенка к движению;
Подвижные игры	- знание правил игры; - картотека игр; - атрибуты;
Движения под музыку	- музыкальное сопровождение
Утренняя гимнастика и гимнастика после сна	- знание воспитателями комплексов гимнастики; - наличие места для гимнастики после сна; - наличие массажных дорожек

## Формы и методы оздоровления детей

Содержание	Формы и методы
Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>- щадящий режим в адаптационный период</li> <li>- гибкий режим</li> <li>- организация микроклимата и стиля жизни группы</li> <li>- рациональное питание</li> <li>- определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка</li> <li>- применение динамических поз (сидя, стоя, лежа)</li> </ul>
Физические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> <li>- утренняя гимнастика</li> <li>- корректирующие гимнастики (для глаз, дыхательные гимнастики, пальчиковые)</li> <li>- подвижные и динамические игры</li> <li>- спортивные игры и упражнения</li> <li>- элементы точечного массажа и самомассажа</li> <li>- логоритмика, артикуляционная гимнастика</li> </ul>
Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умывание и игры с водой</li> <li>- закаливание (мытьё рук, полоскание рта и горла, закаливание стоп водой комнатной температуры в теплый период года)</li> <li>- обеспечение чистой среды</li> </ul>
Свето-воздушные ванны	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проветривание помещений (в т.ч. сквозное)</li> <li>- сон при открытых фрамугах</li> <li>- прогулки на свежем воздухе</li> <li>- обеспечение температурного режима и чистоты воздуха</li> </ul>
Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> <li>- развлечения, игры, забавы, праздники</li> <li>- дни, недели здоровья</li> <li>- элементарный туризм</li> </ul>
Свето- и цвето терапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обеспечение светового режима</li> <li>- цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса</li> </ul>
Музыкотерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- музыкальное сопровождение режимных моментов, музыкальные паузы</li> <li>- музыкальное оформление фона НОД, использование музыки в театральной деятельности</li> </ul>
Стимулирующая терапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>- витаминизация</li> <li>- профилактические прививки</li> </ul>



**Содержание и средства реализации части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной области  
«Физическое развитие»**

<p><b>Содержание</b></p>	<p>Способы закаливания, сохранения здоровья с учетом климатических особенностей Среднего Урала. Народные традиции в оздоровлении. Лесная аптека. Оздоровляющие свойства натуральных продуктов питания. Витамины, их влияние на укрепление организма.</p> <p>Правила выбора одежды в соответствии с конкретными погодными условиями Среднего Урала. Особенности национальной одежды народов Урала.</p> <p>Традиционные для Среднего Урала продукты питания и блюда. Национальная кухня. Традиционные для Урала виды спорта, спортивные, подвижные (народные) игры.</p> <p>Способы обеспечения и укрепления, доступными средствами, физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала.</p> <p>Спортивные события в своей местности, крае. Знаменитые спортсмены, спортивные команды.</p>
<p><b>Средства, педагогические методы, формы работы с детьми</b></p>	<p><b>Игры народов Среднего Урала:</b></p> <p><i>Русские</i> – «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки», «У медведя во бору», «Фанты».</p> <p><i>Башкирские</i> – «Липкие пеньки», «Медный пень», «Палка-кидалка», «Стрелок», «Юрта».</p> <p><i>Татарские</i> – «Жмурки», «Займи место», «Кто первый», «Кто дальше бросит?», «Лисичка и курочки», «Мяч по кругу», «Перехватчики», «Продам горшки», «Серый волк», «Скок-перескок», «Спутанные кони», «Тимербай», «Хлопушки».</p> <p><i>Удмуртские</i> – «Водяной», «Догонялки», «Игра с платочком», «Охота на лося», «Серый заяц».</p> <p><i>Марийские</i> - «Биляша», «Катание мяча».</p> <p><i>Коми</i> – «Ловля оленей», «Невод», «Охота на оленей», «Стой, олень!».</p> <p><i>Чувашские</i> – «Штаидерт», «Кто вперед возьмет флажок», «Тума-дуй».</p> <p><b>Спортивные игры:</b> «Городки», «Катание на лыжах», «Катание на санках» и др.</p> <p><b>Целевые прогулки, экскурсии</b> по городу обеспечивают необходимую двигательную активность и способствует сохранению и укреплению здоровья ребенка.</p> <p>Реализация программы «Здоровье», «Модель закаливающих процедур с учетом климатических условий Среднего Урала, особенностей психофизического здоровья каждого ребенка». Участие в тематических проектах, спортивных событиях. Создание тематических выставок рисунков, коллективных коллажей, аппликаций о правильном питании. Сюжетно-ролевые игры «Аптека», «Больница», «Лесная аптека» и др. Детско-взрослые проекты.</p>

## Деятельность сотрудников МБДОУ в осуществлении физкультурно - оздоровительной работы

Наименование должности	Содержание деятельности
Заведующий	<p>Создает необходимые условия для укрепления здоровья детей, обеспечения их питанием.</p> <p>Обеспечивает выполнение санитарно-гигиенических правил, противопожарных мероприятий и других условий по охране жизни и здоровья детей.</p> <p>Обеспечивает медико-педагогический контроль за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий.</p> <p>Отвечает за проведение ремонта.</p> <p>Проводит обучение и инструктаж по технике безопасности.</p>
Старшая медицинская сестра	<p>Осматривает детей во время утреннего приёма, в группах раннего возраста</p> <p>Организует и контролирует проведение всех физкультурно-оздоровительных мероприятий в группах.</p> <p>Осуществляет контроль за режимом дня.</p> <p>Делает профилактические прививки.</p> <p>Оказывает доврачебную помощь.</p> <p>Наблюдает за динамикой физического развития детей.</p> <p>Проверяет организацию питания в группах.</p> <p>Следит за санитарным состоянием пищеблока и групповых комнат и других помещений учреждения.</p> <p>Проводит санитарно-просветительскую работу среди сотрудников детского сада и родителей.</p>
Заместитель заведующего по ВМР	<p>Составляет расписание непосредственно образовательной деятельности с учетом возраста детей, план оздоровительной работы, двигательный режим в разных возрастных группах.</p> <p>Контролирует проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в группах.</p> <p>Проводит диагностику двигательных навыков совместно с инструктором по физической культуре.</p> <p>Наблюдает за динамикой физического развития детей.</p> <p>Осуществляет контроль за режимом дня.</p> <p>Осуществляет подбор пособий и игрушек в соответствии с гигиеническими требованиями к ним с учетом возрастных особенностей детей.</p> <p>Проводит консультативную работу среди родителей и педагогов по вопросам физического развития детей.</p>
Инструктор по физической культуре	<p>Координирует всю физкультурно-оздоровительную работу.</p> <p>Проводит физкультурные занятия, физкультурные досуги и праздники, индивидуальную работу по развитию и коррекции двигательных навыков детей.</p> <p>Наблюдает за динамикой физического развития детей.</p> <p>Проводит диагностику двигательных навыков совместно с заместителем заведующего по ВМР.</p> <p>Консультирует воспитателей по вопросам проведения утренней гимнастики, подвижных игр, индивидуальной работы по развитию движений детей.</p> <p>Проводит просветительскую работу с родителями по вопросам здорового образа жизни и использования элементов физической культуры в домашних условиях.</p>

Музыкальный руководитель	<p>Способствует развитию эмоциональной сферы ребёнка.</p> <p>Проводит музыкальные игры и хороводы с детьми.</p> <p>Занимается развитием движений детей на музыкальных занятиях и в свободное от занятий время.</p> <p>Участвует в проведении утренней гимнастики, физкультурных досугов и праздников.</p>
Воспитатели групп	<p>Проводят утреннюю гимнастику, пальчиковую гимнастику, гимнастику для глаз, после сна, подвижные игры, физкультминутки, спортивные упражнения, индивидуальную работу по развитию движений, закаливающие мероприятия.</p> <p>Соблюдают режим дня.</p> <p>Следят за здоровьем детей и их эмоциональным состоянием, информируют об этом медицинскую сестру, заведующего.</p> <p>Следят за температурным режимом, искусственным освещением, одеждой детей</p> <p>Следят за состоянием физического развития детей и проведением закаливающих мероприятий.</p> <p>Проводят просветительскую работу среди родителей и детей.</p>
Заместитель заведующего по АХЧ	<p>Обеспечивает правильную работу вентиляционных установок.</p> <p>Своевременно производит замену постельного белья.</p> <p>Регулирует тепловой и воздушный режим детского сада.</p> <p>Следит за состоянием оборудования, здания, помещений, территории во избежание травмоопасных ситуаций.</p> <p>Контролирует соблюдение правил пожарной безопасности.</p>
Повар	<p>Своевременно готовит пищу в соответствии с режимом детского учреждения.</p> <p>Проводит доброкачественную кулинарную обработку продуктов.</p> <p>Обеспечивает строгое соблюдение срока реализации и условий хранения продуктов.</p>
Дворник	<p>Содержит в чистоте участок детского учреждения и подходы к нему.</p> <p>Своевременно убирает снег и сосульки с крыши</p> <p>Следит за состоянием ограждения территории детского сада.</p>

## 2.2. Способы и направления поддержки детской инициативы.

Некоторые родители чрезмерно увлекают ребенка интеллектуальным развитием: посещение разнообразных курсов и кружков, не оставляя времени для игр на детских площадках, лишает ребенка общения со сверстниками в игре. Именно поэтому возрастает роль детского сада во всестороннем физическом развитии детей. В настоящее время в дошкольных организациях вводятся дополнительные развивающие занятия: аэробика, ритмика, спортивные танцы и спортивные игры. Но все же основная нагрузка в плане физического развития детей ложится на физкультурные занятия.

Как сделать так, чтобы физкультурные занятия стали действительно развивающими, интересными, увлекательными, познавательными?

Традиционная система физкультурных занятий недостаточно совершенна как по своей структуре, так и по методике обучения. Это побуждает к поиску новых форм и методов нетрадиционного направления работы по физическому воспитанию в детском саду.

В учебных пособиях по физическому воспитанию достаточно подробно освещена методика организации традиционных физкультурных занятий. Добиться высокого качества освоения движений детьми и большого оздоровительного эффекта на подобных занятиях весьма затруднительно. Педагог вынужден постоянно давать детям указания, невольно вырабатывая у них ориентировку на внешний контроль. Кроме того, постоянные указания, замечания, даже если они вполне обоснованы, снижают положительный настрой детей, создают определенное психологическое напряжение.

Замечено, что далеко не все дети любят физкультурные занятия (в основном из-за их однообразия). Исследователями установлено также, что именно физкультурные занятия чаще других способствуют формированию комплекса неполноценности уже с детских лет. Именно поэтому, а также ради того, чтобы все физкультурные занятия работали на укрепление здоровья ребенка, следует в систему физического воспитания включать нетрадиционные занятия – различные по содержанию, структуре и методике проведения.

В нашей дошкольной образовательной организации материальная база спортивного зала оборудована современным физкультурным оборудованием: массажерами, мягкими модулями, спортивными комплексами, гимнастическими наборами и т.д. Использование этого оборудования позволяет разнообразить занятия по физической культуре, проводить их максимально интересно и эффективно.

Выделяются следующие нетрадиционные занятия:

- ✓ Развивающие занятия «Театра физического воспитания дошкольников» - это подход к физическому воспитанию, предполагающий использование новой методики физического развития детей. Это игровая по форме новая система физического оздоровления, коррекции, профилактики и творческого самовыражения детей.
- ✓ Эвритмическая гимнастика – вид оздоровительно – развивающей гимнастики, основанной на ритмических закономерностях речи, музыки, общеразвивающих упражнений, базовых шагов и элементов аэробики.
- ✓ Стретчинг – гимнастика (гимнастика поз) включает в себя комплекс поз, обеспечивающих наилучшие условия для растягивания определенных групп мышц.
- ✓ Раздельные физкультурные занятия для мальчиков и девочек.

Для более успешного проведения данной работы необходимо учитывать возрастные особенности детей. В работе с младшими дошкольниками нужно чаще проводить занятия в форме ситуационных мини – игр, на которых дети имитируют сказочных героев, птиц, животных. Начиная со среднего возраста вводить больше тематических и вариативных физкультурных занятий. С детьми старшего возраста проводить занятия, основанные на гендерных особенностях детей. На этих занятиях дети делятся на «мальчиковую» и

«девичью» подгруппы, подбираются определенные двигательно – игровые ситуации, которые способствуют формированию у ребят жизненно важных качеств: у девочек – гибкости, ловкости, пластичности, у мальчиков – силы, выносливости, быстроты.

Нетрадиционные занятия увлекают детей своим разнообразием и доступностью: они с удовольствием приходят в спортивный зал, активно участвуют в играх, перевоплощаются в различных героев, проявляют большую фантазию в соответствии с сюжетами, раскрепощаются, освобождаются от напряжения, позитивно взаимодействуют в среде сверстников. У детей формируется интерес, потребность и осознанное отношение к занятиям физическими упражнениями.

### **2.3. Особенности взаимодействия инструктора по физическому развитию с другими специалистами детского сада.**

#### **Взаимодействие с медицинским персоналом**

В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольной организации и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинского персонала.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности для, меня, прежде всего, являются:

- **Физическое состояние детей посещающих детский сад.** Так, в начале года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняем листы здоровья, физического и двигательного развития детей. Получаем дополнительную информацию о детях от психолога, логопеда и родителей, через анкетирование, индивидуальные беседы.
- **Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем.** Вместе разрабатываем рекомендации к построению педагогического процесса с детьми, имеющими отклонения в развитии, выделяем дифференцированные группы детей, требующие коррекционной работы. Поэтому я кроме индивидуальной работы с такими детьми, в занятия обязательно включаю упражнения на профилактику осанки и плоскостопия, дыхательные игры и упражнения. Обязательно ведем совместный контроль над организацией щадящего режима занятий или медотвода для детей перенесших заболевания.
- **2 раза в год осуществляем медико-педагогический контроль над физкультурными занятиями.** Качественный и количественный контроль эффективности занятия, как правило, проводит медицинская сестра, а анализирует старший воспитатель и инструктор по физическому воспитанию.
- Проводя работу по **формированию у детей начальных представлений о ЗОЖ**, привлекаем медиков к проведению непосредственно образовательной деятельности по валеологии, развлечений, консультаций для педагогов и родителей.

#### **Взаимодействие с воспитателями**

Конечно, за успешное выполнение всех задач образовательной программы отвечает воспитатель, а инструктор по физической культуре должен оказывать помощь воспитателю по различным вопросам физического развития детей.

Так я:

- планирую и организую образовательную деятельность по физическому воспитанию;
- планирую и организую физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня;
- оказываю методическую помощь по вопросам физического воспитания всем педагогам ДОУ (провожу различные консультации, выступаю на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т.д.).

Планирование такой совместной деятельности осуществляется на основе годового плана нашего дошкольного учреждения. Кроме групповых форм взаимодействия я раз в неделю встречаюсь со специалистами и обсуждаю вопросы, требующие внимания.

- разрабатываю и организую информационную работу с родителями.

Совместно с воспитателями 2 раза в год (в начале и в конце года) проводим обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей.

Это дает мне возможность спрогнозировать возможные положительные изменения этих показателей на конец учебного года.

Отбор программного материала осуществляю с учетом возрастных особенностей детей и анализа диагностики. На каждую возрастную группу, составляю перспективное планирование. Печатаю конспекты физкультурных занятий, с которыми знакоблю воспитателей, провожу консультации по отдельным вопросам (методике проведения занятия, способах организации, дозировки и т. д.).

Чтобы физкультурные занятия были действительно развивающими, интересными, увлекательными и познавательными, использую разные формы их проведения (традиционные, тренировочные, контрольно-проверочные, игровые, тематические, сюжетные и интегрированные).

Руководящую роль на занятии занимает инструктор. Но воспитатель, зная методику проведения физкультурных занятий, следит за качеством выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений, помогает в регулировании физической нагрузки на каждого ребенка. Воспитатель на занятии не только помогает инструктору по физической культуре, но и фиксирует то, что необходимо закрепить с некоторыми детьми в индивидуальной работе.

Для удобства знакомства детей с подвижными играми составила перспективный план на каждую возрастную группу. Планирование составлено так, что не выпущена ни одна игра предусмотренная программой, продуманно ее обучение, закрепление, упражнение, усложнение, а также использование игры в самостоятельной деятельности. Кроме этого разработаны и внедрены в работу картотеки подвижных и хороводных игр, корригирующих и дыхательных игр и упражнений.

Воспитатель, как бы, является связующим звеном между мной и родителями (проводит с ними беседы по моим рекомендациям, дает консультации, предлагает разнообразные домашние задания, индивидуально для каждого ребенка).

Взаимодействие с музыкальным руководителем

Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора или воспитателя от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя.

Очень важно, чтобы музыка на занятии не звучала только ради того, чтобы прозвучать, она должна естественно вплестись в занятие, в каждое движение. Поэтому если на утренней гимнастике, занятии или развлечении мне необходимо музыкальное сопровождение мы вместе подбираем музыкальные произведения к различным упражнениям и играм. Энергичный бодрый марш для ходьбы, легкая танцевальная музыка для прыжков – полька, галоп. Общеразвивающие упражнения имеют свою структуру, поэтому для них подбираем произведения определенного строения. И самое главное сначала попробовать самой выполнить эти упражнения под музыку. При необходимости можно подбирать музыку и к **ОВД**, но следует помнить, что выполнение трудных движений (лазание, равновесие) требует от ребенка больших усилий, внимания, координации. Музыка в данном случае не желательна и является отвлекающим фактором.

Чаще всего используем музыку, в том числе и звукозаписи, в подвижных и хороводных играх, во время проведения эстафет и соревнований, а так же **в заключительной части занятия**, когда музыка выступает как успокаивающее, обеспечивающее постепенное снижение физической нагрузки средство. В этой части использую звуки природы и звучание лирических произведений.

Совместно с музыкальным руководителем проводим музыкально-спортивные праздники и развлечения. Такие мероприятия планируем согласно годовому календарно-тематическому плану.

Очень важно помнить, что:

- недопустимо выполнение физических упражнений вне ритма и темпа;
- противопоказано уточнять ритмичность движения под музыку счетом или непрерывными хлопками, так как это может привести к частичному искажению музыкально-ритмических ощущений.

**Взаимодействие с учителем-логопедом**

В последние годы, к сожалению, отмечается увеличение количества детей, имеющих нарушение речи, наш детский сад не исключение. Так у нас работает логопедический пункт.

В связи с этим моя задача помочь и логопеду и воспитателю в воспитании и обучении детей с такими нарушениями.

Эти дети по физическому развитию отличаются от своих сверстников нарушением моторики, дискоординацией и слабостью движений, двигательной расторможенностью, слабой ориентировкой в пространстве.

Для них планирование физкультурно-оздоровительной работы составляется с учетом коррекционно-воспитательных задач. Вот здесь как раз и необходимо тесное сотрудничество инструктора по физической культуре и логопеда.

Одним из эффективных приемов в коррекционной работе с детьми мы видим использование упражнений, где речь взаимосвязана с движением. Это могут быть подвижные, пальчиковые игры, игровой массаж, дыхательные игры и упражнения, которые логопеды и воспитатели планируют согласно лексическим темам (времена года, транспорт, профессии, зимние виды спорта, домашние животные и т.д.) и предлагают мне в качестве закрепления, я в свою очередь разрабатываю двигательный материал и чаще объединяю в сюжет. Что способствует обогащению словарного запаса, формированию лексико-грамматического строя речи, постановке правильного дыхания. Такие упражнения мы используем в различных моментах физкультурно-оздоровительной работы. Это, безусловно, физкультурные занятия, где помимо общеобразовательных задач решается ряд коррекционных задач, направленных на устранение недостатков эмоциональной, интеллектуальной и моторной сфер, обусловленных особенностями речевого дефекта, а так же физкультурные праздники, досуги, утренняя и бодрящая гимнастика, физминутки на других занятиях, прогулки. Для этого совместно разрабатываем картотеки игр, упражнений, оздоровительного массажа, считалок, загадок, чистоговорок.

**Взаимодействие с педагогом-психологом**

То, что дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, доказывать уже никому не надо. Важно, чтобы методами психопрофилактики и психокоррекции владели не только педагоги-психологи, но и воспитатели и инструктор по физической культуре в том числе, а главное, чтобы они могли использовать их в своей повседневной работе с детьми, учитывая их индивидуальные психологические особенности и проблемы.

Поэтому здесь очень необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами.

Надо отметить, что и практически здоровые дети тоже нуждаются в психопрофилактической работе.

Поэтому я в некоторые физкультурные занятия и развлечения включаю игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

Таким образом, нами была создана модель взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами, медицинским персоналом.

Модель взаимодействия

Инструктора по физической культуре

- С заведующим, зам. заведующего – создает условия для физкультурно-оздоровительной работы, координируют работу педагогов.
- С медицинской сестрой – участвует в проведении лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий, проводит санитарно-просветительскую работу среди педагогов и родителей.
- С воспитателем – способствует обеспечению гибкого оздоровительного режима, формированию привычки здорового образа жизни, развитию двигательной культуры, профилактики заболеваний.
- С музыкальным руководителем – участвует в двигательном развитии детей, способствует развитию чувства ритма, темпа, речевого дыхания, координации движений.
- С учителем-логопедом – способствует обогащению словарного запаса, формированию лексико – грамматического строя речи, постановке правильного дыхания, общей и мелкой моторики, координации движений.
- С педагогом-психологом - способствует развитию эмоционально – волевой сферы дошкольников, познавательных процессов
- С младшим воспитателем – способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований.

Положительные результаты в процессе реализации задач образовательной области «Физическое развитие» возможны при условии тесной взаимосвязи и преемственности в работе всего педагогического коллектива и единства требований, предъявляемых к детям.

## **2.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.**

### **2.4.1. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников младшего дошкольного возраста**

Одним из важных принципов технологии реализации программы по физической культуре является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения. При этом сам воспитатель, инструктор по физической культуре определяет, какие задачи он сможет более эффективно решить при взаимодействии с семьей, как поддерживать с родителями деловые и личные контакты, вовлекать их в процесс совместного воспитания дошкольников.

В младшем дошкольном возрасте большинство детей только приходят в детский сад, и родители знакомятся с педагогами дошкольного учреждения. Поэтому задача любого педагога (воспитателя, логопеда, психолога, инструктора по физической культуре) — заинтересовать родителей возможностями совместного воспитания ребенка, показать родителям их особую роль в развитии малыша. Для этого воспитатель знакомит родителей с особенностями дошкольного учреждения, своеобразием режима дня группы и образовательной программы, специалистами, которые будут работать с их детьми.

Вместе с тем в этот период происходит и установление личных и деловых контактов между педагогами детского сада и родителями.



В общении с родителями инструктор показывает свою заинтересованность в развитии ребенка, выделяет те яркие положительные черты, которыми обладает каждый малыш, вселяет в родителей уверенность, что они смогут обеспечить его полноценное развитие.

В ходе бесед, консультаций, родительских собраний инструктор не только информирует родителей, но и предоставляет им возможность высказать свою точку зрения, поделиться проблемой, обратиться с просьбой.

Такая позиция любого педагога способствует развитию его сотрудничества с семьей, помогает родителям почувствовать уверенность в своих педагогических возможностях.

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников:

1. Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.

2. Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

Инструктор знакомит родителей с факторами укрепления здоровья детей, обращая особое внимание на их значимость в период адаптации ребенка к детскому саду. Особенно важно вызвать у родителей младших дошкольников интерес к вопросам здоровья ребенка, желание укреплять его не только медицинскими средствами, но и с помощью правильной организации режима, питания, совместных с родителями физических упражнений (зарядки, подвижных игр), прогулок. В ходе бесед «Почему ребенок плохо адаптируется в детском саду?», «Как уберечь ребенка от простуды?» инструктор совместно с воспитателем подводит родителей к пониманию того, что основным фактором сохранения здоровья ребенка становится здоровый образ жизни его семьи.

Инструктор стремится активно включать родителей в совместную деятельность с их детьми — подвижные игры, прогулки, в конце года совместные занятия по физическому развитию. Очень важно помочь родителям получать удовольствие от совместных игр, общения со своим ребенком.

Таким образом, в ходе организации взаимодействия с родителями младших дошкольников инструктор по физической культуре стремится развивать их интерес к проявлениям своего ребенка, желание познать свои возможности как родителей, включиться в активное сотрудничество с педагогами группы по развитию ребенка.

#### **2.4.2. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников среднего дошкольного возраста**

Взаимодействие педагогов с родителями детей пятого года жизни имеет свои особенности.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников:

1. Познакомить родителей с особенностями развития ребенка пятого года жизни, приоритетными задачами его физического развития.
2. Включать родителей в игровое общение с ребенком, помочь им построить партнерские отношения с ребенком.
3. Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности.

В средней группе инструктор по физической культуре совместно с педагогами группы стремится сделать родителей активными участниками жизни детского коллектива. Способствуя развитию доверительных отношений между родителями и детьми, педагоги организуют совместные праздники и досуги: «В гостях у Мойдодыра», «Веселые игры». Важно, чтобы на этих встречах родители присутствовали не просто как зрители, а совместно с детьми включались в игры, эстафеты.

Важно, чтобы во время совместных образовательных ситуаций и после них педагог поддерживал активность родителей, подчеркивал, что ему и детям без участия родителей не обойтись, обращал их внимание на то, как многому научились дети в совместной деятельности с родителями, как они гордятся своими близкими.

Таким образом, к концу периода среднего дошкольного детства инструктор вовлекает родителей в педагогический процесс как активных участников, создает в группе коллектив единомышленников, ориентированных на совместную деятельность по развитию физических качеств, двигательных навыков, здоровья детей.

#### **2.4.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников старшего дошкольного возраста**

В старшем дошкольном возрасте педагог строит свое взаимодействие на основе укрепления сложившихся деловых и личных контактов с родителями воспитанников.

Задача взаимодействия инструктора с семьями дошкольников:

- Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (занятия в бассейне, коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

#### **2.4.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников подготовительного к школе дошкольного возраста**

Инструктор по физическому развитию активно вовлекает родителей в совместные с детьми виды деятельности, помогает устанавливать партнерские взаимоотношения, поощряет активность и самостоятельность детей. В процессе организации разных форм детско-родительского взаимодействия инструктор способствует развитию родительской уверенности, радости и удовлетворения от общения со своими детьми.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников:

- Познакомить родителей с особенностями физического и психического развития ребенка, развития самостоятельности, навыков безопасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях.

Инструктор опирается на проявление заинтересованности, инициативности самих родителей, делая их активными участниками спортивных досугов «Крепкие и здоровые», «Зимние забавы», «Мы играем всей семьей».

#### ***Алгоритм совместной физкультурно-оздоровительной работы дошкольного образовательного учреждения с семьей.***

1. Посещение детей на дому с целью анализа условий проживания для проведения физкультурно-оздоровительной работы и определения путей и способов улучшения здоровья каждого ребенка в семье и дошкольном образовательном учреждении;
2. Анкетирование родителей, в рамках мониторинга Физического развития и оздоровления детей с целью выявления знаний и умений родителей в области здорового образа жизни, организации питания и двигательной активности детей, выполнения режимных моментов в семье;
3. Совместно с педиатром и медицинскими работниками изучение состояния здоровья детей, анализ заболеваний за предыдущий период времени
4. Ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития;
5. Создание в дошкольном образовательном учреждении и семье медико-социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости у детей (создание

- зон различных видов физической активности, использование закаливающих процедур, разнообразных массажей, фито-, витаминно-, водотерапии и т.п.);
6. Участие медицинских работников, воспитателей и родителей в составлении индивидуальных программ (планов) оздоровления детей;
  7. Проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде здорового образа жизни, необходимости выполнения общегигиенических требований, рационального режима дня, полноценного сбалансированного питания, закаливания, воздушного и температурного режима и т. д.;
  8. Ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении;
  9. Обучение родителей конкретным приемам и методам оздоровления (ЛФК, дыхательная гимнастика, массаж, разнообразные виды закаливания и т.д.);
  10. Ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном образовательном учреждении и обучение их отдельным нетрадиционным методам оздоровления детского организма (фитотерапии, ароматерапии и т.д.);
  11. Создание семейных клубов по интересам: «Здоровый ребенок», «Растем вместе», «Я и мой ребенок»;
  12. Освещение передового опыта семейного воспитания по физкультурно-оздоровительной работе среди семей воспитанников ДООУ, проведение конференций.
  13. Создание газет для родителей и т. п.
  14. Проведение отчетных концертов для родителей по результатам кружков, функционирующих в ДООУ, в том числе и физкультурно – оздоровительного направления.
  15. Взаимодействие с МАОУ СОШ № 85 по вопросам физического развития детей.

### III. Организационный раздел

#### 3.1 Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении.

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

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

Организация жизни и деятельности воспитанников спланирована согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15 мая 2013 г и рекомендациями авторов примерной основной общеобразовательной программы «От рождения до школы».

##### *Особенности и требования к организации режима дня*

- Понедельник и пятница физически и интеллектуально не перегружены. Ребенку обеспечивается легкое вхождение в рабочую неделю и состояние удовлетворенности своим пребыванием в дошкольном учреждении в конце недели.
- Каждый день максимально отличается от предыдущего по месту, времени, форме организации совместной образовательной деятельности.
- В режиме дня предусмотрено время для индивидуальных контактов воспитателя с детьми на основе неформального общения.

- В режиме дня выделяется время для проведения закаливающих мероприятий. Выделяется также время для самостоятельной деятельности детей.

Все режимные моменты действуют благоприятно в комплексе: движение, сон, питание, закаливание.

***Соблюдение требований к организации режимных процессов:***

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

Продолжительность НОД зависит от возраста детей и соответствует требованиям СанПин. В теплое время года непосредственно образовательную деятельность осуществляют на участке во время прогулки. Воспитателю предоставляется право варьировать место непосредственной образовательной деятельности в педагогическом процессе, интегрировать содержание различных видов непосредственной образовательной деятельности в зависимости от поставленных целей и задач обучения и воспитания, их место в образовательном процессе. Расписание непосредственно образовательной деятельности составляется в соответствии требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13.

НОД физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла занимают не менее 50% общего времени, отведенного на непосредственно образовательную деятельность.

В ходе организации образовательной деятельности педагог опирается на субъективный опыт ребенка, его интересы, склонности, устремления, индивидуально-значимые ценности, которые определяют своеобразие восприятия и осознания окружающего мира каждым малышом.

Ребенку предоставляется возможность максимально использовать свой собственный, уже имеющийся опыт, личностно-значимый для него, а не просто безоговорочно принимать («усваивать») все, что сообщает ему педагог. Педагог и ребенок выступают как равноправные партнеры, носители разнородного, но одинаково необходимого опыта. Основной замысел личностно-ориентированного общения состоит в том, чтобы раскрыть содержание индивидуального опыта ребенка, согласовать его с задаваемым и тем самым добиться личностного освоения нового содержания. При реализации задач образовательной деятельности профессиональная позиция педагога состоит в заведомо уважительном отношении к любому высказыванию малыша по содержанию обсуждаемой темы. Обсуждение детских «версий» происходит не в жестко-оценочной ситуации, а в равноправном диалоге. Только в этом случае дети будут стремиться быть «услышанными» взрослым.

Реализация задач образовательной программы происходит в ходе образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения), а также в ходе образовательной деятельности, осуществляемой в режимных моментах и в совместной деятельности с родителями.

***Организация непосредственно образовательной деятельности (совместной) с детьми***

- ✓ В теплое время года непосредственно образовательную деятельность осуществляют на участке во время прогулки.
- ✓ Продолжительность непрерывной 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, а 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, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводятся физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.
- ✓ Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.
- ✓ Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организовывается в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

## Современные здоровьесберегающие технологии, реализуемые в МАДОУ

№ п/ п	Технология	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения
<b>Технологии сохранения и стимулирования здоровья</b>			
1	Гимнастика ортопедическая	В различных формах физкультурно- оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы.
2	Ритмопластика	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин.	Со среднего возраста. Обращается внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка.
3	Динамические паузы	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей.	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.
4	Релаксация	После физ. нагрузки.	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы.
5	Гимнастика пальчиковая	Ежедневно, в любой удобный отрезок времени.	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.
6	Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время	В зависимости от интенсивности зрительной нагрузки можно использовать с младшего возраста Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.
7	Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно- оздоровительной работы.	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.
8	Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег

			из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий МБДОУ.
9	Гимнастика корректирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы.	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей.
<b>Технологии обучения здоровому образу жизни</b>			
1	Игротренинг, игротерапия	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом.	Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности.
2	Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 30 мин.	Со старшего возраста. Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.
3	Занятия из серии «Здоровье»	1 раз в неделю по 30 мин.	Со старшего возраста. Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития.
<b>Коррекционные технологии</b>			
1	Арт-терапия	Сеансами по 10-12 занятий по 30-35 мин.	Занятия проводятся по подгруппам 10-13 человек, программа имеет диагностический инструментарий и предполагает протоколы занятий.
2	Технологии музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия. 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.
3	Сказкотерапия	2-4 занятия в месяц по 30 мин.	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей.
4	Технология воздействия	Как специальное	Необходимо уделять особое

	цветом	занятие 2-4 раза в месяц, в зависимости от поставленных задач.	внимание цветовой гамме интерьеров МБДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка.
5	Технологии коррекции поведения	Сеансами по 10-12 занятий по 25-30 мин.	Со старшего возраста. Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек. Группы составляются не по одному признаку - дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический инструментарий и протоколы занятий.
6	Фонематическая ритмика	2 раза в неделю с младшего возраста не раньше чем через 30 мин. после приема пищи. Мл. возраст-15 мин., старший возраст-30 мин.	Занятия рекомендованы детям с проблемами слуха либо в профилактических целях. Проводится в спортивном или музыкальном зале. <u>Цель занятий</u> - фонетическая грамотная речь без движений.



### 3.2.Перечень подвижных игр

#### Младшая группа

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

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

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

#### Средняя группа

**С бегом.** «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремуш-«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», «Прятки».

#### Старшая группа

**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»

**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»

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

#### Подготовительная группа

**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.

### 3.3. Перспективное планирование спортивного досуга и развлечений I младшая группа раннего развития

Месяц	Название праздника (события)	Форма проведения мероприятия
Октябрь	Всероссийский день спортсменов силовых видов спорта в России (первое воскресенье октября)	Спортивный досуг «Сказочная история»
	Международный день врача (3-я неделя октября)	Спортивное развлечение «Чем доктор лечил Ваську»
Ноябрь		Развлечение «В гости к Мишке»
Декабрь	1 декабря - Всероссийский день хоккея	Развлечение «Мой веселый, звонкий мяч»
	10 декабря - Всемирный день футбола	
	21 декабря - Всемирный день баскетбола	
Январь	Всемирный день «спасибо» 11 января	Спортивное развлечение «Моя любимая игрушка»
	Всемирный день снега (20 января)	Спортивный досуг «Зимние забавы»
Февраль	День зимних видов спорта в России (первая неделя месяца)	Спортивный досуг «Прогулка в зимний лес»
Март	Всемирный день Земли и водных ресурсов (2-3-я неделя марта)	Развлечение «Приглашаем детвору на веселую игру»
Апрель	Всемирный день здоровья	Игровое занятие «Спорт»
Май		Спортивное развлечение «Путешествие в страну сказок».
Июнь	Международный День защиты детей. 1 июня	Спортивный праздник «Пусть всегда будет солнце, пусть буду Я»
Июль		Спортивное развлечение «Мы смелые и

		умелые»
Август	День физкультурника (1-я неделя августа)	Спортивное развлечение «День Физкультурника».

## II младшая группа

Месяц	Название праздника (события)	Форма проведения мероприятия
Октябрь	Всероссийский день спортсменов силовых видов спорта в России (первое воскресенье октября)	Досуг «Сказочная история»
	Международный день врача (3-я неделя октября)	Спортивное развлечение «Веселый гномик»
Ноябрь		Развлечение «В гости к Мишке»
Декабрь	1 декабря - Всероссийский день хоккея 10 декабря - Всемирный день футбола 21 декабря - Всемирный день баскетбола	Развлечение «Мой веселый, звонкий мяч»
Январь	Всемирный день «спасибо» 11 января	Игровое занятие «Путешествие в страну Спасибо»
	Всемирный день снега (20 января)	Досуг «Зимние забавы»
Февраль	День зимних видов спорта в России (первая неделя месяца)	Досуг «Снег кружиться...»
Март	Всемирный день Земли и водных ресурсов (2-3-я неделя марта)	Спортивное развлечение «День рождения Земли»
Апрель	Всемирный день здоровья	Спортивное развлечение «День здоровья»
Май		Квест-игра «Букет для Весны»
Июнь	Международный День защиты детей. 1 июня	Спортивный праздник «Пусть всегда будет солнце, пусть буду Я»
Июль		Квест-игра «Непоседа Колобок»
Август	День физкультурника (1-я неделя августа)	Спортивное развлечение «День Физкультурника».

## Средняя группа

Месяц	Название праздника (события)	Форма проведения мероприятия
Октябрь	Всероссийский день спортсменов силовых видов спорта в России (первое воскресенье октября)	Досуг «Спорт – это сила и здоровье».

	Международный день врача (3-я неделя октября)	Квест-игра «Здоровье в наших руках»
Ноябрь	День народного единства (1 -я неделя ноября)	Спортивное развлечение (подвижные игры народов России).
Декабрь	1 декабря - Всероссийский день хоккея 10 декабря - Всемирный день футбола 21 декабря - Всемирный день баскетбола	Развлечение «Мячи бывают разные»
Январь	Всемирный день «спасибо» 11 января Всемирный день снега (20 января)	Квест-игра «Игрушки в беде»  Досуг «Зимние забавы»
Февраль	<i>День зимних видов спорта в России (первая неделя месяца)</i>	Досуг «Зимние виды спорта»
Март	Всемирный день Земли и водных ресурсов (2-3-я неделя марта)	Спортивное развлечение «Берегите Землю».
Апрель	Всемирный день здоровья	Развлечение «День здоровья»
Май		Квест-игра «Двенадцать записок»
Июнь	Международный День защиты детей. 1 июня	Спортивный праздник «Пусть всегда будет солнце, пусть буду Я»
Июль		Спортивное развлечение «Нам сказка помогает спортом заниматься»
Август	День физкультурника (1-я неделя августа)	Спортивное развлечение «День Физкультурника».

### Старшая и подготовительная группа

Месяц	Название праздника (события)	Форма проведения мероприятия
Октябрь	Всероссийский день спортсменов силовых видов спорта в России (первое воскресенье октября)	Развлечение «Путешествие в страну силы»
	Международный день врача (3-я неделя октября)	Спортивно-музыкальное развлечение «Разговор о здоровье и правильном питании»
	Всероссийский день гимнастики (последняя суббота октября)	Сюжетное занятие «На балу у феи Гибкость»
Ноябрь	День народного единства (1 -я неделя ноября)	Спортивное развлечение (подвижные игры народов России).

Декабрь	1 декабря - Всероссийский день хоккея 10 декабря - Всемирный день футбола 21 декабря - Всемирный день баскетбола	Проект «Мячи бывают разные»
Январь	Всемирный день «спасибо» 11 января  Всемирный день снега (20 января)	Спортивное развлечение «Шкатулка добрых дел»  Досуг «Зимние забавы»
Февраль	День зимних видов спорта в России (первая неделя месяца)  Международный день перетягивания каната 19 февраля  День защитника Отечества 23 февраля	Спортивное развлечение «Зимние виды спорта»  Спортивный досуг «Веселые старты».  Спортивный праздник «Наша Армия сильна!» с участием пап.
Март	Всемирный день Земли и водных ресурсов (2-3-я неделя марта)	Досуг «Путешествие по океанам»
Апрель	Всемирный день здоровья  День космонавтики 12 апреля  Международный день танца 29 апреля	Спортивный праздник «Эстафеты для сильных и смелых»  Сюжетно-игровое занятие «Как щенок Плюшка путешествовал по Марсу»  Спортивно-музыкальное развлечение «Идем на танцы»
Май	Международный день семьи (2-я неделя мая)	Спортивные соревнования «Мама, папа, я - спортивная семья»
Июнь	Международный День защиты детей. 1 июня  День России 12 июня  19 июня - Всемирный день детского футбола  21 июня - Международный день йоги.	Спортивный праздник «Пусть всегда будет солнце, пусть буду Я»  Праздничный концерт «Мы граждане России!»  Спортивное развлечение «Все болеют за футбол»  Сюжетное занятие «Йога для детей»
Июль		Квест-игра «Ищем клад»
Август	День физкультурника (1-я неделя августа)  Международный день светофора	Спортивный праздник «День Физкультурника»  Спортивный досуг «Город дорожного движения»

### 3.4. Материально-техническое обеспечение программы.

Для сохранения и укрепления здоровья детей создана «материально-техническая база, которая включает в себя.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства МБДОУ, группы и участка, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать реализацию различных образовательных программ; учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность; учет возрастных особенностей детей.

Развивающей среды построена на следующих принципах:

- 1) насыщенность;
- 2) трансформируемость;
- 3) полифункциональность;
- 4) вариативной;
- 5) доступность;
- 6) безопасной.

*Насыщенность* среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы. Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают:

- > игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);
- > двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- > эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- > возможность самовыражения детей.

Для детей младенческого и раннего возраста образовательное пространство предоставляет необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

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

*Пот/функциональность* материалов позволяет разнообразно использовать различные составляющих предметной среды: детскую мебель, маты, мягкие модули, ширмы, природные материалы, пригодные в разных видах детской активности (в\*том числе в качестве предметов-заместителей и детской игре).

*Вариативность* среды позволяет создать различные пространства (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразный материал, игры, игрушки и оборудование, обеспечивают свободный выбор детей.

Игровой материал периодически сменяется, что стимулирует игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

*Доступность* среды создает условия для свободного доступа детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности; исправность и сохранность материалов и оборудования.

*Безопасность* предметно-пространственной среды обеспечивает соответствие всех ее элементов требованиям по надежности и безопасности их использования.

### 3.4.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды.

#### **Требования к развивающей предметно-пространственной среде.**

1. Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ДОУ, группы, а также территории, прилегающей к ДОУ, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

2. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

3. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать:  
реализацию различных образовательных программ;  
учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;  
учет возрастных особенностей детей.

4. Развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

1) Насыщенность среды должна соответствовать возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство должно быть оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем (в соответствии со спецификой Программы).

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) должны обеспечивать:

игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);

двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;

эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;

возможность самовыражения детей.

Для детей младенческого и раннего возраста образовательное пространство должно предоставлять необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

2) Трансформируемость пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

3) Полифункциональность материалов предполагает:

возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм и т.д.;

наличие в Организации или Группе полифункциональных (не обладающих жестко закрепленным способом употребления) предметов, в том числе природных материалов, пригодных для использования в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

4) Вариативность среды предполагает:

наличие в Организации или Группе различных пространств (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;

периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

5) Доступность среды предполагает:

доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность;

свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

исправность и сохранность материалов и оборудования.

6) Безопасность предметно-пространственной среды предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

ДОУ самостоятельно определяет средства обучения, в том числе технические, соответствующие материалы (в том числе расходные), игровое, спортивное, оздоровительное оборудование, инвентарь, необходимые для реализации Программы.

<b>Тип оборудования</b>	<b>Наименование</b>	<b>Кол-во</b>
<b>Для ходьбы</b>	Дорожка «Классики»	1
	Дорожка «Балансир»	1
	Дорожка складная мягкая на липучках, 6 элементов	1
	Канат	2
	Коврик гимнастический	24
	Бревно гимнастическое	2
	Скамейка гимнастическая	4
<b>Для прыжков</b>	Набор Следы, Ручки	1
	Мостик качалка	1
	Мат гимнастический	5
	Кирпич желтый	6
	Скакалка короткая	32
	Дорожка координационная «Шестиугольник»	1
	Мяч Фитболл	9
<b>Для Катания, бросания, ловли</b>	Баскетбольная корзина навесная крепление липа	1
	Баскетбольная корзина напольная	2
	Кегли	59



	Кольцеброс (набор)	2
	Мешочек с грузом малый	37
	Модуль мягкий круглый	1
	Мяч футбольный	3
	Мячи баскетбольные	1
	Мячи набивные	1
	Мячи малые из сухого бассейна	50
	Мячи полые резиновые	15
	Мячи для метания	10
<b>Для ползания лазанья</b>	Мягкий модуль для подлезания	2
	Дуга для подлезания	1
	Туннель складной	2
	Гимнастическая стенка	2
	Лестница координационная 12 ступеней	1
	Лестница веревочная	1
	Барьер оранжевый	4
<b>Для общеразвивающих упражнений</b>	Гантели детские большие малые	40 50
	Лента короткая	55
	Конус с отверстиями	34
	Втулка для конуса	19
	Обруч средний	26
	Обруч большой	2
	Палка гимнастическая	32
	Погремушки	10
	Набор «Хоккей»	2
	Флажки	34
	Флажки сигнальные	2
	Городки	1 набор

<b>Тренажеры</b>	1. Батут детский с ручками	2
	2. Беговая дорожка	2
	3. Велотренажер	2
	Эстафетная палочка	11
	Игра «Островок 1»	6
	Игра «Островок 2»	6
	Парашют игровой	1
	Бубен музыкальный	3
	Шайбы хоккейные	4
	Сетка волейбольная	1

3.4.2.Перечень основных программ, технологий и методик образовательной области «Физическое развитие»

<b>Образовательная область «Физическое развитие»</b>	
<b>Методические материалы</b>	<p>От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования/Под ред. Н.Е. Веракса, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М., 2015</p> <p>Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. — М.: Мозаика-Синтез,2019. Соответствует ФГОС</p> <p>Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа.-М.: Мозаика-Синтез,2019. Соответствует ФГОС</p> <p>Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. - М.: Мозаика-Синтез,2019. Соответствует ФГОС</p> <p>Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа. - М.: Мозаика-Синтез,2019 Соответствует ФГОС</p> <p>Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. - М.: Мозаика-Синтез,2020 Соответствует ФГОС</p> <p>Иванова Л. Стихи с движениями Пальчиковые игры для детей.- СПб: Издательство «Речь», 2012</p> <p>Расскажите детям об олимпийских играх. - М.: Мозаика-Синтез,2013</p> <p>Рассказы по картинкам - Зимние виды спорта. . - М.: Мозаика-Синтез, 2019</p> <p>Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Для занятий с детьми 3–7 лет. - М.: Мозаика-Синтез,2020</p> <p>Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–4 лет. - М.: Мозаика-Синтез,2020</p> <p>Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 4–5 лет. - М.: Мозаика-Синтез,2020</p> <p>Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 5–6 лет. - М.: Мозаика-Синтез,2020</p> <p>Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для</p>

	<p>детей 6–7 лет. - М.: Мозаика-Синтез,2020</p> <p>Лариса Иванова Стихи с движениями. Пальчиковые игры для детей 1,5 – 3 лет.</p> <p>Бабенкова Е.А., Параничева Т.М.</p> <p>Подвижные игры на прогулке. –2-е изд. И доп. –М.: ТЦ Сфера, 2015. – 96 с. (Библиотека современного детского сада).</p> <p>Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду: для занятий с детьми 3 – 5 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 128 С.</p> <p>Теплюк С.Н. Игры-занятия на прогулке с малышами: Для занятий с детьми 2 – 4 лет. – М .: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 176 с.</p>
<p><b>Средства обучения</b></p>	<p>Наглядно – дидактическое пособие</p> <p>«Спортивный инвентарь»</p> <p>«Зимние виды спорта»</p> <p>«Расскажите детям об Олимпийских играх»</p> <p>«Летние виды спорта»</p> <p>Картотека подвижных игр</p> <p>Картотека игр по формированию здорового образа жизни</p> <p>Карточки-схемы выполнения физических упражнений</p> <p>Карточки-схемы полос препятствий</p> <p>Карточки-схемы перестроения</p> <p>Картотека упражнений на расслабление</p> <p>Картотека упражнений на дыхание</p> <p>Информационно-деловое оснащение:</p> <p>Физическое развитие детей</p> <p>Игровой дидактический материал в картинках и стихах:</p> <p>Стихи с движениями. Пальчиковые игры для детей 1,5-3 лет</p>

