

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад  
присмотра и оздоровления с приоритетным осуществлением санитарно-гигиенических,  
профилактических и оздоровительных мероприятий и процедур № 288 г. Челябинска»  
454078 г. Челябинск, ул. Гончаренко, 75-а, Тел. 8(351)257-37-44, телефакс 8(351)257-36-83  
Адрес эл.почты: [mdou288@mail.ru](mailto:mdou288@mail.ru) Сайт: [www.288.mbdou-dc.ru](http://www.288.mbdou-dc.ru)



Одобрено на заседании  
педагогического совета  
«31» августа 2016г.

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ «ДС № 288 г. Челябинска»  
*О. В. Лахова*  
Приказ № 02-53/01 от «31» августа 2016г.



**Рабочая программа  
инструктора по физической культуре**

Разработчик:  
Фадеева Юлия Арсеньевна,  
инструктор по физической культуре,  
высшая кв. категория

Челябинск  
2016 г.

## Актуальность

Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в новых федеральных государственных требованиях, где огромное внимание уделяется вопросам здоровьесбережения. Решение этой задачи регламентируется Законом «Об образовании в РФ» от 27 декабря 2012 г. №273, а также указами Президента России "О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ"; "Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ" и другими нормативными документами.

Воспитанники проводят в детском саду значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, являясь важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления вызывает серьезную озабоченность не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей.

В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

Согласно ФГОС дошкольного образования от 17 октября 2013 г. физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Принципы организации содержания рабочей программы:

- *принцип природосообразности* – предусматривающий отношение к ребёнку как к части природы, его воспитание в единстве и согласии с природой, осуществление образования в соответствии с законами развития детского организма с учётом особенностей физического развития, состояния его здоровья;

- *принцип воспитывающего обучения* - отражает необходимость обеспечения в учебном процессе благоприятных условий воспитания ребенка, его отношение к жизни, к знаниям, к самому себе. Воспитание и обучение — две стороны единого процесса формирования личности;

- *принцип гуманизации педагогического процесса* - определяющий приоритет не передачи знаний, умений, а развитие самой возможности приобретать знания и умения и использовать их в жизни;

- *принцип систематичности и последовательности* предполагает такой логический порядок изучения материала, при котором знания опираются на ранее полученные.

- *принцип развивающего обучения* — не только приобретаются знания, формируются умения, но и развиваются все познавательные психические процессы, связанные с ощущением, восприятием, памятью, вниманием, речью, мышлением, а также волевые и эмоциональные процессы, т.е. развивается личность ребенка в целом.

Развивающий эффект обучения достигается лишь тогда, когда оно (по Л.С.Выготскому и Г.С.Костюку) сориентировано на «зону ближайшего развития». Как правило, знаниями в этом случае ребенок овладевает при незначительной помощи со стороны взрослого. Воспитатель должен помнить, что «зона ближайшего развития» зависит не только от возраста, но и от индивидуальных особенностей детей.

- *принцип индивидуального подхода* — ориентирует педагога на учет индивидуальных особенностей дошкольников, связанных с их темпами биологического созревания, уровнями физического развития и двигательной подготовленности;

- *принцип воспитывающего обучения* - отражающий необходимость обеспечения в учебном процессе благоприятных условий воспитания ребенка, его отношение к жизни, к знаниям, к самому себе.

В процессе физического воспитания детей дошкольного возраста необходимо решать образовательные задачи: формирование двигательных навыков и умений, развитие двигательных и физических качеств, привитие навыков правильной осанки, навыков гигиены, освоение специальных знаний.

Условно приняты следующие периоды детства:

Преддошкольный период - от 1 года до 3 лет. Рост несколько замедляется, двигательные навыки совершенствуются; формируется речь; ребенок приобретает некоторые гигиенические навыки.

Дошкольный период - от 3 до 7 лет. Так же, как и преддошкольный, он характеризуется некоторым замедлением роста. Ребенок теряет избыточную округлость, у него крепнет мускулатура, сильно развивается скелет. К концу дошкольного периода начинается смена молочных зубов. Ребенок переходит на режим питания взрослых, становится более устойчивым к заболеваниям.

Развитие детей от 3 до 6 лет. В дошкольный период как бы закладывается фундамент здоровья и полноценного физического развития.

Данная рабочая программа является нормативно - управленческим документом образовательного учреждения, характеризующей систему организации образовательной деятельности педагога в рамках образовательной области «Физическое развитие»

Рабочая программа построена на основе учёта конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития детей дошкольного возраста. Создание индивидуальной педагогической модели образования осуществляется в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования.

Нормативно-правовую основу для разработки рабочей программы образовательной области «Физическое развитие» составляют:

1. Образовательная программа дошкольного образовательного учреждения
2. Закон об образовании 2013 - федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
3. Приказ МОиН РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013г. №1155
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013г. №1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013г. N26"Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"

## **Характеристика возрастных особенностей воспитанников**

Раннее детство (от 1 года до 3 лет) включает в себе потенциал для возникновения следующих возрастных новообразований.

Развитие произвольности. Действуя с вещами, ребенок осваивает их физические свойства, учится управлять их перемещением в пространстве, начинает координировать свои движения; на основе овладения речью появляются начала управления собственным поведением (в основном в ответ на указания взрослого).

В дошкольном детстве (от 3 до 7 лет) складывается потенциал для дальнейшего развития ребенка.

У детей дошкольного возраста отмечается быстрое развитие и совершенствование двигательного анализатора. Условные рефлексы у детей этого возраста вырабатываются быстро, но закрепляются не сразу и навыки ребенка вначале непрочны и легко нарушаются. Процессы возбуждения и торможения в коре головного мозга легко иррадируют, поэтому внимание у детей неустойчиво, ответные реакции носят эмоциональный характер и дети быстро утомляются. Кроме того, у детей дошкольного возраста процессы возбуждения преобладают над торможением.

Следовательно, детям этого возраста нужно давать упражнения для развития основных двигательных умений, приучать их выполнять ритмичные движения, вырабатывать способность ориентироваться в пространстве, совершенствовать быстроту реакций и развивать активное торможение.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

В этом возрасте быстро развиваются и совершенствуются такие движения, как бег, ходьба, прыжки, лазание, метание и др.

### **Целевые ориентиры образовательного процесса**

В соответствии с ФГОС дошкольного образования к целевым ориентирам образовательной области «Физическое развитие» относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка:

целевые ориентиры образования в младенческом и раннем возрасте:

- стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого;

- проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;

- у ребёнка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.);

целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

– ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

– у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

#### Промежуточные планируемые результаты

*1 – 3 года:*

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации):

- прыгает на месте и с продвижением вперед;
- может бежать непрерывно в течение 30–40 с;
- влезает на 2–3 перекладины гимнастической стенки (любым способом);
- берёт, держит, переносит, бросает и катает мяч.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

– легко ходит в разных направлениях и в различном темпе, ходит с перешагиванием через предметы (высота 10 см);

– бросает предметы в горизонтальную цель (расстояние 1 м), двумя руками, поочередно правой и левой рукой;

– может пробежать к указанной цели;

– воспроизводит простые движения по показу взрослого.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

– охотно выполняет движения имитационного характера, участвует в несложных сюжетных подвижных играх, организованных взрослым;

– получает удовольствие от участия в двигательной деятельности.

*3 – 4 года:*

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

– энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;

– проявляет ловкость в челночном беге;

– умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

– сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;

– может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;

– умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление;

– может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5м.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- принимает участие в совместных играх и физических упражнениях;
- проявляет интерес к физическим упражнениям, умеет пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время;
- проявляет положительные эмоции, активность в самостоятельной и двигательной деятельности;
- проявляет самостоятельность в использовании спортивного оборудования (санки, лыжи, трехколесный велосипед);
- проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

*4 – 5 лет:*

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- прыгает в длину с места не менее 70 см;
- может пробежать по пересеченной местности в медленном темпе 200–240 м;
- бросает набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- ходит свободно, держась прямо, не опуская головы;
- уверенно ходит по бревну (скамейке), удерживая равновесие;
- умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами;
- в прыжках в длину с места отталкивается двумя ногами и мягко приземляется, подпрыгивает на одной ноге;
- ловит мяч руками, многократно ударяет им об пол и ловит его;
- бросает предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку;
- чувствует ритм, умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- активен, с интересом участвует в подвижных играх;
- инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях;
- умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь для подвижных игр.

*5 – 6 лет:*

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- может прыгать на мягкое покрытие (высота 20см), прыгать в обозначенное место с высоты 30см, прыгать в длину с места (не менее 80см), с разбега

(не менее 100см), в высоту с разбега (не менее 40см), прыгать через короткую и длинную скакалку;

- умеет лазать по гимнастической стенке (выс. 2,5м) с изменением темпа;
- умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;
- выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие;
- умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом;
- ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами;
- умеет кататься на самокате;
- участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей;
- проявляет самостоятельность, творчество, выразительность и грациозность движений;
- умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры;
- проявляет интерес к разным видам спорта.

*6 – 7 лет:*

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- может прыгать на мягкое покрытие (с высоты до 40см);
- мягко приземляться;
- прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100см);
- с разбега (180см);
- в высоту с разбега (не менее 50см) – прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;
- может перебрасывать набивные мячи (вес 1кг);
- бросать предметы в цель из разных исходных положений;
- попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м;
- метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м;
- метать предметы в движущуюся цель;
- ходит на лыжах: переменным скользящим шагом на расстояние 3км, поднимается на горку, спускается с горки, тормозит при спуске;
- проявляет статическое и динамическое равновесие, координацию движений при выполнении сложных упражнений.



Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- выполняет правильно технику всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья;
- умеет перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, шеренги после расчета на первый-второй;
- соблюдать интервалы во время передвижения;
- выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;
- следит за правильной осанкой.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис):
- умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры;
- проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;
- проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол).

## Задачи рабочей программы

### Общие:

Содействовать приобретению двигательного опыта детей, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

Развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость;

Создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки), овладения подвижными играми с правилами;

Развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта;

Способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами (в двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

### **Конкретизация задач по возрастам:**

#### *Развитие физических качеств:*

##### *1-3 года*

Учить прыгать на месте и с продвижением вперед;

Развивать общую выносливость в ходе непрерывного бега (в течение 30–40 с);

Учить влезать на 2–3 перекладины гимнастической стенки (любым способом);

Обучать действиям с мячом (берёт, держит, переносит, бросает и катает мяч).

##### *3-4 года*

Учить энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40см;

Поощрять проявление ловкости в челночном беге;

Закреплять умение бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.

##### *4-5 лет*

Учить прыгать в длину с места не менее 70см;

Развивать общую выносливость в ходе бега по пересеченной местности в медленном темпе 200–240 м;

Учить бросать набивной мяч (0,5кг), стоя из-за головы, на 1м.

##### *5-6 лет*

Учить прыгать на мягкое покрытие (высота 20см), прыгать в обозначенное место с высоты 30см, прыгать в длину с места (не менее 80см), с разбега (не менее 100см), в высоту с разбега (не менее 40см), прыгать через короткую и длинную скакалку;

Учить лазать по гимнастической стенке (высота 2,5м) с изменением темпа;

Учить метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6м). Владеет школой мяча.

##### *6-7 лет*

Учить прыгать на мягкое покрытие (с высоты до 40см); мягко приземляться; прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100см); с разбега (180см); в высоту

с разбега (не менее 50см) – прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;

Учить перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг); бросать предметы в цель из разных исходных положений; попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м; метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м; метать предметы в движущуюся цель;

Учить ходить на лыжах: переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку, спускается с горки, тормозит при спуске;

Способствовать проявлению статического и динамического равновесия, координации движений при выполнении сложных упражнений.

*Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):*

*1-3 года*

Учить ходить в разных направлениях и в различном темпе, ходит с перешагиванием через предметы (высота 10 см);

Учить бросать предметы в горизонтальную цель (расстояние 1 м), двумя руками, поочередно правой и левой рукой;

Способствовать бегу к указанной цели;

Поощрять воспроизведение простых движений по показу взрослого.

*3-4 года*

Учить сохранять равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;

Учить ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;

Учить ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление;

Учить катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

*4-5 лет*

Способствовать формированию правильной осанки при ходьбе, держась прямо, не опуская головы;

Закреплять умение уверенно ходить по бревну (скамейке), удерживая равновесие;

Развивать умение лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами;

Учить прыжкам в длину с места, отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляться, подпрыгивая на одной ноге;

Учить ловить мяч руками (многократно ударяет им об пол и ловит его);

Учить бросать предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку;

Развивать чувство ритма (умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет).

*5-6 лет*

Способствовать развитию умения ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;

Привлекать к выполнению упражнений на статическое и динамическое равновесие;

Учить перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом;

Продолжать учить ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами;

Учить кататься на самокате;

Привлекать к участию в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

*6-7 лет*

Способствовать правильному выполнению техники всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья;

Закреплять умение перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, шеренги после расчета на первый-второй; соблюдать интервалы во время передвижения;

Совершенствовать умение выполнять физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;

Способствовать формированию правильной осанки.

*Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:*

*1-3 года*

Привлекать к выполнению движений имитационного характера, участию в несложных сюжетных подвижных играх, организованных взрослым;

Вызывать эмоциональный отклик от участия в двигательной деятельности

*3-4 года*

Привлекать к участию в совместных играх и физических упражнениях;

Способствовать проявлению интереса к физическим упражнениям, умеет пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время;

Создавать условия для проявления положительных эмоций, активности в самостоятельной и двигательной деятельности;

Поощрять проявление самостоятельности в использовании спортивного оборудования (санки, лыжи, трехколесный велосипед);

Поощрять проявление самостоятельности и творчества при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

*4-5 лет*

Способствовать проявлению активности и инициативности ребёнка в подвижных играх;

Содействовать созданию эмоционально-положительного климата при проведении физических упражнений, создавать ситуацию успеха;

Поощрять самостоятельное и творческое использование физкультурного инвентаря для подвижных игр.

*5-6 лет*

Привлекать к участию в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей;

Способствовать проявлению самостоятельности, творчества, выразительности и грациозности движений;

Содействовать самостоятельной организации знакомых подвижных игр;

Стимулировать проявление интереса к разным видам спорта.

*6-7 лет*

Привлекать к участию в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис):

Содействовать самостоятельной организации знакомых подвижных игр, поощрять придумывание собственных игр

Поддерживать проявление интереса к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;

Поощрять проявление интереса к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол).

## Особенности организации образовательного процесса

Структура образовательного процесса включает следующие компоненты:  
непрерывная образовательная деятельность;  
образовательная деятельность в режимных моментах;  
самостоятельная деятельность детей;  
образовательная деятельность в семье.

Непрерывная образовательная деятельность реализуется в совместной деятельности взрослого и ребенка в ходе познавательно-исследовательской деятельности, её интеграцию с другими видами детской деятельности (игровой, двигательной, коммуникативной, продуктивной, а также чтения художественной литературы).

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		Самостоятельная деятельность детей	Образовательная деятельность в семье
Непосредственно образовательная деятельность	Образовательная деятельность в режимных моментах		
физкультурные занятия, игровые, сюжетные, тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные, контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера, физкультминутки	Решение образовательных задач в ходе режимных моментов	Деятельность ребенка в разнообразной, гибко меняющейся предметно-развивающей и игровой среде.	Решение образовательных задач в семье.

Ежедневный объем непосредственно образовательной деятельности определяется регламентом этой деятельности (расписание), которое ежегодно утверждается заведующим и согласовывается с Управлением образования.

Общий объем учебной нагрузки деятельности детей соответствует требованиям действующих СанПиН.

## Модель образовательного процесса

### *Комплексно-тематическая модель*

Комплексно–тематический принцип образовательного процесса определяется Научной концепцией дошкольного образования (под ред. В. И. Слободчикова, 2005 год) как основополагающий принцип для структурирования содержания образования дошкольников. Авторы поясняют, что «... тема как сообщаемое знание о какой-либо сфере деятельности, представлено в эмоционально-образной, а не абстрактно-логической форме». Темы придают системность и культуросообразность образовательному процессу. Реализация темы в комплексе разных видов деятельности (в игре, рисовании, конструировании и др.) призывает взрослого к более свободной позиции – позиции партнера, а не учителя.

В основу организации образовательных содержаний ставится тема, которая выступает как сообщаемое знание и представляется в эмоционально-образной

форме. Реализация темы в разных видах детской деятельности («проживание» ее ребенком) вынуждает взрослого к выбору более свободной позиции, приближая ее к партнерской. Набор тем определяет воспитатель и это придает систематичность всему образовательному процессу. Модель предъявляет довольно высокие требования к общей культуре и творческому и педагогическому потенциалу воспитателя, так как отбор тем является сложным процессом.

**Предметно-средовая модель.** Содержание образования проецируется непосредственно на предметную среду. Взрослый – организатор предметных сред, подбирает автодидактический, развивающий материал, провоцирует пробы и фиксирует ошибки ребенка.

Организационной основой реализации Программы является Календарь тематических недель (событий, проектов, игровых обучающих ситуаций и т.п.)

Сочетание в программе трёх подходов позволяет, с одной стороны, осуществлять проблемное обучение, направлять и обогащать развитие детей, а с другой стороны – организовать для детей культурное пространство свободного действия, необходимое для процесса индивидуализации.

Оптимальное сочетание моделей обеспечивается учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей, а также от конкретной образовательной ситуации. Ввиду специфики дошкольного возраста предпочтение отдаётся комплексно-тематической и средовой составляющим модели образовательного процесса.

## Календарь тематических недель образовательного процесса в МБДОУ № 288

Неделя	Тема		
	1 мл. группа (1,5-3 лет)	Младший дошкольный возраст(3-5 лет)	С
1	2	3	
<b>Сентябрь</b>			
01.09.-04.09	Мой детский сад	Здравствуй, детский сад	Се
07.09-11.09	Мой дом.	Мой город, моя страна.	
14.09-18.09	Урожай	Урожай собирай.	
21.09-25.09	Золотая осень.	Волшебница осень(золотая осень, дары природы, сельскохозяйственные промыслы)	
<b>Октябрь</b>			
28.09-09.10.	Домашние животные	Наши друзья- животные	
12.10-16.10	Я -человек	Я -человек	
19.10-23.10	Мир предметов вокруг нас.	Удивительный предметный мир	
26.10-30.10	Труд взрослых. Профессии.	Труд взрослых. Профессии.	
<b>Ноябрь</b>			
02.11-06.11	Миром правит доброта.	Наши добрые дела (дружба, помощь, забота, внимание)	
09.11-13.11	Моя семья.	Семья и семейные традиции	
16.11-20.11	Дикие животные	Поздняя осень	
23.11-27.11	Зеленые друзья (комнатные растения)	Зеленые друзья (мир комнатных растений)	
<b>Декабрь</b>			
30.11-04.12	Зима пришла.	Здравствуй, зимушка-зима	
07.12-11.12	Наш быт	Наш быт, народное творчество	На
14.12-18.12	Город мастеров	Город мастеров	
21.12-31.12	Новый год	Новогодние чудеса	
<b>Январь</b>			
11.01-15.01	Неделя игры	Игра, отдыхай! (неделя игры, каникулы)	
18.01-22.01	Транспорт	Транспорт	
25.01-29.01	Мальчики и девочки	Дружат в нашей группе девочки и мальчики.	Дру
<b>Февраль</b>			
01.02-05.02	Зимние забавы.	Зимние забавы, зимние виды спорта.	
08.02-12.02	Я в обществе.	Волшебные слова и поступки(культура общения, этикет, эмоции)	
15.02-19.02	Наши папы. Защитники Отечества.	Наши мужчины — защитники Отечества.	
22.02-26.02	Неделя безопасности(ОБЖ)	Будь осторожен (ОБЖ)	
<b>Март</b>			
29.02-04.03	8 марта. О любимых мамах.	О любимых мамах и бабушках.	
07.03-11.03	Маленькие исследователи	Маленькие исследователи.	
14.03-18.03	Весна пришла.	Весна шагает по планете.	
21.03-25.03	Книжкина неделя.	Удивительный и волшебный мир книг	
<b>Апрель</b>			
28.03-01.04	День смеха	День смеха	
04.04-08.04	Птицы	Пернатые соседи и друзья	
11.04-15.04	Мир вокруг нас	Космические просторы	



18.04-22.04	Добрые волшебники	Волшебница вода	
<b>Май</b>			
25.04-06.05	На улицах города (ПДД)	На улицах города (ПДД)	
10.05-13.05	Весенний праздник	День победы	
16.05-20.05	Следопыты	Путешествие в страну загадок, чудес, открытий, экспериментов	
23.05-27.05	Вот какие мы большие.	Вот и стали мы на год взрослее	

Модель образовательного процесса  
 (по формам образовательного процесса с учётом темы недели).

Месяц	Тема недели	Задачи	Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		Самостоятельная деятельность детей	Образовательная деятельность в семье
			Непосредственная образовательная деятельность	Образовательная деятельность в режимных моментах		

Формы и приемы организации образовательного процесса по образовательной области «Физическое развитие»

<b>Совместная образовательная деятельность педагогов и детей</b>		<b>Самостоятельная деятельность детей</b>	<b>Образовательная деятельность в семье</b>
<b>непосредственно образовательная деятельность</b>	<b>образовательная деятельность в режимных моментах</b>		
<p>Физкультурные занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-развлечения;</li> <li>сюжетно-игровые,</li> <li>- тематические,</li> <li>-классические,</li> <li>-тренирующие,</li> <li>- на улице,</li> <li>-походы</li> </ul> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-с предметами,</li> <li>- без предметов,</li> <li>-сюжетные,</li> <li>-имитационные.</li> </ul> <p>Игры с элементами спорта.</p> <p>Спортивные упражнения</p>	<p>Комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна),</p> <p>Утренняя гимнастика,</p> <p>Упражнения и подвижные игры во второй половине дня;</p> <p>Объяснение</p> <p>Показ</p> <p>Дидактические игры</p> <p>Чтение художественных произведений</p> <p>Личный пример</p> <p>Иллюстративный материал</p> <p>Досуг</p>	<p>Подвижные игры</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Имитационные движения</p> <p>Спортивные игры (катание на санках, лыжах, велосипеде и др.);</p> <p>Сюжетно-ролевые игры</p>	<p>Экскурсии на природу</p> <p>Пешие прогулки</p> <p>Беседа</p> <p>Совместные игры</p> <p>Занятия в спортивных секциях</p> <p>Чтение художествен. произведений</p>

## **Система физкультурно-оздоровительных и лечебно-профилактических мероприятий в ДОУ**

Психологическое сопровождение развития ребенка:

- диагностика когнитивно-эмоциональной сферы дошкольников;
- занятия по коррекции и развитию психических функций, эмоционально-волевой сферы;
- медико-психологические консультации для родителей по преимущественности воспитания детей и уходу за ними.

Виды организации режима двигательной активности ребенка:

1. Регламентированная деятельность:
    - утренняя гимнастика;
    - физкультурные занятия в зале и на улице (в теплое и холодное время года);
    - физминутки;
    - гимнастика после сна;
    - спортивные праздники.
  2. Частично регламентированная деятельность:
    - спортивные упражнения на воздухе;
    - подвижные игры на прогулке;
    - День здоровья.
  3. Нерегламентированная деятельность:
    - самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении;
    - самостоятельная двигательная деятельность детей на воздухе.
- Оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение:
1. Профилактические мероприятия:
    - комплексы дыхательной гимнастики и гимнастики после сна;
    - этюды на релаксацию;
    - комплекс мероприятий по профилактике ОРВИ и гриппа;
    - комплекс витаминной профилактики;
    - кислородный коктейль.
  2. Общеукрепляющие мероприятия:
    - закаливание;
    - подбор оптимальной одежды при различных температурах;
    - режим сквозного и одностороннего проветривания в течение дня
    - свето-воздушные и солнечные ванны.
  3. Коррекционные мероприятия:
    - осмотр детей с хроническими заболеваниями носоглотки ЛОР врачом;
    - ежегодные профилактические осмотры детей специалистами.

Оздоровительный режим осуществляется в зависимости от возраста, времени года:

№ п/п	Закаливающие мероприятия	Возраст	Периодичность Температурный режим
1.	Прием на воздухе	2-7 лет	ежедневно, до -15 <sup>0</sup> С
2.	Утренняя гимнастика	2-7 лет	ежедневно, 6 – 10 мин.
3.	Закаливание воздухом (воздушные ванны)	2-3 года 4-7 лет	23 <sup>0</sup> С - 20 <sup>0</sup> С 22 <sup>0</sup> С - 20 <sup>0</sup> С 5 – 10 мин.
4.	Прогулки (подвижные игры, упражнения)	2-7 лет	ежедневно (2 раза в день)
5.	Целевые прогулки и походы	с 4 лет	1 раз в 3 месяца
6.	Физкультурные занятия	2-7 лет	2 раза в неделю
7.	Проветривание	все помещения ДОУ	сквозное – 2 раза в день, в течение 5-10 мин., до +14 - +16 <sup>0</sup> С одностороннее – летом в присутствии детей (во время сна, игр)
8.	Воздушно-температурный режим: - в группе - в спальне		ежедневно + 18...+20 <sup>0</sup> С +16...+ 18 <sup>0</sup> С
9.	Одежда в группе		облегченная

## Программно-методический комплекс образовательного процесса

Перечень программ	<p>1. Детство: Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе, О.В. Солнцева и др. - СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2014.-321</p> <p>2. Картушина, М.Ю. Быть здоровыми хотим [Текст]/М.Ю. Картушина.-М.:ТЦ Сфера,2004.-384с.</p> <p>3. Рыбкина, О.Н. Фитнес в детском саду: программа и конспекты занятий с детьми 5-7 лет [Текст]/О.Н.Рыбкина, Л.Д. Морозова.- М.:АРКТИ,2014.-104с.</p> <p>4.Маханева, М.Д. Программа оздоровления детей дошкольного возраста[Текст]/М.Д,Маханева.- М.: ТЦ Сфера,2013-48с.</p>
Перечень технологий	<p>1. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду. Примерные планы и конспекты занятий [Текст]/под ред. Т.С.Яковлевой.-М.: школьная пресса,2007.-48с.</p> <p>2.Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология XXI века[Текст]/сост. Ю.Е. Антонова, М.Н. Кузнецова, Т.Ф. Саулина.- М.:АРКТИ,2000.-88с.</p> <p>3. Социальная технология научно-практической школы им.Ю.Ф.Змановского. Здоровый дошкольник[Текст]/Ю.Е. Антонов, М.Н.Кузнецова, Т.И.Марченко, Е.И.Пронина.- СПб,2001.-208с.</p>
Учебно-методические пособия	<p>1.Синкевич,Е.А. Физкультура для малышей. Методическое пособие для воспитателей[Текст]/Е.А.Синкевич, Т.В.Большева. -Санкт-Петербург: «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2000-48с.</p> <p>2.Осокина, Т.И. Физкультурное и спортивно-игровое оборудование для дошкольных образовательных учреждений[Текст]/Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, М.А. Рунова. - М.:Мозаика-Синтез,1999.-80с.</p> <p>3. Горькова, Л.Г. Занятия физической культурой в ДОУ: основные виды, сценарии занятий[Текст] /Л.Г.Горькова, Л.А.Обухова. - М.: «5 за знания»,2005.-112с.</p> <p>4. Рунова, М.А. Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет: пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры [Текст] /М.А. Рунова.- М.:Просвещение,2005.-141с</p> <p>5. Муллаева, Н.Б. Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников: учебно-методическое пособие[Текст]/Н.В. Муллаева. -Санкт-Петербург «Детство-Пресс»,2010.-160с</p> <p>6.Фирилева, Ж.Е. СА-ФИ-ДАНСЕ: танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие[Текст]/Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина.-Санкт-Петербург «Детство-Пресс»,2000.-352с</p> <p>7. Тарасова, Т.А. Педагогический контроль в физическом воспитании детей дошкольного возраста: учебно-методическое пособие[Текст]/Т.А.Тарасова. - Челябинск :изд-во «Челябинская государственная медицинская академия»,2009.-72с</p>

- 8.Тарасова,Т.А. Оценка качества физического воспитания детей дошкольного возраста в ДОУ: учебно-методическое пособие[Текст]/Т.А.Тарасова. - Челябинск,2010.-144с
9. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения: методическое пособие для руководителей физического воспитания дошкольных учреждений/под ред. С.О.Филипповой. - Спб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС,2007.-416с
- 10.Елисева, Е.И. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ[Текст]/Е.И. Елисева, Ю.Н. Родионова. - М.:УЦ «Перспектива»,2012.-104с
11. Соколова, Л.А. Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников[Текст]/Л.А.Соколова. - Спб.:ООО Издательство «ДЕТСТВО- ПРЕСС»,2013.-80с

## **Методики, технологии, средства воспитания, обучения и развития детей**

### **Здоровьесберегающие технологии**

Здоровьесберегающая технология – это система мер, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды. В Законе об образовании 2013 (федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации") предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Здоровьесберегающие образовательные технологии являются наиболее значимыми по степени влияния на здоровье детей среди образовательных технологий. Главный их признак – использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем, связанных с психическим и физическим здоровьем детей. Здоровьесберегающие технологии можно распределить в три подгруппы:

- учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся;

- психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми (сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса);

- организационно-педагогические технологии, определяющие структуру образовательного процесса, способствующую предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний

#### *Учебно-воспитательные технологии*

Концептуальные идеи и принципы:

- физкультурно-оздоровительная деятельность на занятиях по физическому воспитанию, а также в виде различных гимнастик, физкультминуток, динамических пауз и пр.;

- обучение грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья детей;

- мотивация детей к ведению здорового образа жизни,

- предупреждение вредных привычек;

- обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни;

- конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении их здоровья, развитии творческого потенциала.



### *Психолого-педагогические технологии*

Концептуальные идеи и принципы:

- обеспечение эмоционального комфорта и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду, семье;
- обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника, т.к. эмоциональный настрой, психическое благополучие, бодрое настроение детей является важным для их здоровья;
- создание в дошкольном учреждении целостной системы, обеспечивающей оптимальные условия для развития детей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, состояния соматического и психического здоровья.
- в данной системе взаимодействуют диагностическое, консультативное, коррекционно-развивающее, лечебно-профилактическое и социальное направления.

### *Организационно-педагогические технологии*

Концептуальные идеи и принципы:

- определение структуры учебного процесса, частично регламентированную в СанПиН, способствующую предотвращению состояний переутомления, гиподинамии;
- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ;
- организация контроля и помощи в обеспечении требований санитарно-эпидемиологических нормативов – Сан ПиНов;
- организация и контроль питания детей, физического развития, закаливание, организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- организация профилактических мероприятий, способствующих резистентности детского организма (например, иммунизация, кислородный коктейль, щадящий режим в период адаптации и т.д.).

К современным здоровьесберегающим технологиям можно отнести:

<b>Виды здоровьесберегающих педагогических технологий</b>	<b>Особенности методики проведения</b>	<b>Время проведения в режиме дня</b>
Физкультурное занятие	Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Ранний возраст - в групповой комнате, 10 мин. Младший возраст- 15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший возраст - 25-30 мин.

Динамические паузы	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	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей
Подвижные и спортивные игры	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп
Гимнастика пальчиковая	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно
Гимнастика дыхательная	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы
Релаксация	Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп
Самомассаж	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы
Технологии музыкального воздействия	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей

## **Организация и содержание развивающей предметно-пространственной среды**

Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития. Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

### **Организация предметно-развивающей среды в группах с 3-х и до 7 лет**

Предметно развивающая среда организуется на основе следующих принципов:

1. Принцип открытости обществу и открытости своего "Я" предполагает персонализацию среды группы. Для этого в группе оформлены выставки фотографий "Наши достижения", «Проектная деятельность».

2. Принцип гибкого зонирования заключается в организации различных пересекающихся сфер активности. Это позволяет детям в соответствии со своими интересами и желаниями свободно заниматься в одно и то же время, не мешая друг другу, разными видами деятельности: экспериментированием, конструированием, продуктивной деятельностью и т.д.. Оснащение групповой комнаты помогает детям самостоятельно определить содержание деятельности, наметить план действий, распределять свое время и активно участвовать в деятельности, используя различные предметы и игрушки.

3. Принцип стабильности-динамичности развивающей среды тесно взаимосвязан с принципом гибкого зонирования. Предметно-развивающая среда группы меняется в зависимости от возрастных особенностей детей, периода обучения, образовательной программы.

При проектировании предметно - развивающей среды нашего ДОУ мы выделяем следующие основные составляющие:

- пространство;
- время;
- предметное окружение.

## Проектирование предметно-развивающей среды в ДОУ.

Использование пространства	Влияние пространства на физическое развитие ребенка
Многофункциональное использование всех помещений ДОУ. Использование спален, раздевалок увеличивают пространство для детей	Увеличивается двигательное пространство, что способствует увеличению двигательной нагрузки
Создание игрового пространства, мини-кабинетов, логопункта и т.д. создают возможность детям осваивать все пространство ДОУ.	Еще более увеличивается пространство для движений
«Изрезанность» пространства. «Лабиринтное» расположение мебели (при этом мебель не должна быть высокой, чтобы визуально не исчезло ощущение простора, света в помещении)	Двигаясь по «изрезанному» пространству, ребенок учится координировать свои движения, владеть своим телом
Гибкость, мобильность обстановки во всех помещениях ДОУ	Тело ребенка, реагируя на изменение обстановки, само становится гибким и мобильным
Все пространство «разбивается» на части и вместо целостного пространства проектируется множество небольших «центров», в которых относительно полно представлены различные виды деятельности и имеется все необходимое оборудование	Создание центров физических движений; спортивный зал, свободные коридоры дают возможность заниматься физическими упражнениями, не мешая другим

Использование Времени	Влияние пространства на физическое развитие ребенка
Временная последовательность разных видов жизнедеятельности	Выработка динамических стереотипов способствует улучшению здоровья в целом
Оптимальное сочетание в режиме дня регламентированной целенаправленной познавательной деятельности под руководством взрослых, нерегламентированной деятельности при организации взрослым и свободной деятельности (соответственно 20:40:40)	Отсутствует утомляемость
Время для общения по схемам:	Разнообразие контактов ведет к

«я - я» «я - педагог» «я - друг, друзья» «я - все»	разнообразие двигательной активности
---	--------------------------------------

Использование предметного Окружения	Влияние пространства на физическое развитие ребенка
Использование многофункциональных, вариативных модулей	Развивается физическая сила
Разнообразное стационарное оборудование сюжетно-ролевых игр (игры всегда развернуты)	Активизация движений
Дидактические игры и пособия по всем разделам программы в доступном месте	Развивается усидчивость.
Широкое использование в интерьере значков, моделей, символов, схем, планов, загадочных знаков и т.п.	Развивается концентрация внимания.

**Набор материалов и оборудования, необходимых для организации физического развития.**

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. Количество оборудования определяется из расчета активного участия всех детей в процессе разных форм двигательной активности. Разнообразие оборудования обусловлено спецификой построения и содержания разных видов занятий по физической культуре (утренняя гимнастика, корригирующая гимнастика после дневного сна, занятие по физической культуре, игры и упражнения на воздухе и в помещении, физкультурные досуги и праздники).

*Перечень оборудования в физкультурном зале.*

*Набор физкультурного оборудования  
для первой младшей группы*

Тип оборудования	Наименование	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега, равновесия	Массажная дорожка с ребристой поверхностью	2 шт.
	Коврики, дорожки массажные, со следочками (для профилактики плоскостопия) 180 * 40 см.	2 шт.
	Скамейка гимнастическая	2 шт.
	Мешочки с песком	6 шт.
Для прыжков	Мат гимнастический	1 шт.
	Палка гимнастическая длинная	2 шт.
	Шнур плетеный	1 шт.
	Обруч малый	20 шт.
Для катания, бросания, ловли	Мяч резиновый (средний 10 – 15 см.)	25 шт.
	Мяч-шар надувной	2 шт.
	Обруч малый – d 60 см.	20 шт.
	Шарик пластмассовый	2 шт.
	Кольцеброс	1 шт.
Для ползания и лазанья	Дуга	2 шт.
	Лесенка для лазанья	3 шт.
	Модуль мягкий разной формы и цвета (8 секций)	1 шт.
	Тоннель складной «Гусеничка»	1 шт.
Для ОРУ	Мяч массажный	6 шт.
	Мяч резиновый (малый)	25 шт.
	Гантели	10 пар
	Флажок	26 шт.
	Колечко с лентой	30 шт.
	Кегли	16 шт.
	Шнур гимнастический короткий	20 шт.

**Набор физкультурного оборудования  
для второй младшей группы**

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во на группу
Для ходьбы, бега и равновесия	Массажная дорожка с ребристой поверхностью	Длина 180 см Ширина 35 см	2
	Скамейка гимнастическая	Длина 300 см., ширина 22 см.	2
	Модуль "Змейка" (пластик, 8 секций)	Длина 200 см Высота 15 см	1
	Коврик, дорожка массажные, со следочками		2
	Коврики массажные, доски ребристые, ящики с камушками и шишками для «Тропы здоровья»		
	Обруч большой	Диаметр 90 см	20
	Мешочки с песком		6
Для прыжков	Мат гимнастический		3
	Скамейка гимнастическая	Длина 300 см., ширина 22 см.	2
	Мяч-попрыгунчик	Диаметр 50 см	4
	Обруч малый	Диаметр 50-55 см	5
	Шнур плетеный		1
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор 8 шт.)		2
	Мешочек с песком	Масса 150-200 г	2
	Мяч резиновый	Диаметр 10 см	30
Для ползания и лазанья	Модуль мягкий разной формы и цвета (8 секций)		1
	Лестница для лазанья (шведская стенка)		3
	Тоннель складной «Гусеничка»		1
	Дуга малая	Высота 40 см., ширина 50 см.	2
Для общеразвивающих упражнений	Шнур гимнастический короткий	Длина 60 см.	20
	Лента цветная (короткая)	Длина 50 см	30
	Мяч массажный	Диаметр 8-10 см	6
	Обруч цветной (малый)	Диаметр 60 см	20
	Флажок		26

**Набор физкультурного оборудования  
для средней группы**

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега, равновесия	Массажная дорожка с ребристой поверхностью	Длина 180 см Ширина 35 см	2
	Шнур длинный	Длина 200-см, Диаметр 2 см	1
	Скамейка гимнастическая	Длина 300 см., ширина 22 см.	2
	Модуль "Змейка" (пластик, 8 секций)	Длина 200 см Высота 15 см	1
	Коврики массажные, доски ребристые, ящики с камушками и шишками для «Тропы здоровья»		
	Обруч большой	Диаметр 90 см	20
	Мешочки с песком		6
	Фишки оранжевые		6
Для прыжков	Скамейка гимнастическая	Длина 300 см., ширина 22 см.	2
	Мат гимнастический		3
	Мяч для футбола	Диаметр 50 см	4
	Обруч плоский	Диаметр 60 см	2
	Шнур гимнастический короткий (кз)	Длина 60 см.	20
	Шнур плетеный		1
	Скакалка короткая	Длина 120-150 см	10
	Модуль мягкий разной формы и цвета (8 секций)		1
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор 8 шт.)		2
	Кольцеброс		1
	Мешочек с грузом большой	Масса 400 г	2
	Обруч большой	Диаметр 90 см	3
	Мяч резиновый		30
	Кольцо баскетбольное		2
Для ползания и лазанья	Модуль мягкий разной формы и цвета (8 секций)		1
	Лестница для лазанья (шведская стенка)		3
	Лестница веревочная		3
	Тоннель складной «Гусеничка»		1
	Дуга малая	Высота 40 см., ширина 50 см.	2
Для ОРУ	Мяч резиновый		30
	Лента цветная (короткая)	Длина 50 см	30
	Флажок		26
	Обруч малый	Диаметр 60 см	20
	Шнур короткий	Длина 75 см	10



**Набор физкультурного оборудования  
для старшей и подготовительной групп**

Тип оборудования	Наименование	Размеры, масса	Кол-во
Для ходьбы, бега, равновесия	Балансир		5
	Степ - платформа		20
	Коврик массажный со следочками		2
	Шнур короткий гимнастический (кз)	Длина 75 см	20
	Скамейка гимнастическая	Длина 300 см., ширина 22 см.	2
	Модуль "Змейка" (пластик, 8 секций)	Длина 200 см.	1
	Коврики массажные, доски ребристые, ящики с камушками и шишками для «Тропы здоровья»		
	Обруч большой	Диаметр 90 см	3
	Лента гимнастическая		2
	Мешочки с песком		8
	Фишки оранжевые		6
Для прыжков	Обруч малый	Диаметр 60 см	5
	Скакалка короткая	Длина 100-120 см	10
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор)		2
	Кольцеброс (набор)		1
	Мяч большой	Диаметр 18-20 см	5
	Мяч для мини-баскетбола	Масса 0,5 кг	2
	Мишень навесная (с баскетбольными кольцами)		2
	Мяч - массажер		4
	Обруч большой	Диаметр 90 см	2
Для ползания и лазанья	Комплект мягких модулей (6-8 сегментов)		1
	Дуга большая	Высота 50 см., ширина 50 см.	2
	Лестница для лазанья (шведская стенка)		3
	Лестница веревочная		2
	Трапеция (подвесная)		2
	Канат		3
	Турник		3
Для ОРУ	Гантели детские		14
	Флажок		26
	Лента короткая	Длина 50-60 см	20
	Мяч средний	Диаметр 10-12 см	10
	Обруч малый	Диаметр 60 см	20
	Шнур короткий гимнастический (кз)	Длина 75 см	20

## Мониторинг освоения программы образовательной области «Физическое развитие»

Данный мониторинг используется исключительно для решения следующих образовательных задач:

1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

2) оптимизации работы с группой детей.

При необходимости используется психологическая диагностика развития детей (выявление и изучение индивидуально-психологических особенностей детей), которую проводят квалифицированные специалисты (педагоги-психологи).

Участие ребёнка в психологической диагностике допускается только с согласия его родителей (законных представителей).

Результаты психологической диагностики могут использоваться для решения задач психологического сопровождения и проведения квалифицированной коррекции развития детей».

В соответствии с ФГОС дошкольного образования к целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка:

### Индивидуальная карта освоения программы образовательной области «Физическое развитие»

№ п/п	Программное содержание	1-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
	Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации)					
	1-3 года					
	прыгает на месте и с продвижением вперед;					
	может бегать непрерывно в течение 30–40 с;					
	влезает на 2–3 перекладины гимнастической стенки (любым способом);					
	берёт, держит, переносит, бросает и катает мяч.					
	3-4 года					
	энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;					
	проявляет ловкость в челночном беге;					
	умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.					

	4-5 лет					
	прыгает в длину с места не менее 70 см;					
	может пробежать по пересеченной местности в медленном темпе 200–240 м;					
	бросает набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.					
	5-6 лет					
	может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см)					
	прыгать в обозначенное место с высоты 30 см					
	прыгать в длину с места (не менее 80 см)					
	прыгать с разбега (не менее 100 см)					
	Прыгать в высоту с разбега (не менее 40 см)					
	прыгать через короткую и длинную скакалку					
	умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа					
	умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м					
	умеет метать предметы правой и левой рукой в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м,					
	умеет сочетать замах с броском					
	умеет бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой					
	умеет отбивать мяч на месте не менее 10 раз,					
	умеет отбивать мяч в ходьбе (расстояние 6 м).					
	владеет школой мяча					
	6-7 лет					
	может прыгать на мягкое покрытие (с высоты до 40см) и мягко приземляться					
	может прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100 см)					
	может прыгать с разбега (180 см);					
	может прыгать в высоту с					

	разбега (не менее 50 см)					
	прыгает через короткую и длинную скакалку разными способами					
	может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг)					
	может бросать предметы в цель из разных исходных положений					
	попадает в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м					
	может метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м					
	может метать предметы в движущуюся цель;					
	ходит на лыжах: переменным скользящим шагом на расстояние 3 км					
	поднимается на горку					
	спускается с горки, тормозит при спуске					
	плавает произвольно на расстояние 15 м					
	Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями)					
	1-3 года					
	легко ходит в разных направлениях и в различном темпе, ходит с перешагиванием через предметы (высота 10 см);					
	бросает предметы в горизонтальную цель (расстояние 1 м), двумя руками, поочередно правой и левой рукой;					
	может пробежать к указанной цели;					
	воспроизводит простые движения по показу взрослого					
	3-4 года					
	сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости					
	сохраняет равновесие при перешагивании через предметы					
	может ползать на четвереньках					
	может лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом					
	умеет ходить прямо, не шаркая					

	ногами, сохраняя заданное воспитателем направление					
	может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м					
	может бросать мяч двумя руками от груди					
	бросает мяч из-за головы					
	ударяет мячом об пол					
	бросает мяч вверх 2–3 раза подряд и ловить					
	может метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м					
	4-5 лет					
	ходит свободно, держась прямо, не опуская головы					
	уверенно ходит по бревну (скамейке), удерживая равновесие					
	умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами					
	в прыжках в длину с места отталкивается двумя ногами и мягко приземляется, подпрыгивает на одной ноге					
	ловит мяч руками, многократно ударяет им об пол и ловит его					
	бросает предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку					
	чувствует ритм, умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет					
	5-6 лет					
	умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп					
	выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие					
	умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом					
	ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами					
	умеет кататься на самокате					

	умеет плавать (произвольно)					
	участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах					
	6-7 лет					
	выполняет правильно технику всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья					
	умеет перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу шеренги после расчета на первый-второй					
	умеет соблюдать интервалы во время передвижения;					
	выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции					
	выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, по словесной инструкции					
<b>Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании</b>						
	1-3 года					
	охотно выполняет движения имитационного характера, участвует в несложных сюжетных подвижных играх, организованных взрослым;					
	получает удовольствие от участия в двигательной деятельности					
	3-4 года					
	принимает участие в совместных играх и физических упражнениях					
	проявляет интерес к физическим упражнениям, умеет пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время					
	проявляет положительные эмоции, активность в самостоятельной и двигательной деятельности					
	проявляет самостоятельность в					

	использовании спортивного оборудования (санки, лыжи, трехколесный велосипед)					
	проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх					
	4-5 лет					
	активен, с интересом участвует в подвижных играх					
	инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях					
	умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь для подвижных игр					
	5-6 лет					
	участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей					
	проявляет самостоятельность, творчество, выразительность и грациозность движений					
	умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры					
	проявляет интерес к разным видам спорта					
	6-7 лет					
	участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис)					
	умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры					
	проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта					
	проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол)					

Примечание: отметка «+»или «-»

Методы диагностики: наблюдения, беседы с ребёнком

Данные индивидуальной карты являются основанием для планирования индивидуальной работы с конкретным ребёнком.

## Формы и направления взаимодействия с коллегами, семьями воспитанников

В соответствии с ФГОС дошкольного образования социальная среда дошкольного образовательного учреждения должна создавать условия для участия родителей в образовательной деятельности, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьёй на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

### Формы работы с родителями по реализации образовательной области «Физическое развитие»

№ п/п	Организационная форма	Цель	Темы
	Педагогические беседы	Обмен мнениями о развитии ребенка, обсуждение характера, степени и возможных причин проблем, с которыми сталкиваются родители и педагоги в процессе его воспитания и обучения. По результатам беседы педагог намечает пути дальнейшего развития ребенка	«Одежда детей в разные сезоны» «Как организовать выходной день с ребенком» «Как выбрать спортивную секцию для ребенка»
	Практикумы	Выработка у родителей педагогических умений по воспитанию детей, эффективному расширению возникающих педагогических ситуаций, тренировка педагогического мышления	«Активные формы совместного отдыха родителей и детей» «Развитие двигательных умений у детей дошкольного возраста»
	Дни открытых дверей	Ознакомление родителей с содержанием, организационными формами и методами физического развития детей	Показ занятий в рамках дня открытых дверей
	Тематические консультации	Создание условий, способствующих преодолению трудностей во взаимодействии педагогов и родителей по вопросам физического развития детей в условиях семьи	«Закаливающие процедуры-профилактика простудных заболеваний» «Как сделать зимнюю прогулку с малышом приятной и полезной?»
	Родительские собрания	Взаимное общение педагогов и родителей по актуальным проблемам физического развития детей, расширение педагогического кругозора родителей. Поддержание интереса к физической культуре и спорту	«Родителям об игре» «Чтобы ребёнок рос здоровым»



Литература:

1. Закон об образовании 2013 - федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
2. Приказ МОиН РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 г. №1155
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26"Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"
5. Дошкольное образование как ступень общего образования: Научная концепция/под ред. В.И. Слободчикова /В.И. Слободчиков, Н.А.Короткова, П.Г. Нежнов, И.Л.Кириллов.- М.: Институт развития дошкольного образования РАО,2005.-28с.
6. Материалы и оборудование для детского сада: Пособие для воспитателей и заведующих / Под ред. Т.Н. Дорониной и Н.А.Коротковой. М., ЗАО "Элти-Кудиц", 2003. - 160 с.
7. Проектирование основной общеобразовательной программы ДОУ/авт.-сост.И.Б.Едакова, И.В.Колосова и др. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2012. – 104 с.
8. Колдина, Д.Н. «Игровые занятия с детьми 2-3 лет» [Текст]/ Д.Н. Колдина - М.: ТЦ Сфера, 2010. – 144с. (Ранний возраст)
9. Маханева, М.Д. Игровые занятия с детьми от 1 до 3 лет: Методическое пособие для педагогов и родителей. [Текст]/ М.Д. Маханева, С.В. Рещикова. – М.: ТЦ Сфера, 2006.- 96с. (Ранний возраст)
10. Осокина, Т.И. Физическая культура в детском саду. – 3-е изд., перераб. [Текст]/ Т.И. Осокина – М.: Просвещение, 1986. – 304с.
11. Осокина, Т.И. Подвижные игры для малышей. [Текст]/ Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева – ИЗДАТЕЛЬСТВО «ПРОСВЕЩЕНИЕ». Москва – 1965.–79с.
12. Павлова, П.А. Расту здоровым, малыш! Программа оздоровления детей раннего возраста. [Текст]/ П.А. Павлова, И.В. Горбунова. – М.: ТЦ Сфера, 2006. – 96 с. – (Ранний возраст).
13. Теплюк, С.Н.Занятия на прогулке с малышами: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. Для работы с детьми 2 – 4 лет. [Текст]/ С.Н. Теплюк. – М.: Мозаика-Синтез, 2008. – 144с.
14. Филиппова, Т.Г. Организация совместной деятельности с детьми раннего возраста на прогулке. [Текст]/ Т.Г. Филиппова: метод. пособие. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 202. – 80с.

15. Харченко, Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 2 – 3 лет. [Текст]/ Т.Е. Харченко. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. – 88с.