

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 29
комбинированного вида Выборгского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим Советом
Протокол № 1
от « 30 » ___ августа __ 2022г

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
_____ В.В.Леднева
« 30 » ___ августа __ 2022г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
Саяпиной М.Г.
на 2022-2023 учебный год

к основной образовательной программе
дошкольного образования, адаптированной для детей с тяжелыми нарушениями речи,
реализуемой в группах комбинированной направленности.
(здание №4)

Санкт-Петербург
2022

Оглавление

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Общие положения	3
1.1.2. Цели и задачи Рабочей программы:	3
1.1.3. Принципы и подходы к формированию Рабочей программы.....	5
1.1.4. Значимые для разработки и реализации Рабочей программы характеристики	5
1.2. Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы дошкольного образования.....	12
1.3. Развивающее оценивание качества дошкольного образования	13
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	21
2.1. Описание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие».....	21
2.2. Формы работы с детьми	34
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	45
3.1. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении. 45	
3.1.1. Режим пребывания детей в группе	45
3.1.2. Расписание образовательной деятельности	47
3.2. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса	49
3.3. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	49
3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.....	51

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Общие положения

Рабочая программа по образованию детей разработана в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования, адаптированной для детей с тяжелыми нарушениями речи, реализуемой в группах комбинированной направленности ГБДОУ детский сад №29. Программа реализуется в подразделении ДОУ по адресу: ул. Комиссара Смирнова д.13

Рабочая программа обеспечивает разностороннее развитие детей 3-7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по физическому направлению.

Реализуемая программа строится на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

1.1.2. Цели и задачи Рабочей программы:

Цель: Позитивная социализация и всестороннее развитие ребенка младенческого, раннего или дошкольного возраста в адекватных его возрасту детских видах деятельности

Общие задачи программы:

- 1) Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия
- 2) Обеспечение коррекции речевого развития детей с учетом их индивидуальных особенностей развития.
- 3) обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья)
- 4) обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее – преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования)
- 5) создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром
- 6) объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества
- 7) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических,

интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирование предпосылок учебной деятельности

8) обеспечение вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учётом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей

9) формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей

10) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей

11) Приобщение дошкольников к культурному наследию Санкт-Петербурга.

Основные задачи образовательной области:

- 1) Развитие физических качеств.
- 2) Правильное формирование опорно-двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики.
- 3) Правильное выполнение основных движений.
- 4) Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта.
- 5) Овладение подвижными играми с правилами.
- 6) Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.
- 7) Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

Задачи физического развития

Младшая группа

Продолжать работу по укреплению охране здоровья детей, создавать условия для формирования правильной осанки, систематического закаливания организма, формирования и совершенствования умений и навыков в основных видах движений на занятиях и вне их, воспитания гигиенических навыков. Совершенствовать пространственную ориентировку детей. Поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной активности.

Средняя группа

Продолжать работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций. Формировать умения и навыки правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитывать гигиенические привычки и телесную рефлексия (знание своего тела, название его отдельных частей). Развивать самостоятельность и творчество в двигательной деятельности.

Старше-подготовительная группа

Продолжать укреплять здоровье детей и приобщать их к здоровому образу жизни. Совершенствовать основные движения, формировать правильную осанку во всех видах деятельности. Развивать самостоятельность, творчество, воспитывать красоту, выразительность и грациозность движений, осознанное отношение к ним. Развивать инициативу в двигательных действиях, осознанное отношение к ним, способность к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Формировать интерес и любовь к спорту.

1.1.3. Принципы и подходы к формированию Рабочей программы.

1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;

2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);

3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

5) сотрудничество Организации с семьей;

6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

10) принцип развивающего образования, целью которого является психическое развитие ребенка;

11) принципы научной обоснованности и практической применимости, основывается на базовых положениях возрастной психологии и дошкольной педагогики;

12) принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, а также спецификой образовательных областей;

13) принцип комплексно-тематического построения образовательного процесса. Данный подход подразумевает широкое использование разнообразных форм работы с детьми как в совместной деятельности взрослого и детей, так и в самостоятельной деятельности детей и использует ведущую деятельность дошкольника — игру как основу организации жизнедеятельности детского сообщества.

1.1.4. Значимые для разработки и реализации Рабочей программы характеристики

Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Возрастные особенности детей от 3 до 4 лет

В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится вне ситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и выступает носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их соотнесенность к другим действиям с другими

предметами. Основным содержанием игры являются действия с игрушками и предметами – заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с 1-2 ролями и простыми, не развернутыми сюжетами. Игры с правилами только начинают формироваться.

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

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Младшие дошкольники способны под руководством взрослого вылепить простые предметы.

Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппликации.

Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу.

В этом возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования пред эталонов – индивидуальных единиц восприятия, переходят к сенсорным эталонам – культурно – выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса – и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3-4 слова и 5-6 названий предметов. К концу года они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться наглядно – действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляется на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

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

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети

в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Возрастные особенности детей с 4 до 5 лет.

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

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

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

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

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

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

Начинает развиваться образное мышление. Дети оказываются способными использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. Развивается предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

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

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

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы.

Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении со взрослым становится вне ситуативной.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляется конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другими, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствования восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками; дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

Возрастные особенности развития детей с 5 до 6 лет.

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие.

При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Действия детей в играх становятся разнообразными.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. В течение года дети способны создать до 2000 рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к книгам и фильмам. Обычно рисунки представляют собой схематичные изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями.

Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют различные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предлагаемой постройки. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности.

Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (2,4,6 сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: 1) от природного материала к художественному образу (в том числе ребенок «достраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями); 2) от художественного образа к природному материалу (в этом случае ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд – по возрастанию или убыванию – до 10 различных предметов.

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

Однако подобные решения окажутся правильными, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т.д.

Продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно – логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т.д.

Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять достаточно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активации.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются

фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно – ролевой игре и в повседневной жизни.

Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы.

Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщающего способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

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

В старшем дошкольном возрасте происходит дальнейший рост и развитие всех органов и физиологических систем. Завершается процесс формирования скелетной мускулатуры, увеличивается длина верхних и нижних конечностей, происходит окостенение позвоночника.

Детям шестого года жизни доступно овладение сложными видами движений, способами их выполнения, а также некоторыми элементами техники. Во время ходьбы у большинства детей наблюдаются согласованные движения рук и ног, уверенный широкий шаг и хорошая ориентировка в пространстве. На шестом году жизни у детей значительно улучшаются показатели ловкости. Они овладевают более сложными координационными движениями, быстро приспосабливаются к изменяющимся ситуациям, сохраняют устойчивое положение тела в различных вариантах игр и упражнений.

К шести годам дети владеют всеми способами катания, бросания и ловли, метания в цель и вдаль, совершенствуется техника выполнения ползания и лазания, бега, различных видов прыжков.

Возрастные особенности детей с 6 до 7 лет.

В сюжетно-ролевых играх дети начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации (свадьбу, рождение ребенка, болезнь и т.д.).

Игровые действия становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем.

Образы из окружающей жизни и литературных произведений, передаваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек (мальчики чаще изображают технику,

космос, военные действия и т.д., а девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и т.д.).

Часто встречаются и бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т.д.

Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями.

При правильном подходе у детей формируются художественно – творческие способности в изобразительной деятельности.

Дети подготовительной к школе группы в значительной степени освоили конструирование из строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа, как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Свободные постройки становятся симметричными и пропорциональными, их строительство осуществляется на основе зрительной ориентировки.

Дети быстро и правильно подбирают материал. Они достаточно точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка, и материал, который понадобится для ее выполнения; способны выполнять различные по степени сложности постройки, как по собственному замыслу, так и по условиям.

В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывать собственные, но этому их нужно специально обучать. Данный вид деятельности не просто доступен детям – он важен для углубления их пространственных представлений.

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

У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков.

Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Это легко проверить, предложив детям воспроизвести на листе бумаги образец, на котором нарисованы 9 точек, расположенных не на одной прямой. Как правило, дети не воспроизводят метрические отношения между точками: при наложении рисунков друг на друга точки детского рисунка не совпадают с точками образца.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени еще ограничиваются наглядными признаками ситуации.

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

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

У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети

начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т.д.

К семи годам у детей увеличивается гибкость, возрастает амплитуда движений, отмечается высокая подвижность суставов за счет эластичности мышц и связок. Отмечается значительный прирост физической работоспособности и выносливости. В подготовительном возрасте дети способны достичь сравнительно высоких результатов в беге, прыжках, метании, бросании и ловле мяча, в лазанье, а также могут овладеть техникой простых элементов спортивных игр. Также отмечается значительный прирост физической работоспособности и выносливости. Дошкольники способны к продолжительной двигательной деятельности низкой и средней интенсивности.

В результате правильно организованной образовательной работы у дошкольников развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи.

В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника.

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

1.2. Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы дошкольного образования

Целевые ориентиры, сформулированные в ФГОС дошкольного образования

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбрать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выразить свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

1.3. Развивающее оценивание качества дошкольного образования

Пояснительная записка

Методика оценки достижений детей основана на таких положениях:

- развитие каждого ребенка индивидуально и подвержено не только, и не столько возрастным характеристикам, сколько уникальной совокупности его индивидуальных особенностей;
- задача педагогов заключается не столько в передаче ребенку суммы ЗУНов, сколько в обеспечении ему возможности и готовности познавать мир и учиться самостоятельно;
- развитие - процесс постоянный. Для того, чтобы увидеть его проявления или результаты необходимо систематическое целенаправленное наблюдение и коллегиальное обсуждение фактов;
- процесс наблюдения, и того более, интерпретации (обсуждения) фактов должен быть максимально объективным и построенным на поиске и утверждении достижений (положительных приобретений).

Журнал динамики развития детей группы содержит карты для фиксации частоты проявлений воспитанниками начал ключевых компетентностей в образовательных областях. Он рассчитан на весь период пребывания ребенка в дошкольном образовательном учреждении (от группы раннего возраста до выпуска в школу), что позволяет проследить динамику и тенденции в развитии данного ребенка на протяжении длительного времени. В картах приведен перечень умений, соответствующих каждой из ключевых компетентностей. Перечисленные умения являются критериями (показателями) проявления компетентностей, они сформулированы с учетом возрастного периода.

Карта заполняется воспитателями группы на основе анализа фактов, полученных в ходе целенаправленного систематического педагогического наблюдения за поведением ребенка, его интересами, проявлениями инициативы, предпочтениями и пр. Наблюдение осуществляется всеми участниками образовательного процесса. Оно может быть дополнено беседами с ребенком, анализом его работ, разговором с родителями и специалистами ДОУ, взаимодействующими с дошкольниками в иных обстоятельствах.

Информация систематизируется в портфолио ребенка. Полезность портфолио, с точки зрения оценки развития дошкольника, становления его самооценки, повышается, если он самостоятельно отбирает образцы своих работ.

Динамика достижений отслеживается не реже двух раз в год, однако устойчивость проявления ребенком ключевых компетентностей следует наблюдать в течение всего года и фиксировать изменения (в уровнях) по мере их обнаружения.

Оценочным ключом для фиксации достижений ребенка является пятиуровневая шкала:

- 1** (нулевой) – ребенок не демонстрирует умение
- 2** (второй) – демонстрирует редко, в единичных случаях
- 3** (третий) – демонстрирует относительно некоторых людей, относительно отдельных видов деятельности
- 4** (четвертый) – демонстрирует часто, относительно большинства людей, большинства видов деятельности
- 5** (пятый) – демонстрирует постоянно

На основе уровней, выявленных относительно отдельных умений, проводится согласованная оценка устойчивых проявлений компетентности. Согласованность оценки достигается в ходе коллегиального обсуждения фактов, полученных в результате наблюдений, бесед и пр. и их интерпретации.

Карта динамики развития детей группы

Имя и фамилия ребенка	1.		2.		3.		4.		5.		6.		7.		8.	
	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г	Н.Г	К.Г
Показатели и критерии
Социально-коммуникативное развитие																
социальная компетентность проявляется в успешном (активном, результативном) установлении отношений с разными людьми, понимании ребенком своих чувств, желаний, действий																
Согласованный уровень:																
-Принимает разные социальные роли и действует в соответствии с ними																
-Устанавливает и поддерживает отношения с разными людьми (сверстниками, старшими, младшими)																
-Анализирует действия и поступки, прогнозирует результаты, управляет поведением, разрешает конфликтные ситуации																
-Иницирует разговор, поддерживает его, выбирает стиль общения																

Речевое развитие														
Речевая и коммуникативная компетентность проявляется в понимании ребенком чужой речи и стремлении сделать свою речь понимаемой другими														
Согласованный уровень:														
- Выражает словами свои мысли, планы, чувства, желания, результаты														
- Задаёт вопросы														
- Аргументирует свою точку зрения														
Художественно-эстетическое развитие, социально-коммуникативное развитие (игровая деятельность)														
деятельностная компетентность проявляется в умении самостоятельно выбирать, планировать, осуществлять, оценивать и при необходимости корректировать результаты своей деятельности														
Согласованный уровень:														
-Ставит цель, отбирает необходимые средства, определяет последовательность действий														
- Делает выбор и принимает решение														
-Договаривается о совместных действиях, работает в группе														
- Прогнозирует результат, оценивает и корректирует действия (свои, других)														
Познавательное развитие														
информационная компетентность – умение использовать и называть доступные источники получения знаний и опыта														
Согласованный уровень:														
Активно использует и называет источники знаний, адекватные возрасту, индивидуальным возможностям, познавательным потребностям (взрослый, сверстник, книги, собственный опыт, СМИ, Интернет)														
Физическое развитие														
здоровьесберегающая компетентность проявляется в готовности самостоятельно решать задачи, связанные с поддержанием и укреплением здоровья														
Согласованный уровень:														
-Осмысленно пользуется предметами личной гигиены														
-Проявляет														

активность в выбранных видах двигательной деятельности																	
- Осознает пользу движений																	
-Соблюдает правила безопасного поведения в быту в разных видах деятельности в разных ситуациях																	
-Излучает жизнерадостность, обнаруживает внутренний покой																	

При реализации Программы проводится оценка индивидуального физического развития детей. Такая оценка производится инструктором по физической культуре в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального физического развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей на основе их дальнейшего планирования).

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

- 1) индивидуализация образования (в том числе поддержка ребенка, построение его образовательной траектории или профессиональная коррекция особенностей его развития);
- 2) оптимизация работы с группой детей.

Оценку освоения содержания образовательной области «Физическое развитие» педагог проводит на основе индивидуального качественного анализа уровня сформированности основных движений у детей в соответствии с таблицей.

Уровень сформированности основных движений: 0 – не сформирован, 1 – частично сформирован, 2- сформирован полностью.

Диагностическая карта оценки уровня сформированности основных движений у ребенка 3-4 лет

ФИО																	
Критерий оценки. н.г/к.г																	
Сохраняет правильную осанку в положении сидя, стоя, при выполнении упражнений в равновесии																	
Умеет ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрестную координацию рук и ног																	
Действует совместно с другими детьми, соблюдает																	

элементарные правила, ориентируется в пространстве									
Способен согласовать свои действия при построении в колонну по одному, в шеренгу, в круг.									
Владеет навыками ходьбы по гимнастической скамейке, бревну, узкой дорожке (15см)									
Владеет навыками бега с выполнением заданий педагога (остановиться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место)									
Владеет навыком прыжка в высоту (достать до игрушки рукой подпрыгнув вверх с места (15 см от вытянутой руки)), прыжка с высоты (скамейка, ступенька 20см)(оттолкнуться двумя ногами и приземлиться на две ноги)									
Владеет навыками прыжков в длину с места через две линии (расстояние 25-30см), в длину с места (расстояние не менее 40см)									
Владеет навыками метания на дальность правой и левой рукой (не менее 2,5м), в горизонтальную цель разными способами (расстояние 1,5-2м), в вертикальную цель (высота центра мешени1,2м, расстояние 1-1,5м)									
Владеет навыками ловли мяча, брошенного педагогом (расстояние 70-100см), бросание мяча об пол и ловля его (2-3 раза подряд)									
Владеет навыками лазанья по гимнастической стенке вверх-вниз (высота 1,5м)									

Диагностическая карта оценки уровня сформированности основных движений у ребенка 4-5 лет

ФИО									
Критерий оценки. н.г/к.г									
Сохраняет равновесие в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5-7секунд)									
Умеет бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком									
Действует по сигналу, соблюдает дистанцию во время передвижения									
Способен согласовать свои действия при построении в колонну по одному, в шеренгу, в круг;									

перестроение в колонну по два, три.									
Владеет навыками челночного бега									
Соблюдает правила игр, выполняет ведущую роль в подвижной игре									
Владеет навыками прыжков с высоты (20-25см), в длину с места (расстояние не менее 70см)									
Владеет навыками метания на дальность правой и левой рукой (не менее 3,5м), в горизонтальную цель разными способами (расстояние 2-2,5м), в вертикальную цель (высота центра мешени1,5м, расстояние 1,5-2м)									
Владеет навыками отбивания мяча о пол									
Владеет навыками лазанья по гимнастической стенке вверх-вниз (высота 1,5м), вправо-влево с одного пролета на другой									

Диагностическая карта оценки уровня сформированности основных движений у ребенка 5-6 лет

ФИО									
Критерий оценки. н.г/к.г									
Сохраняет равновесие в разных позах, сохраняет правильную осанку									
Умеет легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий									
Действует по сигналу, соблюдает дистанцию во время передвижения									
Способен согласовать свои действия при построении в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, три. Выполняет повороты направо, налево, кругом. Выполняет размыкание в колонне, шеренге.									
Владеет навыками отбивания мяча о пол на месте и с продвижением									
Соблюдает правила игр, умеет самостоятельно организовать знакомые подвижные игры, проявляет инициативу									
Владеет навыками метания на дальность правой и левой рукой (не менее 5м), в горизонтальную цель разными способами (расстояние 2-2,5м), в вертикальную цель (высота центра мешени1м, расстояние 3-4м)									

Владеет навыками прыжков через длинную скакалку (неподвижную и подвижную)									
Владеет навыками лазанья по гимнастической стенке вверх-вниз (высота 1,5м), вправо-влево с одного пролета на другой									

Диагностическая карта оценки уровня сформированности основных движений у ребенка 6-7 лет

ФИО									
Критерий оценки. н.г/к.г									
Проявляет самостоятельность, инициативу, творчество в двигательных действиях, способен к самоконтролю, самооценке при выполнении движений									
Владеет навыками ходьбы по узкой скамейке, по веревке прямо и боком									
Умеет соблюдать заданный темп в ходьбе и беге, соблюдает дистанцию во время передвижения									
Умеет выполнять перестроение на месте и во время движения. Выполняет повороты направо, налево, кругом. Выполняет размыкание в колонне, шеренге.									
Владеет навыками непрерывного бега в течении 2-3 минут									
Владеет навыками отбивания мяча о пол на месте и с продвижением									
Соблюдает правила игр, умеет самостоятельно организовать знакомые подвижные игры, проявляет инициативу									
Владеет навыками метания на дальность правой и левой рукой (не менее 5м), в горизонтальную цель разными способами (расстояние 4-5м), в вертикальную цель (высота центра мешени1м, расстояние 4-5м)									
Владеет навыками прыжков через длинную скакалку (неподвижную и подвижную)									
Владеет навыками лазанья по гимнастической стенке вверх-вниз (высота 1,5м), вправо-влево, по диагонали с одного пролета на другой, изменяя темп движения									

Диагностическая карта количественной оценки уровня физической подготовленности ребенка 5-7 лет

ФИО									
	тест н.г/к.г								
Бег на 10м с поворотом (5+5) (сек)									
Прыжок в длину с места(см)									
Подъем туловища в сед, кол-во повторений за 30 сек									
Статическое равновесие, стойка на одной ноге, руки на поясе									
Наклон вперед сидя (см)									

Тест 1 (на определение ловкости)

Бег 10 м с поворотом (5+5)

Задание можно выполнять как на улице, так и в спортивном зале. Отмечается линия старта и финиша. На линии ставится яркий ориентир. На середине дистанции 5м на пол ложится обруч. Ребёнок перед стартом берёт в руки какой-нибудь предмет (например, кубик). По команде «Внимание!» ребёнок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. По команде «Марш!» ребёнок бежит к обручу, кладёт в него предмет (кубик), поворачивается и бежит к линии финиша. После короткого отдыха (3 – 5 мин.) ребёнку предлагается вторая попытка, фиксируется лучший результат.

Тест 2 (на определение скоростно-силовых качеств)

Прыжок в длину с места.

Тест проводится в спортивном зале. Ребёнок встаёт у линии старта, отталкивается двумя ногами, делая интенсивный взмах руками, и прыгает на максимальное расстояние. При приземлении нельзя делать шаги назад и опираться руками сзади. Результат измеряется от линии старта до «ближайшей» ноги. Ребёнку предлагается 2 – 3 попытки, фиксируется лучший результат. Если ребёнок допускает грубые ошибки в технике выполнения – результат не защитывается.

Тест 3 (на определение выносливости)

Сгибание туловища из положения лёжа на спине за 30 секунд (брюшной пресс).

Ребёнок лежит на гимнастическом коврике на спине, руки на поясе. По команде «Марш!» ребёнок поднимается, стараясь не сгибать коленей, садится и снова ложится. Оценивается количество выполненных подъёмов. Тест считается выполненным, если ребёнок при подъёме не касается локтями коврика.

Тест 4 Статическое равновесие.

Стойка на одной ноге (сек)

Ребёнок встаёт в стойку на одной ноге, руки на пояс, пытаясь сохранить равновесие. Ребёнок выполняет задание с открытыми глазами. Время удержания равновесия фиксируется секундомером

Тест 5 (на определение гибкости)

Наклон вперёд сидя (см)

Ребёнок садится на пол, ноги на ширине плеч, пятками к линии старта (отметка 0). Задание: наклониться вперёд, как можно дальше, стараясь не сгибать колени. Результат фиксируется по кончикам пальцев. Если ребёнок не дотягивается пальцами до нулевой отметки, результат засчитывается со знаком минус.

Ежегодно принимаем участие во Всероссийском социально-педагогическом проекте «К здоровой семье через детский сад и школу». Этот социально-педагогический проект поддерживает взаимодействие образовательных организаций, семьи и общества для укрепления здоровья детей, их эмоционального благополучия и позитивной социализации на основе отечественных духовно-нравственных ценностей. В рамках проекта мы проводим диагностику по программе «К здоровой семье через детский сад и школу».

Электронный бланк №3 для компьютерной оценки ресурсов развития и здоровья детей

ДОУ(Школе)

Район

группа (класс)

дата

телефон

Адрес ОУ

Ответственное лицо (ФИО)

№№	имена детей	пол	дата рождения	фон (группа здоровья)	антропометрия		физиологические тесты			Оценка психологической комфортности и эмоционального благополучия									Личностные блоки (5 баллов нарушений нет)																					
					масса тела, кг	рост, см	количество группировок за 15 сек	количество приседаний за 10 сек	количество кивков в пробе Воячека	дом	детский сад/школа	книга	труд	игра	Видео -	Видео +	страх	болезнь	спорт	главная ценность	тип развития (задание №2)	I Базового комфорта	II Личностного роста	III Межличностного взаимодействия	IV Потенциальной агрессии	V Познания мира														
1																																								
2																																								

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Описание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие».

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

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.

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

Старше-подготовительная группа

(от 5 до 7 лет) .

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

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.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

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

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.

Физическая культура

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 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 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 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.

Старше-подготовительная к школе группа

(от 5 до 7 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 элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

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

Учить спортивным играм и упражнениям.

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.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

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

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.

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

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

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.

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

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Основные движения.

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

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

Бег. Бег обычный, на носках, с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам, по кругу, змейкой, враспынную; бег с выполнением заданий, бег с изменением темпа; в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 метров.

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

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

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

Строевые упражнения. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг, перестроение в колонну по два, враспынную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте.

Спортивные упражнения. Катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, катание на велосипеде.

Примеры подвижных игр.

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

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

С подлезанием и лазанием. «Наседка и цыплята», «Ящерики», «Мыши в кладовой».

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

На ориентировку в пространстве. «Найди свое место», «Найди что спрятано»

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках. На наружных сторонах стопы, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в

сторону (направо налево). Ходьба в колонне по одному, по двое. Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой, врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменениями направления, темпа, со сменой направляющего.

Упражнения в равновесии. Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5-3см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см).

Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, через набитый мяч (поочередно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук.

Кружение в обе стороны (руки на поясе).

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

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

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

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками(3-4 подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой(5 раз подряд).

Метание предметов на дальность(3.5-6.5м), в горизонтальную цель (с расстояния 2-2.5м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1.5м) с расстояния 1,5-2м.

Строевые упражнения. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по два; равнение по ориентирам; повороты на право, на лево, кругом; размыкание и смыкание.

Спортивные упражнения. Катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, катание на велосипеде.

Примеры подвижных игр.

С бегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Ловишки».

С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике».

С ползанием и лазанием. «Пастух и стадо», «Перелет птиц».

С бросанием и ловлей. «Подбрось-поймай», «Сбей булаву!», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве. «Найди где спрятано», «Найди и промолчи», «Жмурки с колокольчиком».

Народные игры. «У медведя во бору», др.

Старше-подготовительная группа. (от 5 до 7 лет)

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с различным положением рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедро), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок, ходьба в полуприседе.

Ходьба в разных направлениях, по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынуто. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом, с набивными мешочками на спине, приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки, поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок, с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку, Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1.5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнение различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2-4 раза) в чередовании с ходьбой, челночный бег 3-5 раз по 10м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6.5-7.5 секунды к концу года.

Ползание, лазание. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну, ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами подряд (высота 35-5- см).

Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах, на месте (разными способами) по 30 прыжков 3-4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 6-5 метров, с зажатыми между ног мешочками с песком. Прыжки через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый, на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед, прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения, сидя ноги скрестно, через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из различных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание вы движущуюся цель.

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

Ритмическая гимнастика. Красиво, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным произведением.

Спортивные игры. Городки, элементы баскетбола, элементы футбола, элементы хоккея, бадминтон, элементы настольного тенниса.

Примерные подвижные игры.

С бегом. «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено быстрее соберется?», «Жмурки», «Два мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка», «Мышеловка», «Мы веселые ребята!», «Гуси-лебеди».

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

С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча».

С ползанием и лазанием. «Перелет птиц», «Ловля обезьян», «Кто скорее доберется до флажка?».

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

С элементами соревнования. «Кто быстрее?», «Кто больше?».

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

Содержание	Возраст	НОД	Образовательная деятельность, реализуемая в ходе режимных моментов
1. Основные движения: ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения. 2. Общеразвивающие упражнения 3. Подвижные игры 4. Спортивные упражнения 5. Спортивные игры 6. Активный отдых	3- 7 лет, вторая младшая, средняя, старше-подготовительная группа	НОД по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические - классические - тренирующее - по развитию элементов двигательной креативности(творчества) В занятиях по физическому воспитанию: - сюжетный комплекс - подражательный комплекс - комплекс с предметами Физ.минутки Динамические паузы	Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: - классическая - игровая - полоса препятствий - музыкально-ритмическая Подражательные движения Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения

7. Формирование начальных представлений о ЗОЖ		Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр Развлечения, ОБЖ, минутка здоровья	Занятие-поход <i>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</i> Гимнастика после дневного сна -оздоровительная -коррекционная -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья Объяснение, показ, дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал, досуг, театрализованные игры.
---	--	--	---

— М.: Мозаика-Синтез, 2010.

Годовой план-график учебного материала.

Младшая группа.

РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь				Февраль				Март				Апрель				Май							
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
Теоретические сведения	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Перестроение	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Ходьба	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Бег	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Прыжки		*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*		
Метание			*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*	
Лазанье				*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*				
Равновесие	*				*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			
Гимнастика							*	*	*			*	*	*			*	*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*	
Полоса препятствий																							*	*			*	*			*	*			*	*				
Подвижные игры	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Контрольные упражнения					*	*	*	*																							*	*	*	*	*	*				

Годовой план-график учебного материала.

Средняя группа.

РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь				Февраль				Март				Апрель				Май							
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
Теоретические сведения	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Перестроение	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Ходьба	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Бег	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Прыжки	*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*		
Метание		*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*	
Лазанье			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*				
Равновесие	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*	*			*				
Гимнастика	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*				
Полоса препятствий										*				*				*				*				*				*				*						
Подвижные игры	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Контрольные упражнения	*	*	*	*																												*	*	*	*	*				

Годовой план-график учебного материала.

Старше-подготовительная группа.

РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь				Февраль				Март				Апрель				Май							
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
Теоретические сведения	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Перестроение	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
ОРУ	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Ходьба	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Бег	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Прыжки	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*				
Метание	*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*	
Лазанье		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*
Равновесие	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*	*		*	*				
Гимнастика																																								
Полоса препятствий				*				*				*				*				*				*				*				*				*				
Подвижные игры	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Контрольные упражнения	*	*	*	*																																				

2.2. Формы работы с детьми

Формы и методы работы с детьми, обозначенные в программе, предполагают закрепление двигательных умений и навыков, воспитание физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитие координации движений, пространственной ориентации и укрепление физического и психического здоровья детей.

В программе выделены 6 основных форм организации двигательной деятельности, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

1. традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),
2. тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),
3. игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),
4. сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),
5. с использованием тренажеров (гимнастическая стенка, тренажеры ТИСА, гимнастическая скамья),
6. по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцоброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

В конце каждого учебного года проводится мониторинг физической подготовленности дошкольников, содержание которого включает в себя нормативы, разработанные в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и настоящей рабочей программой.

Структура занятий

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

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

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

Способы организации образовательной области «Физическая культура»

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

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

Групповой способ. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания,

внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Принципы организации занятий

Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

Принцип развивающего обучения от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.

Принцип интеграции: процесс оздоровления детей в МДОУ осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, наметит пути совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Методы и приемы обучения:

Наглядные:

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физоборудования, зрительные ориентиры);
- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.
- слушание музыкальных произведений;

Практические:

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

Взаимодействие со специалистами

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

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя

От активного участия воспитателя, его взаимопонимания и взаимодействия с инструктором по физической культуре зависит конечный результат и достижение таких целей, как повышение двигательной активности детей, формирование у них двигательной культуры, положительного эмоционального настроения. Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью, чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей:

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

«Познавательное» — активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

«Речевое развитие»- проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и образовательной деятельности по физическому развитию.

Инструктор по физической культуре оказывает методическую помощь воспитателям по различным вопросам физического развития дошкольников: подбор упражнения для утренней гимнастики, физкультминуток, бодрящей гимнастики, игр на прогулке. Формы взаимодействия: консультации, выступление на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т.д. Планирование совместной деятельности осуществляется на основе годового плана. Кроме групповых форм взаимодействия, раз в неделю, по необходимости проводятся консультации, требующие внимания.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

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

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя очень важно. Так как выразительность и музыкальность движений опирается на общее физическое развитие детей, крепость мышц, ловкость, координацию движения. На физкультурных занятиях используется музыка.

Музыка воздействует:

- на эмоции детей;
- создает у них хорошее настроение;
- помогает активизировать внимание детей;

- способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
- освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;
- привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

Специалисты работают в тесном контакте друг с другом, составляют перспективный план работы по организации досугов и развлечений. Участвуют в совместной подготовке и проведению праздников и развлечений.

2.3. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

Технологии проектной деятельности

Этапы в развитии проектной деятельности:

1) Подражательно-исполнительский, реализация которого возможна с детьми трех с половиной — пяти лет. На этом этапе дети участвуют в проекте «из вторых ролях», выполняют действия по прямому предложению взрослого или путем подражания ему, что не противоречит природе маленького ребенка: в этом возрасте еще сильны как потребность установить и сохранить положительное отношение к взрослому, так и подражательность.

2) Общеразвивающий он характерен для детей пяти-шести лет, которые уже имеют опыт разнообразной совместной деятельности, могут согласовывать действия, оказывать друг другу помощь. Ребенок уже реже обращается ко взрослому с просьбами, активнее организует совместную деятельность со сверстниками. У детей развиваются самоконтроль и самооценка, они способны достаточно объективно оценивать как собственные поступки так и поступки сверстников. В этом возрасте дети принимают проблему, уточняют цель, способны выбрать необходимые средства для достижения результата деятельности. Они не только проявляют готовность участвовать в проектах, предложенных взрослым, но и самостоятельно находят проблемы, являющиеся отправной точкой творческих, исследовательских, опытно-ориентировочных проектов.

3) Творческий, он характерен для детей шести-семи лет. Взрослому очень важно на этом этапе развивать и поддерживать творческую активность детей, создавать условия для самостоятельного определения детьми цели и содержания предстоящей деятельности, выбора способов работы над проектом и возможности организовать ее последовательность.

Алгоритм деятельности педагога:

- - педагог ставит перед собой цель, исходя из потребностей и интересов детей;
- - вовлекает дошкольников в решение проблемы. намечает план движения к цели (поддерживает интерес детей и родителей);
- - обсуждает план с семьями;
- - обращается за рекомендациями к специалистам ДООУ;
- - вместе с детьми и родителями составляет план-схему проведения проекта;
- - собирает информацию, материал;
- - проводит занятия, игры, наблюдения, поездки (мероприятия основной части проекта); дает домашние задания родителям и детям;

- - поощряет самостоятельные творческие работы детей и родителей (поиск материалов, информации, изготовлении поделок, рисунков, альбомов и т.п.);
- - организует презентацию проекта (праздник, открытое занятие, акция, КВН), составляет книгу, альбом совместный с детьми;
- - подводит итоги (выступает на педсовете, обобщает опыт работы).

Информационно - коммуникативные технологии

В ДОУ применяются информационно-коммуникационные технологии с использованием мультимедийных презентации, клипов, видеофильмов, которые дают возможность педагогу выстроить объяснение с использованием видеофрагментов.

Основные требования при проведении занятий с использованием компьютеров:

- образовательная деятельность должна быть четко организована и включать многократное переключение внимания детей на другой вид деятельности;
- на образовательной деятельности дети должны не просто получить какую-то информацию, а выработать определённый навык работы с ней или получить конечный продукт (продукт должен быть получен за одно занятие, без переноса части работы, так как у детей происходит ослабление мотивации в процессе длительной работы);
- на образовательной деятельности не рекомендуется использовать презентации и видеоматериалы, пропагандирующие применение физической силы к персонажам, программный продукт, с одной стороны, должен критически реагировать на неправильные действия ребенка, а с другой — реакция не должна быть очень острой;
- перед образовательной деятельностью должна быть проведена специализированная подготовка социально-ориентированная мотивация действий ребенка.

Игровые технологии. Квест-игра.

Квест-игра - это специально организованный вид исследовательской деятельности, где обучающиеся осуществляют поиск информации по указанным адресам (в реальности), включающий и поиск этих адресов или иных объектов, людей, заданий, т.е., образовательный квест – это проблема, которая ставится перед участниками, где они должны реализовать образовательные задачи.

Задачи квеста:

- Образовательные- участники усваивают новые знания и закрепляют имеющиеся;
- Развивающие – в процессе игры у детей происходит повышение образовательной мотивации, развитие инициативы и самостоятельности, творческих способностей и индивидуальных положительных психологических качеств, формирование исследовательских навыков, самореализация детей;
- Воспитательные – формируются навыки взаимодействия со сверстниками, доброжелательность, взаимопомощь и другие.

Этапы подготовки к квесту:

- Подготовка условий, оборудования, материала квеста.

- Разработка маршрута и карты, сценария квеста.
- Подготовка детей (знакомство с темой, погружение в тему, обучение игре).

Основные условия организации квеста:

1. Игры и задания должны быть безопасными. Недопустимо ставить к выполнению задачи, которые связаны с риском для здоровья, например, забраться на дерево, спрыгнуть с большой высоты.
2. Вопросы и задания должны соответствовать возрасту.
3. Недопустимо унижать достоинство ребенка. К примеру, нельзя заставлять проглотить гусеницу или танцевать, если ребенок стеснителен.
4. Споры и конфликты надо решать только мирным путем
5. В содержание сценария требуется внедрить разные виды деятельности, так как выполнять однообразные задания дети указанного возраста, согласно психолого- возрастным особенностям, не могут.
6. Задания необходимо продумать таким образом, чтобы они были последовательными, логически взаимосвязанными.
7. Игра должна быть эмоционально окрашена с помощью декораций, музыкального сопровождения, костюмов, инвентаря.
8. Дошкольники должны четко представлять цель игры, к которой они стремятся. Должна быть мотивация в достижении поставленной цели. На финише должен быть приз. (Например, найти клад или спасти доброго персонажа от злого).
9. Продумать временные интервалы, во время которых дети смогут выполнить задание, но при этом не потеряют к нему интерес.
10. Роль педагога в игре — направлять детей, «наталкивать» на правильное решение, но окончательные выводы дети должны делать самостоятельно.
11. Сценарий должен быть понятным, детальным, продуманным до мелочей.
12. Возможно и желательно участие родителей в игре. Таким образом, родители становятся активными участниками образовательного процесса в ДОУ, укрепляются и формируются доверительные взаимоотношения детский сад-семья.

Виды квеста:

- линейные, когда задачи решаются по цепочке, одна за другой;
- штурмовые, когда участники получают задачу, подсказки для её решения, но пути решения выбирают сами;
- кольцевые, когда это тот же линейный квест, но заключённый в круг. В этом случае команды участников стартуют с разных точек, и каждая идет по своему пути к финишу.

Структура квеста:

- постановка задачи (введение) и распределение ролей;
- список заданий (этапы прохождения, список вопросов и т. д.);
- порядок выполнения поставленной задачи (штрафы, бонусы);
- конечная цель (приз)

В ходе квеста реализуются разные виды деятельности: игровая, коммуникативная, познавательно-исследовательская, двигательная, изобразительная, музыкальная, восприятие художественной литературы и фольклора. Квесты помогают активизировать и детей, и родителей, и педагогов. Это игра, в которой задействуется одновременно и интеллект участников, их физические способности, воображение и творчество.

Технология развития критического мышления.

Технология является личностно-ориентированной, и основная ее цель состоит в развитии мыслительных навыков, которые будут необходимы детям в дальнейшей жизни: умение принимать взвешенные решения, работать с информацией, выделять главное и второстепенное, анализировать различные стороны явлений.

Использование технологии РКМ направлено на решение образовательных (обучающих, развивающих и воспитательных) задач:

- формировать у дошкольников умение классифицировать, критически анализировать информацию, делать выводы и принимать самостоятельные решения;
- учить вырабатывать на основе осмысления различного опыта, идей и представлений собственное мнение и формирование умения его аргументировать;
- развивать интерес к изучаемому материалу и к самому процессу обучения;
- развивать восприятие, речь, внимание, воображение;
- развивать творческую, исследовательскую активность, умение самостоятельно организовывать и оценивать свою деятельность;
- формировать у детей положительную самооценку и умение находить пути самореализации;
- воспитывать в детском коллективе дружеские взаимоотношения, интерес к совместной деятельности.

Технология РКМ представляет собой систему определенных приемов, которые находят применение с младшей группы детского сада и могут быть использованы на разных занятиях в группах ДОУ. Рассмотрим подробнее приемы, наиболее эффективно применяемые воспитателями на занятиях познавательной и речевой направленности.

Синквейн

Синквейн – это короткое, из пяти строк, нерифмованное стихотворение, позволяющее очень кратко изложить материал на определенную тему.

В первой строке пишется одно слово - существительное, обозначающее предмет или тему, о которой пойдет речь.

Во второй строке пишутся два слова прилагательных, описывающих признаки, свойства этого предмета

В третьей строке – три глагола или деепричастия, описывающие действия предмета

В четвертой строке – словосочетание или предложение, отражающее отношение к теме, предмету
В пятой строке – слово, отражающее ассоциации, чувства, связанные с предметом, или синоним.

Дошкольникам помогают освоить этот метод наглядные схемы, рисунки и вопросы.
Например:

Что? – мяч

Какой? – маленький, красный

Что делает? – прыгает, катиться, скачет

Как ты к нему относишься? – я люблю с ним играть

А как еще его можно назвать? – спортивный инвентарь

Кластер.

Кластер – графический метод представления большого объема информации, помогающий обобщить и систематизировать материал. Наглядность помогает сформировать у ребенка целостное восприятие окружающего мира.

Существует несколько видов кластеров:

1. Кластер – схема «Гроздь» показывает взаимосвязь между крупными и мелкими смысловыми единицами. Например, классификации зимние виды спорта, летние виды спорта можно изобразить в виде «Грозди».

2. Кластер – схема «Логическая цепь» показывает последовательность, цикличность или взаимосвязь объектов, явлений. Дети могут изобразить с помощью цепочки последовательность развития растений, времен года и т.д. В «перепутанных логических цепочках» дети находят ошибки и исправляют их.

3. Кластер – схема «Планета и спутники» наиболее простой и доступный, даже для младших дошкольников, прием: Вокруг ключевого слова пишутся его признаки, характеристики, образы. Например, в центре написано слово «волк», а вокруг располагаются прилагательные – определения: «серый», «злой», «зубастый», «голодный», «дикий» и др.

4. Кластер – «Таблица» помогает сравнивать, классифицировать, сопоставлять предметы и явления. Сравнимые предметы или явления располагают по вертикали, а характеристики - по горизонтали.

В работе над кластером важно дать волю воображению и записывать все возникающие идеи.

На следующем этапе работы идеи анализируются, выбираются направления и очередность раскрытия разных блоков одной темы. Более важные, интересные и доступные для восприятия детей смысловые блоки рассматриваются более подробно. В зависимости от цели организуется индивидуальная или коллективная деятельность в виде общего совместного обсуждения.

Опорные сигналы (схемы)

Данный прием заключается в обработке и кодировании содержания какого-либо текста с помощью знаков: ключевых слов, рисунков, символов, схем, что делает доступным изучаемый материал, помогает осознать и запомнить новые понятия, стихи. Опорные схемы используются в детском саду в уголках природы, дежурства (календари природы, графики дежурств). Например, на занятиях по ознакомлению с окружающим миром дети изображают с помощью пиктограмм

последовательность выращивания растений, при ознакомлении с литературными произведениями зарисовывают последовательности событий. В бытовой деятельности с помощью схем можно обозначить последовательность трудовых действий, записать правила поведения в группе, зале.

ТРИЗ

Типовые приёмы фантазирования (ТПФ).

Чтобы у ребёнка развить фантазию вводят в помощь волшебников. Цель волшебников – изменить свойства объекта.

Пример. На занятие приходит Волшебник Наоборот.

Цель: развивать мышление, умение выполнять не прямое указание, а анти - действия, разнообразить приемы закрепления отдельных действий.

Дается задание выполнить следующие действия, движения - дети должны выполнить анти - действие, анти – движение.

Игра–упражнение «Волшебная палочка» (Оживление–окаменение)

Предложить детям используя волшебную палочку совершить волшебство и превратить живые предметы в неживые, и наоборот с помощью двигательных действий.

Цель: совершенствование координационных способностей, равновесия, двигательных умений и навыков

Например: деревья растут в лесу – показать статическое положение, стоя на одной ноге, руки и другая нога в стороны.

С помощью волшебной палочки дерево оживает: показать в движении (деревья высоко поднимают колени, ходят по лесу, качаются в разные стороны)

Бабочка летает над цветочком, взмах волшебной палочки- окаменение – бабочка принимает статическое положение.

Волшебник Дроби Волшебник Объединяй (деление-объединение)

Цель: развивать воображение на основе представления о том, что будет, если нечто разделить на части или из частей составить одно целое.

Например:

- Собираем цветы в букет, Волшебник Дроби прикоснулся к букету, и, рассыпались цветы по лугу.
- На лугу росли цветы, Волшебник Объединяй посмотрел на них, взмахнул волшебной палочкой и собрал их в красивый букет.
- Оборвалась ниточка и рассыпались бусинки (бусинки - ребята). Волшебник Объединяй взмахнул волшебной палочкой и получились бусы (дети встали в круг, взявшись за руки)

Приём «Творческая ошибка»

Пример: Игра–упражнение «Запрещённое движение»

Педагог показывает различные движения, которые нужно вслед за ним повторять. При этом какое-либо движение (например: руки вверх) объявляется запрещённым, его повторять нельзя. Игра повторяется в быстром темпе на выбывание

Метод мозгового штурма

Пример: Игра–упражнение «Фантастические игры»

Цель: развивать логику и взаимопонимание в коллективе.

Придумывание игры, которая строиться на основе: что было бы, если бы...

Например: надо представить, что вы оказались на необитаемом острове, и представьте, что у вас есть только обручи и цветные платочки в ваших руках. Как можно поиграть в «крестики-нолики», используя только этот инвентарь?

Игровые задания «Ниточки - иголки»

Разделить детей на две команды. Закройте глаза и представьте, что ваша команда «длинная нитка», а обруч - это игольное ушко. Подумайте, как вдеть «ниточку» в ушко нашей «иголки», не разрывая «ниточку»? Приступайте к решению проблемы. А теперь, давайте вденем «ниточку в иголку» на скорость, какая команда быстрее справится с заданием. Внимание-Марш!

Необходимо завязать «узелки» на ниточке не разрывая ее. Приступайте к решению проблемы. А сейчас, посмотрим, какая из команд быстрее «завяжет узелки» на своей ниточке. Внимание-Марш!

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

В ходе реализации Программы дошкольники получают позитивный социальный опыт создания и воплощения собственных замыслов. Дети чувствуют, что их попытки пробовать новое, в том числе и при планировании собственной жизни в течение дня, поддержаны взрослыми.

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность играть, рисовать, конструировать, сочинять и пр. в соответствии с собственными интересами является важнейшим источником эмоционального благополучия ребенка в детском саду. Самостоятельная деятельность детей протекает преимущественно в утренний отрезок времени и во второй половине дня. В младшем дошкольном возрасте начинает активно проявляться потребность в познавательном общении со взрослыми, о чем свидетельствуют многочисленные вопросы, которые задают дети. Воспитатель поощряет познавательную активность каждого ребенка, развивает стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов. Следует проявлять внимание к вопросам детей, побуждать и поощрять их познавательную активность, создавая ситуации самостоятельного поиска решения возникающих проблем. Воспитатель показывает детям пример доброго отношения к окружающим: как утешить обиженного, угостить, обрадовать, помочь. Он помогает малышам увидеть в мимике и жестах проявление яркого эмоционального состояния людей. Своим одобрением и примером воспитатель поддерживает стремление к положительным поступкам, способствует становлению положительной самооценки, которой ребенок начинает дорожить.

Младшие дошкольники — это в первую очередь «деятели», а не наблюдатели. Опыт активной разнообразной деятельности составляет важнейшее условие их развития. Поэтому пребывание ребенка в детском саду организуется так, чтобы он получил возможность

участвовать в разнообразных делах: в играх, двигательных упражнениях, в действиях по обследованию свойств и качеств предметов и их использованию, в рисовании, лепке, речевом общении, в творчестве (имитации, подражание образам животных, танцевальные импровизации и т. п.).

В режимных процессах, в свободной детской деятельности воспитатель создает по мере необходимости, дополнительно развивающие проблемно-игровые или практические ситуации, побуждающие дошкольников применить имеющийся опыт, проявить инициативу, активность для самостоятельного решения возникшей задачи.

2.5. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

Взаимодействие с родителями

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников — консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье, а так же коррекционная работа в домашних условиях с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Образовательная область	Формы взаимодействия с семьями воспитанников
Физическое развитие	<ol style="list-style-type: none"> 1. Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским персоналом ДОУ и родителями. Ознакомление родителей с результатами. 2. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка. 3. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДОУ и семье: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Зоны физической активности, ➤ Закаливающие процедуры, ➤ Оздоровительные мероприятия и т.п. 4. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей. 5. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. 6. Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма. 7. Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п. 8. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга. 9. Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. 10. Педагогическая диагностическая работа с детьми, направленная на определение уровня физического развития детей. Ознакомление родителей с результатами диагностических исследований. Отслеживание динамики развития детей 11. Определение и использование здоровьесберегающих технологий. 12. Правовое просвещение родителей на основе изучения социокультурного состояния родителей с целью повышения эффективности взаимодействия семьи и ДОУ, способствующего укреплению семьи, становлению гражданственности воспитанников, повышению имиджа ДОУ и уважению педагогов.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении

3.1.1. Режим пребывания детей в группе

**Режим дня.
Группа №13 (младшая)**

7.00 – 8.20	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность.
8.20 – 8.25	Утренняя гимнастика.
8.25 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак.
8.50 - 9.00	Подготовка к занятию, самостоятельная деятельность детей.
9.00 – 9.40 Динамическая пауза между занятиями 10 минут	Занятия
9.40 - 10.10	Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак
10.10 – 10.25	Совместная организованная деятельность, самостоятельная деятельность детей.
10.25 – 11.55	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.
11.55 – 12.25	Подготовка к обеду, обед.
12.25 – 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон.
15.00 – 15.20	Постепенный подъем. Закаливающие процедуры.
15.20 - 15.35	Самостоятельная деятельность детей.
15.35 – 15.50	Подготовка к полднику, полдник.
15.50 – 16.50	Совместная организованная деятельность, самостоятельная деятельность детей.
16.50 – 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.

**Режим дня.
Группа №14 (средняя)**

7.00 – 8.20	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность.
-------------	---

8.20 – 8.25	Утренняя гимнастика.
8.25 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак.
8.50 - 9.00	Подготовка к занятию, самостоятельная деятельность детей.
9.00 – 9.50 Динамическая пауза между занятиями 10 минут	Занятия
9.50 - 10.10	Подготовка ко второму завтраку. Второй завтрак
10.10 – 10.25	Совместная организованная деятельность, самостоятельная деятельность детей.
10.25 – 11.55	Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки.
11.55 – 12.25	Подготовка к обеду, обед.
12.25 – 15.00	Подготовка ко сну, дневной сон.
15.00 – 15.20	Постепенный подъем. Закаливающие процедуры.
15.20 - 15.35	Самостоятельная деятельность детей.
15.35 – 15.50	Подготовка к полднику, полдник.
15.50 – 16.50	Совместная организованная деятельность, самостоятельная деятельность детей.
16.50 – 19.00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.

**Режим дня.
Группа № 12 (старше-подготовительная)**

7.00 – 8.20	Прием, осмотр, самостоятельная деятельность детей, совместная деятельность, дежурство.
8.20 – 8.30	Утренняя гимнастика.
8.30 – 8.50	Подготовка к завтраку, завтрак
8.50 - 9.00	Подготовка к занятию. Самостоятельная деятельность детей.
9.00 – 10.10 Динамическая пауза между занятиями 10 минут	Занятия
10.10 - 10.20	Второй завтрак
10.20 - 10.50	Занятие, самостоятельная деятельность детей.
10.50 – 12.20	Подготовка к прогулке, прогулка, игры, возвращение с

	прогулки.
12.20 – 12.40	Подготовка к обеду, обед.
12.40– 15.10	Подготовка ко сну, дневной сон.
15.10 – 15.20	Подъем, закаливающие процедуры.
15.20 - 15.40	Самостоятельная деятельность детей.
15.40 - 16.00	Подготовка к полднику, полдник
16.00 - 16.50	Совместная организованная деятельность. Самостоятельная деятельность детей.
16.50 – 19. 00	Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой.

Основание:

- Образовательная программа дошкольного образования, адаптированная для детей с ОВЗ, реализуемая в группах комбинированной направленности ГБДОУ детский сад №29 Выборгского района

Основание:

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания
- Санитарно-эпидемиологических правила СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)"

3.1.2. Расписание образовательной деятельности

График работы инструктора по ФИЗО Саяпиной Марии Георгиевны

вторник	четверг
---------	---------

<p>8:00-8:15 –подготовка к занятиям. (игры, инвентарь, проветривание) 8:15-8:30 совместная деятельность с детьми на утренней гимнастике 8:30-9.00подготовка атрибутов к занятиям 9:00-9:15 занятие с детьми группы № 13 9:15-9:30 подготовка к занятию (игры, инвентарь, проветривание) 9:30-09:50 занятие с детьми группы №14 09:50-10:20 подготовка к занятию (игры, инвентарь, проветривание) 10:20-10:50 занятие с детьми группы №12 10:50-11.50 – подгрупповая работа с детьми на прогулке 11.50-12.30 – индивидуальная работа 12.30-14.00 - работа с документами взаимодействия с воспитателями, логопедом, муз.руководителем, консультирование педагогов 14:00-15:00-изготовление атрибутов и пособий</p>	<p>8:00-8:15 –подготовка к занятиям. (игры, инвентарь, проветривание) 8:15-8:30 совместная деятельность с детьми на утренней гимнастике 8:30-9.00- подготовка атрибутов к занятиям 9:00-9:15 занятие с детьми группы №13 9:15-9:30 подготовка к занятию (игры, инвентарь, проветривание) 9:30-09:50 занятие с детьми группы№14 09:50-10:20 подготовка к занятию (игры, инвентарь, проветривание) 10:20-10:50 занятие с детьми группы №12 10:50-11.50 – подгрупповая работа с детьми на прогулке 11.50-12.30 – индивидуальная работа 12:30-14:00- оформление документации, разработка планов, конспектов, праздников</p>
---	---

3.2. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса в ГБДОУ соответствуют государственным и местным требованиям и нормам.

Образовательный процесс в ДОУ организуется в соответствии с:

- санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;
- правилами пожарной безопасности;
- требованиями, предъявляемыми к средствам обучения и воспитания детей дошкольного возраста (учет возраста и индивидуальных особенностей развития детей);
- требованиями к оснащённости помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- требованиями к материально-техническому обеспечению программы (учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы).

Функциональное использование и оснащение помещений

Помещение	Назначение	Наполнение
группа	Физкультурная деятельность Утренняя гимнастика. Развлечения, тематические физкультурные досуги; Театральные представления, праздники; разнообразные мероприятия с родителями	Спортивное оборудование для прыжков, метания, лазания Спортивный и игровой инвентарь, используемый в физкультурной образовательной деятельности, праздниках. Музыкальный центр, аудиокассеты, диски

3.3. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Реализация основной образовательной программы дошкольного образования обеспечивается следующим методическим комплексом:

1. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой 2015
2. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия с детьми 2 – 7 лет. Программа и методические рекомендации/ М, Мозаика – Синтез, 2011
3. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет./ М, Мозаика – Синтез, 2013.
4. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия с детьми 4-5лет./ М, Мозаика – Синтез, 2013.
5. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия с детьми 5-6лет./ М, Мозаика – Синтез, 2013.
6. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия с детьми 6-7 лет./ М, Мозаика – Синтез, 2013.
7. Ефименко Н.Н. Театр физического воспитания и оздоровливания детей дошкольного возраста.
8. Ефименко Н.Н. Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве. Москва Дрофа 2014
9. Ефименко Н.Н. Двигательно-игровая деятельность.Сценарии игр –занятий 6-7 лет Москва Дрофа 2014
10. Л.Г. Голубева. Гимнастика и массаж для самых маленьких. / М.: Мозаика-Синтез, 2011.
11. Е. А. Синкевич. Физкультура для малышей. / СПб.: 2001

12. Л.Н. Сивачева. Физкультура — это радость./СПб.:Детство-Пресс, 2006
13. Г.К. Зайцев. Твое здоровье. / СПб.: Детство-Пресс, 2006
14. Н. А. Ноткина Оценка физического и нервнопсихического развития детей раннего и дошкольного возраста. / М.: 2002
15. Г. А. Холемский. Коррекция нарушения осанки у дошкольников. / М.:2002
16. 500 замечательных детских игр. Сост. Бочарова А.Г./ М., 2004
17. М.Ф. Литвинова. Русские народные подвижные игры./ М., 2006
18. Е.А. Тимофеева. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. / М.: Просвещение, 2004
19. А.И. Фомина. Физкультурные занятия и игры в детсаду./ М.,2004
20. И.В. Чупах. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. / М.: Народное образование, 2003.
21. З.Ф. Аксенова. Спортивные праздники в детском саду. / М.: ТЦ Сфера, 2003.
22. Э.Я. Степаненкова. Методика физического воспитания. / М.: Изд. дом «Воспитание дошкольника», 2005.
23. В.Я. Алямовская. Физкультура в детском саду. Теория и методика организации физкультурных мероприятий./ М.:Чистые пруды,2005
24. Л.Г. Голубева. Гимнастика и массаж для самых маленьких. / М.: Мозаика-Синтез, 2006.
25. Г.А. Прохорова. Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет. / М.: Айрис-Пресс, 2004.
26. М.А. Рунова. Двигательная активность ребенка в детском саду. / М.: Мозаика-Синтез, 2002.
27. С.Фирилева. Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» / М, 2002
28. И. Е. Аверина. Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ. / М.: 2005
29. К.Ю.Белая., В.Н.Зимонина. Физическое воспитание и познавательное развитие дошкольника. / М, Школьная Пресса, 2007.
30. Э. Степаненкова. Парциальная программа «Методика физического воспитания». /М.: 2005
31. В.Г.Алямовская «Здоровье». Нижний Новгород, 1993 г.
32. И.В.Чупах, Е.З.Пужаева, И.Ю.Соколова «Здоровьесберегающие технологии». Москва, «Народное образование», 2004 г.
33. «Социальная технология научно-практической школы им. Ю.Ф.Змановского: здоровый дошкольник» под ред. Антонова Ю.Е., Москва, «Аркти», 2001 г.
34. «Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ» под ред. З.И.Бересневой, Москва, «Сфера», 2003 г.
35. «Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях. Проблемы и пути оптимизации» под ред. Т.И.Оверчук, Москва, «Гном», 2001 г.
36. М.Н.Кузнецова «Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ», Москва, «Аркти», 2002 г.
37. М.Ю. Картушина «Сценарии оздоровительных досугов для детей 4 – 5 лет», Москва, «Сфера», 2005
38. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет.
39. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ.- М. ТЦ Сфера, 2005
40. Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. М. Мозаика Синтез, 2020

41. Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 4-5 лет. М. Мозаика Синтез, 2020
42. Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. М. Мозаика Синтез, 2020
43. Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 6-7 лет. М. Мозаика Синтез, 2020
44. Очнева Е.И. Лохматова Л.В. Музыка в движении, движения в музыке. Игровые взаимодействия взрослых и детей. М.ТЦ Сфера, 2019
45. Мустафина Т.В. Рыбаева Н.А. Веселые оздоровительные игры по лексическим темам. М.ТЦ Сфера, 2022

3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

1. Предметно-пространственная среда обеспечивает безопасность и психологическую комфортность пребывания детей в группе.

Вся мебель надежно закреплена, соответствуют санитарным требованиям и требованиям безопасности. Обеспечивается исправность, сохранность материалов и оборудования. Часто используемый инвентарь находится в зоне быстрого доступа, но не мешает активному движению детей, что способствует удобству и безопасности проведения занятий.

Психологическая комфортность достигается за счет благоприятной цветовой гаммы, хорошей освещенности и комфортной температуры и влажности. Спортивный инвентарь изготовлен из ярких, разноцветных материалов.

Наличие в группе музыкального центра позволяет разнообразить занятия музыкальным сопровождением. С помощью музыки можно задать нужный темп и настроение воспитанникам, дети меньше устают, а занятие становится более интересным и продуктивным.

2. Предметно-пространственная среда обеспечивает реализацию образовательной программы, которая направлена на развитие у дошкольников физических качеств и двигательных навыков: **ползание** – один из самых важных двигательных режимов для детей, особенно в младших группах. Для развития этих навыков в зале имеются маты разных размеров, дуги, под которыми нужно проползти. В старших и подготовительных группах дети ползают по скамейке, подключая силовую работу рук и ног.

Нестандартное оборудование: коврик со следами для ползания, который активно используется на занятиях и в индивидуальной работе.

Для развития координации во время **ходьбы** мною изготовлены барьеры. Для развития равновесия во время ходьбы используется низкое гимнастическое бревно, разновысотные ворота, перед которыми нужно наклоняться. Так же на занятиях используются подушечки с песком, которые дети кладут себе на голову во время ходьбы. **Нестандартное оборудование:** дорожка с цветными кругами, мягкое бревно «змейка», тренажер «Гусеница».

В **беговом** режиме я применяю ограничительные конусы-ориентиры, которые служат для изменения направления движения.

Для **прыжковых** упражнений применяются скакалки, верёвочки-косички, барьеры и гимнастические скамейки, обручи.

Нестандартное оборудование: лесенка для прыжков, классики — игра, солнышко — перепрыгни лучики, мягкие палочки.

Для метания используются мячи разного размера и цвета, мешочки с песком, мягкие мячики-снежки.

Социально-коммуникативное развитие.

В занятия включены подвижные игры, эстафеты. Игра является средством социализации ребёнка дошкольного возраста.

Игра развивает самообладание, выдержку, умение контролировать свои поступки, свое поведение. В игре формируются честность, дисциплинированность, чувство справедливости. Игра учит искренности, товариществу.

В игре дети учатся действовать в коллективе, подчиняться общим требованиям. Дети в игре постепенно усваивают, что нельзя оставлять попавшего в беду, смеяться над чужой неловкостью, потому что это может случиться с каждым. Мною изготовлена картотека подвижных игр, хороводных игр для детей младшего возраста. Для подвижных игр изготовлены маски героев.

Познавательное развитие.

Мною изготовлена настольная игра по видам спорта «Что лишнее». Так же для ознакомления с разнообразием видов спорта подобрана картотека «Зимние виды спорта».

Речевое развитие.

Во время игр часто используются стихи, которые дети разучивают все вместе. Во время игры, при смене водящего ребёнок сам выбирает следующего при помощи считалки. Мною изготовлены картотеки: «Пальчиковые игры», «Считалки», «Слово и движение (физкульт-минутки на стихи)».

Художественно-эстетическое развитие.

Во время занятий и на спортивных праздниках используется музыкальное сопровождение.

Разминка, комплексы ОРУ проводятся с ленточками, платочками.

3. В группе есть в наличии большое количество предметов, с которыми дети любят заниматься: это разного размера, формы и цвета мячи, подушечки с песком, кегли, кольца, обручи, скакалки и т.д.

Обилие и разнообразие предметов позволяет работать с детьми разного возраста и разного уровня физической подготовки, это делает занятие интереснее и разнообразнее. Учитывая то, что на занятие физической культуры, приходят воспитанники разных возрастных групп это имеет большое значение.

Для каждого возраста подбираются не только предметы, но и упражнения, их интенсивность и сложность. Для каждого возраста подобраны свои игровые ситуации, разные сказочные герои. У младших возрастов упражнения ориентированы на мягкие движения, больше упражнений в лежачем, ползательном и сидячем режиме, игры для мелкой моторики. Чем старше ребенок, тем больше движений силовых, резких и сложных. Детям старшего возраста чаще даются задания с групповым взаимодействием: коллективные игры, эстафеты, ходьба в тренажере «гусеница», работа в парах. В смешанных группах по возрасту и развитию приходится дифференцировать упражнения.

4. Предметно-пространственная среда обеспечивает учет образования детей с ограниченными возможностями здоровья, особыми потребностями в обучении.

В группах есть дети с нарушением речи, поэтому роль физической культуры особенно важна. У детей с речевой патологией недостаточность моторного развития наблюдается с самого раннего возраста, поскольку, чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь и наоборот, если развитие моторных функций отстает, задерживается и развитие речи. Особенное внимание приходится уделять мелкой

моторике рук, т.к. уровень развития речи у ребенка находится в прямой зависимости от степени сформированности мелких движений пальцев рук. На занятии важно, чтобы дети озвучивали и оречевляли свои движения. Это когда, выполняя игровое движение, ребенок издает определенные звуки, имитирующие изображаемый ими образ.

Таким образом, можно сказать, что развивающая среда в группе способствует развитию физических качеств, творческих способностей и оздоровлению детей дошкольного возраста с разным уровнем физической подготовки и здоровья.