


муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение города Новосибирска  
«Детский сад № 57 «Чебурашка» Первомайского района

Принято:  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол от «31» 08 2023г. № 1  
Согласовано:  
Старший воспитатель  
 Т.А. Медведева  
« 31» 08 2023г.

Утверждаю:  
Приказ от 01 09 2023г. № 77-ОД  
Заведующий МБДОУ д/с № 57  
 /И.Л.Бородулина/  


**ПРОГРАММА**  
**по физическому развитию воспитанников**  
**от 1,5 - 7 лет**  
**на 2023-2024 уч.г.**

**Составитель:**  
Воденицкая Оксана Викторовна  
инструктор по физической культуре  
высшей квалификационной категории

г. Новосибирск - 2023

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание</b>	<b>страница</b>
	<b>Введение</b>	4
<b>1.</b>	<b>Целевой раздел</b>	4
1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Цель и задачи рабочей программы	5
1.3.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	6
1.4.	Цель и задачи части, формируемой участниками образовательных отношений	7
1.5.	Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста	7
1.6.	Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»	7
1.7.	Планируемые результаты освоения части, формируемой участниками образовательных отношений	9
1.8.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	10
<b>2.</b>	<b>Содержательный отдел</b>	16
2.1.	Задачи физического развития детей раннего возраста и дошкольного возраста	16
2.1.1.	Задачи физического развития детей 1,5-3 лет	16
2.1.2.	Задачи физического развития детей 3-4 лет	16
2.1.3.	Задачи физического развития детей 4-5 лет	16
2.1.4.	Задачи физического развития детей 5-6 лет	17
2.1.5.	Задачи физического развития детей 6-7 лет	17
2.2.	Содержание образовательной деятельности, описание форм, способов, методов, средств реализации рабочей программы физического развития дошкольников	18
2.2.1.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 1,5-3 лет	18
2.2.2.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 3-4 лет	19
2.2.3.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 4-5 лет	21
2.2.4.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 5-6 лет	22
2.2.5.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 6-7 лет	25
2.2.6.	Содержание части, формируемой участниками образовательных отношений	28
2.3.	Основные требования по освоению детьми ОО «Физическое развитие»	32
2.4.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы	34
2.5.	Взаимодействие педагогов	36
2.6.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	41

2.7.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	42
2.8.	Способы и направление поддержки детской инициативы	42
2.9.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках ОО «Физическое развитие»	45
<b>3.</b>	<b>Организационный раздел</b>	47
3.1.	Особенности организации РППС	47
3.2.	Материально-техническое обеспечение РППС по реализации ОО «Физическое развитие»	48
3.3.	Методическое обеспечение части, формируемой участниками образовательных отношений	51
3.4.	Требования к организации образовательной деятельности по физической культуре в ДОУ	52
3.5.	Расписание НОД по физическому развитию	53
3.6.	Сетка образовательной деятельности вне НОД	54
3.7.	Двигательный режим	55
3.8.	Календарный план мероприятий, государственных и народных праздников, событий, праздничных и памятных дат	57
3.9.	Планирование событий, праздников, мероприятий	62
	Используемые материалы	63
	Приложения к программе «Комплексно-тематическое планирование по возрастам»	65

## Введение

Содержание образования должно содействовать взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, народами независимо от расовой, национальной, этнической, религиозной и социальной принадлежности, формированию и развитию личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями.

**Основополагающими функциями дошкольного уровня образования в соответствии с ФОО являются:**

1. Воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как Гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами.
2. Создание единого ядра содержания дошкольного образования, ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным ценностям русского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины.
3. Создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям), равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места и региона проживания.

ФОО ДО и ФОО являются основой для разработки и утверждения ДОО образовательной программы дошкольного образования.

В ФОО ДО определены единые для Российской Федерации базовые объем и содержание ДО, осваиваемые обучающимися в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, и планируемые результаты освоения образовательной программы. Содержание и планируемые результаты разрабатываемых в ДОО образовательных программ (в том числе и рабочих программ педагогов) должны быть не ниже соответствующих содержания и планируемых результатов Федеральной программы.

Образовательная программа ДОО (рабочие программы педагогов) в соответствии с ФОО ДО и ФОО содержит целевой, содержательный, организационный разделы.

## 1. Целевой раздел

### 1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре определяет содержание образовательной деятельности ДОО в рамках ОО «Физическое развитие» и обеспечивает физическое развитие воспитанников ДОО в возрасте от 1,5 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

**Основу рабочей программы составляют следующие нормативно-правовые документы:**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155.
3. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.

4. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждённая приказом министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г.
5. Устав МБДОУ д/с № 57 «Чебурашка»
6. Основная образовательная программа дошкольного образования МБДОУ д/с № 57 «Чебурашка».

В рабочей программе сформулированы цели, задачи, содержание образовательной деятельности по физическому развитию, предусмотренные для освоения в каждой возрастной группе детей в возрасте от 1,5 до 7 лет, а также результаты, которые могут быть достигнуты детьми при целенаправленной систематической работе с ними.

Рабочая программа описывает формы, средства, методы работы с детьми по развитию физических качеств, формированию двигательных навыков, формированию основ здорового образа жизни, освоению здоровьесберегающих умений.

Рабочая программа включает перечень основных движений, ОРУ, музыкально-ритмических упражнений, подвижных игр, спортивных упражнений с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их потребностей и интересов, возрастных возможностей.

Реализация рабочей программы инструктора физической культуры предполагает интеграцию обучения и воспитания за счёт проведения физкультурных развлечений, праздников, прогулок-походов, дней здоровья, физкультурно-массовых мероприятий, включения регионального компонента (подвижных игр народов РФ, знакомство с достижениями российских спортсменов, использование музыкального сопровождения народной тематики, и т.д.).

Вариативная часть рабочей программы направлена на формирование элементарных представлений о здоровье и навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста, обогащение двигательного опыта, связанного с использованием нестандартного оборудования, современных технологий физического развития и оздоровления дошкольников.

### **1.2. Цели и задачи реализации рабочей программы**

**Цель рабочей программы:** создание системы работы по физическому развитию дошкольников, обеспечивающей разностороннее и гармоничное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей народов РФ, исторических и национально-культурных традиций.

**Цель рабочей программы достигается через решение задач, обозначенных в ФОП:**

- обеспечение единых для РФ содержания дошкольного образования и планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования;
- построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;

- достижение детьми на этапе завершения дошкольного образования уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей.

### **1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы**

Рабочая программа инструктора физической культуры по реализации ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФОП и ФГОС ДО построена на следующих принципах:

#### ***Принцип учёта ведущей деятельности:***

- реализуется в соответствии с ФОП и в контексте всех перечисленных в ФГОС ДО видов детской деятельности, с акцентом на ведущую деятельность для каждого возрастного периода – от непосредственного эмоционального общения со взрослым до предметной (предметно - манипулятивной) и игровой деятельности;

#### ***Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей:***

- учитывает возрастные характеристики развития ребенка на разных этапах дошкольного возраста, предусматривает возможность и механизмы разработки индивидуальных траекторий развития и образования детей с особыми возможностями, способностями, потребностями и интересами;

#### ***Принцип амплификации детского развития***

- рассматривается как направленный процесс обогащения и развертывания содержания видов детской деятельности, а также общения детей со взрослыми и сверстниками, соответствующий возрастным задачам дошкольного возраста;

#### ***Принцип единства обучения и воспитания***

- как интеграция двух сторон процесса образования, направленная на развитие личности ребенка и обусловленная общим подходом к отбору содержания и организации воспитания и обучения через обогащение содержания и форм детской деятельности;

#### ***Принцип преемственности образовательной работы***

- реализуется на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования. Рабочая программа в соответствии с ФОП реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания относительно уровня начального школьного образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организацией и семьёй;

#### ***Принцип сотрудничества с семьей:***

- реализация рабочей программы в соответствии с ФОП предусматривает оказание психолого-педагогической, методической помощи и поддержки родителям (законным представителям) детей раннего и дошкольного возраста, построение продуктивного взаимодействия с родителями (законными представителями) с целью создания единого/общего пространства развития ребенка;

#### ***Принцип здоровьесбережения:***

- при организации образовательной деятельности не допускается использование педагогических технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью воспитанников, их психоэмоциональному благополучию.

#### **1.4. Цель и задачи части, формируемой участниками образовательных отношений**

**Цель:** Формирование элементарных представлений о здоровье и навыков здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста.

**Задачи:**

- ✓ формировать у детей представление: о строении тела и назначении органов жизнедеятельности человека; что полезно и что вредно для организма;
- ✓ учить оказывать элементарную доврачебную помощь при ушибах и травмах;
- ✓ знакомить со способами укрепления и сохранения своего здоровья посредством физических и дыхательных упражнений, закаливания, гигиенических процедур, режима дня, самомассажа и т.п.;
- ✓ развивать у детей способность определять свое физиологическое состояние;
- ✓ прививать детям чувство ответственности за свое здоровье;

#### **1.5. Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возрастов**

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

Реализация рабочей программы инструктора физической культуры по физическому развитию детей в возрасте от 1,5 до 7 лет в дошкольной образовательной организации опирается на основные показатели физического развития, развития функциональных систем, моторики, психических функций, коммуникативных навыков, социализацию, приоритетные виды детской деятельности, обозначенные в ФОП.

#### **1.6. Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»**

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения образовательной программы в рамках ОО «Физическое развитие» представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению дошкольного образования.

**К трем годам:**

- у ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам, с желанием играет в подвижные игры;
- ребенок демонстрирует элементарные культурно-гигиенические навыки, владеет простейшими навыками самообслуживания: одевание, раздевание;

- ребенок стремится к общению со взрослыми, проявляет интерес к сверстникам, наблюдает за их действиями и подражает им;

**К четырем годам:**

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические движения под музыку;

- ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье.

**К пяти годам:**

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;

- ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;

- ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации.

**К шести годам:**

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;

- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей.

**К концу дошкольного возраста:**

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;



- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;
- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям.

### **1.7. Планируемые результаты освоения части, формируемой участниками образовательных отношений**

В результате формирования элементарных представлений о здоровье и навыков ЗОЖ воспитанники будут знать и иметь представление:

- о важности занятий утренней гимнастикой и физкультурой;
- о пользе закаливания;
- о внешнем и внутреннем строении своего тела, об основных функциях организма;
- о правильном и неправильном питании;
- о полезных и вредных привычках;
- о некоторых внешних признаках здоровья и болезни, о путях передачи инфекций;
- о первой помощи при травме и ушибе;
- о необходимости обращаться к взрослым в трудных ситуациях и несчастных случаях;
- о правилах ухода за зубами, волосами, кожей.
- о ценности своего здоровья;

Воспитанники будут способны самостоятельно:

- выбирать полезные продукты;
- проводить закаливающие процедуры;
- правильно пользоваться личными вещами;
- вовремя и правильно мыть руки;

- оказывать элементарную первую медицинскую помощь;
- объяснять словами свое состояние и ощущение в отношении здоровья.

### **1.8. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов**

Педагогическая диагностика в дошкольной образовательной организации – это особый вид профессиональной деятельности, позволяющий выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Направления и цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО.

Педагогическая диагностика не является обязательной процедурой, вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им образовательной программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

Педагогическая диагностика физического развития воспитанников МБДОУ «Чебурашка» дошкольного образования проводится инструктором по физической культуре, воспитателями на основе наблюдения, специальных диагностических ситуаций.

Для проведения диагностики физического развития используются следующие методические рекомендации:

1. Т.А. Тарасова «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста»

#### **Задачи:**

1. Индивидуализация образования;
2. Оптимизация работы с группой детей.

Периодичность проведения педагогической диагностики: 2 раза в год.

*Стартовая* – на этапе поступления ребёнка в дошкольную группу.

*Финальная* – на завершающем этапе освоения программы определённой возрастной группы

1. Результаты проведения диагностики физического развития ребёнка фиксируются в индивидуальную карту *«Паспорт здоровья»*, *«Педагогическая диагностика физического развития воспитанников»*.

Мониторинг осуществляется при помощи тестовых упражнений, наблюдений за детьми, бесед, анализ и т.д. Обследование проходит по методике: «Двигательная активность ребенка в детском саду» Рунова М.А. 2000г.

***Ориентировочные показатели физической подготовленности детей 5-7 лет (Рунова М.А.)***

№	Наименование показателя.	Пол	5 лет	6 лет	7 лет
1	Время бега на 10 м с ходу (сек.)	Мал.	2,8 – 2,7	2,5 – 2,1	2,3 – 2,0
		Дев.	3,0 – 2,8	2,6 – 2,2	2,5 – 2,1
2	Время челночного бега (3x10м) (сек.)	Мал.	12,8 – 11,1	11,2 – 9,9	9,8 – 9,5
		Дев.	12,9 – 11,1	11,3 – 10,0	10,0 – 9,9
3	Длина прыжка с места (см)	Мал.	85 – 130	100 – 150	130 – 155
		Дев.	85 – 125	90 – 140	125 – 150
4	Дальность броска набивного мяча весом 1 кг из-за головы, стоя (см)	Мал.	160 – 230	175 – 300	220 – 350
		Дев.	150 – 225	170 – 280	190 – 330
5	Дальность броска теннисного мяча (м)	Мал.	5 – 9	7–12	11 – 15
		Дев.	4 – 9	6–10	8–11
6	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во)	Мал.	15 – 25	26 – 40	45 – 60
		Дев.	15 – 25	26 – 40	40 – 55
7	Отбивание мяча от пола (кол-во)	Мал.	5 – 10	11 – 20	35 – 70
		Дев.	5 – 10	10 – 20	35 – 70
8	Статическое равновесия (сек.)	Мал.	12 – 20	25 – 35	35 – 42
		Дев.	15 – 28	30 – 40	45 – 60
9	Подъём из положения лёжа на спине (кол-во)	Мал.	11 – 17	12 – 25	15 – 30
		Дев.	10 – 15	11 – 20	14 – 28
10	Наклоны вперёд из положения стоя (см)	Мал.	3 – 6	4 – 7	5 – 8
		Дев.	6 – 9	7–10	8-12

Динамометрия		4 года	5 лет	6 лет	7 лет
Сила кисти правой руки	М	3,9-7,5	6,5-10,3	9,6-14,4	11,6-15,0
	Д	3,1-6,0	4,9-8,7	7,9-11,9	9,4-14,4
Сила кисти левой руки	М	3,5-7,1	6,1-9,5	9,2-13,4	10,5-14,1
	Д	3,2-5,6	5,1-8,7	6,8-11,6	8,6-13,2

### **Использование диагностических тестов.**

Перед выполнением контрольных двигательных заданий следует провести небольшую разминку (спокойная ходьба, переходящая в бег, непрерывный бег 1,5 минуты, дыхательные упражнения).

Тесты лучше проводить в игровой форме, чтобы детям нравились занятия, чтобы они могли ощутить «мышечную радость» от физических нагрузок.

Дети, выполнившие все тесты, с результатами в рамках возрастных норм могут быть отнесены к среднему уровню физической подготовленности; выше ориентировочных показателей (более трёх показателей) - к высокому уровню физической подготовленности. Если из семи тестов, ребёнок имеет от трёх и более показателей ниже нормы, то у него низкий уровень физической подготовленности.

### **ДИАГНОСТИКА ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ**

М.А. Рунова предлагает следующие диагностические тесты :

#### **Тесты по определению скоростно – силовых качеств.**

##### ***Бросок набивного мяча. (1 кг.) двумя руками из – за головы из исходного положения стоя.***

Испытание проводится на ровной площадке длиной не менее 10 м. ребенок встает у контрольной линии разметки и бросает мяч из – за головы двумя руками вперед из исходного положения стоя, одна нога впереди, другая сзади или ноги врозь. При броске ступни должны сохранять контакт с землей. Допускается движение вслед за произведенным броском. Делаются 3 попытки. Засчитывается лучший результат.

Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.

##### ***Прыжок в длину с места***

Обследование прыжков в длину с места можно проводить на участке детского сада в теплое время , а в помещении в холодное время года. Прыжок выполняется в заполненную песком яму для прыжков или на взрыхленный грунт (площадью 1x2 метра). При

неблагоприятных погодных условиях прыжки можно проводить в физкультурном зале, для этого может быть использована физкультурная дорожка.

Ребенку предлагают, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляться на обе ноги. При приземлении нельзя опираться позади руками. Измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (в см.). Делаются 3 попытки. Засчитывается лучшая из попыток.

Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.

### ***Метание мягкого мяча на дальность***

Обследование дальности метания проводится на асфальтовой дорожке или физкультурной площадке. коридор для метания должен быть шириной не менее 3 метров и длиной 15 – 20 метров. Дорожка предварительно размечается мелом поперечными линиями через каждый метр и пронумеровывается цифрами расстояние. Линия отталкивания шириной 40 см заштриховывается мелом. По команде, ребенок подходит к линии отталкивания, из И.п. стоя производит бросок мячом (200 гр.), одной рукой из – за головы, одна нога поставлена впереди другой на расстоянии шага. При броске нельзя изменять положение ступней. Засчитывается лучший результат из трех попыток.

Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.

### ***Мышечная сила кистей рук***

Измерить мышечную силу кистей рук с помощью ручного механического динамометра. Перед обследованием необходимо познакомить детей с прибором (динамометром) и рассказать как им пользоваться. Во время тестирования ребенок принимает и.п.: стоя, руки опущены вниз. Воспитатель дает указание взять в руку динамометр, при этом рука ребенка опущена и немного отведена в сторону. Затем воспитатель использует игровой прием и предлагает ребенку «сжать лимон, чтобы выступил сок» - сильно сжать прибор. Делается по две попытки каждой рукой, между попытками даются 1-2 мин.отдыха. Результаты измерений фиксируются с точностью до 0,1 кг.

### **Тесты по определению быстроты.**

#### ***Бег на дистанцию 10 метров схода***

На асфальтированной дорожке или в спортивном зале намечаются линии старта и финиша. За линией финиша (в 6 — 7 м от нее) ставится ориентир (яркий предмет — кегля, кубик), для того чтобы ребенок, пересекая линию финиша, не делал резкой остановки. Предлагаются две попытки, отдых между ними 5 мин.

Ребенок по команде «на старт» подходит к черте и занимает удобную позу. Воспитатель стоит сбоку от линии старта с секундомером. После взмаха флажком ребенок делает разбег. В момент пересечения линии старта воспитатель включает секундомер и выключает его тогда, когда ребенок добежит до линии финиша. Фиксируется лучший результат из двух попыток. Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.

### **Тесты по определению ловкости.**

### ***Подбрасывание и ловля мяча***

Ребенок принимает исходное положение (ноги на ширине плеч) и двумя руками подбрасывает вверх мяч диаметром 15-20 см как можно большее количество раз. Ребенку предлагается сделать 2 попытки. Фиксируется лучший результат.

### ***Челночный бег 3X 10 метров***

Ребенок встает у контрольной линии, по сигналу «марш» (в этот момент воспитатель включает секундомер) трехкратно преодолевает 10-метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). Ребенок обегает каждый кубик, не задевая его. Фиксируется общее время бега. Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет. Ловкость выявляется по времени выполнения челночного бега (с детьми 4 лет). Он включает бег по прямой 10м с двумя поворотами (общая дистанция 30м). Норма для детей 4 лет составляет 14сек

По команде «На старт!» ребенок становится позади линии старта. По команде «Марш!» ребенок бежит зигзагом в направлении, указанном стрелкой между мячами и финиширует. Воспитатель выключает секундомер только после того, как ребенок пройдет всю дистанцию. Время измеряется с точностью до 1/10с. Тест проводится одним ребенком 2 раза и фиксируется лучший результат. Если ребенок задел мяч или столкнулся с ним с места, сбился с курса или упал, тест проводится заново. Ребенку необходим показ. Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет.

### **Тесты по определению координационных способностей.**

#### ***Статическое равновесие***

(тест выявляет и тренирует координационные возможности детей)

Ребенок встает в стойку - носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги – и пытается при этом сохранить равновесие. Ребенок выполняет задание с открытыми глазами. Время удержания равновесия фиксируется секундомером. Из двух попыток фиксируется лучший результат.

### **Тесты по определению гибкости.**

#### ***Наклон туловища вперед.***

Тест проводится двумя воспитателями. Ребенок становится на гимнастическую скамейку (поверхность скамейки соответствует нулевой отметке). Задание: наклониться вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). Второй воспитатель по линейке, установленной перпендикулярно скамейке, регистрирует тот уровень, до которого дотянулся ребенок кончиками пальцев. Если ребенок не дотягивается до нулевой отметки (поверхности скамьи), то результат засчитывается со знаком минус. Во время выполнения данного теста можно использовать игровой момент «достань игрушку». Тест предназначен для детей от 3 до 7 лет.

### **Тесты по определению силовой выносливости.**

#### ***Подъем туловища в сед(за 30 секунд)***

Ребенок лежит на гимнастическом мате на спине, скрестив руки на груди. По команде «начали» ребенок поднимается, не сгибая колен (воспитатель слегка придерживает колени ребенка, сидя на мате рядом с ним), садится и вновь ложится. Воспитатель считает количество подъемов. Тест считается правильно выполненным, если ребенок при подъеме не коснулся локтями мата, а спина и колени оставались прямыми. Из двух попыток засчитывается лучший результат. Тест предназначен для детей от 4 до 7 лет.

### Тест по определению прироста показателей психофизических качеств

Для оценки темпов прироста показателей психофизических качеств мы предлагаем пользоваться формулой, предложенной В.И. Усачевым:

$$W = \frac{100(V1 - V2)}{\frac{1}{2}(V1 + V2)}$$

где W - прирост показателей темпов в %

V1 - исходный уровень

V2 - конечный уровень.

Например: Саша Д. прыгнул в длину с места вначале года на 42 см., а в конце – на 46см. подставляя эти значения формулу, получаем:

$$W = \frac{100(46-42)}{\frac{1}{2}(42+46)} = 9\%$$

Хорошо это или плохо? Ответ на этот вопрос можно найти в шкале оценки темпов прироста физических качеств.

### Шкала оценок темпов прироста физических качеств детей дошкольного возраста

<i>Темпы прироста (%)</i>	<i>Оценка</i>	<i>За счет чего достигнут прирост</i>
До 8	Неудовлетворительно	За счет естественного роста
8-10	Удовлетворительно	За счет естественного роста и естественной двигательной активности
10-15	Хорошо	За счет естественного прироста и целенаправленной системы физического воспитания
Свыше 15	Отлично	За счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений

## 2. Содержательный раздел

Содержание работы по физическому развитию дошкольников реализуется инструктором по физкультуре, педагогами ДОО в соответствии с ФОП, ФГОС ДО, образовательной программой ДОО, методикой физического развития детей от 1,5 до 7 лет.

Содержание ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО и ФОП предусматривает решение ряда специфических задач:

### 2.1 Задачи физического развития детей раннего возраста, младшего и дошкольного возраста:

#### 2.1.1. Задачи физического развития детей 1,5-3 лет

- обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазанье, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
- поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;
- формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

#### 2.1.2. Задачи физического развития детей 3-4 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт ребенка разнообразными движениями, активизировать двигательную деятельность, обучая строевым упражнениям, ОВД, ОРУ, спортивным упражнениям, музыкально-ритмическим упражнениям, подвижным играм;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, равновесие, координацию движений;
- формировать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, самостоятельность, умение согласовывать свои действия с движениями других детей;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщать к ЗОЖ, формируя полезные привычки.

#### 2.1.3. Задачи физического развития детей 4-5 лет

- обогащать двигательный опыт ребенка, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, обучая техничному выполнению разнообразных физических упражнений, музыкально-ритмических движений в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать учить быстро и самостоятельно ориентироваться в пространстве, выполнять движения скоординировано, согласованно;
- продолжать формировать психофизические качества, координацию движений, равновесие, меткость;
- воспитывать волевые качества, произвольность, стремление соблюдать правила в ПИ, проявлять творчество и самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- воспитывать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, разным формам двигательной деятельности;



- сохранять и укреплять здоровье ребенка, способствовать правильному формированию опорно-двигательного аппарата, осанки, укреплению иммунитета средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье;
- воспитывать полезные привычки, осознанное отношение к здоровью.

#### **2.1.4. Задачи физического развития детей 5-6 лет**

- продолжать обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения технично, осознанно, активно, точно, дифференцируя мышечные усилия, выполнять физические и музыкально-ритмические упражнения;
- способствовать освоению элементов спортивных игр, спортивных упражнений, элементарных туристских навыков;
- продолжать развивать психофизические качества, координацию, равновесие, меткость, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений;
- учить соблюдать правила в подвижные игры, взаимодействовать в команде, согласовывать действия свои и других детей, ориентироваться в пространстве;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх и упражнениях;
- формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах, влияющих на здоровье, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, учить осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

#### **2.1.5. Задачи физического развития детей 6-7 лет**

- продолжать обогащать двигательный опыт, совершенствовать двигательные умения и навыки в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать осваивать элементы спортивных игр и упражнений, туристские навыки;
- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
- воспитывать стремление соблюдать правила в подвижной игре, учить самостоятельно их организовывать и проводить, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства, нравственно-волевые качества гражданскую идентичность в двигательной деятельности;
- формировать осознанную потребность в двигательной активности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления;
- формировать представление о туризме, как форме активного отдыха, физкультуре и спорте, спортивных достижениях;
- продолжать учить осознанно выполнять правила безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;

- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Для решения поставленных задач в каждой возрастной группе используются следующие

## 2.2. Содержание образовательной деятельности

Рабочая программа направлена на:

- обеспечение гармоничного физического развития, приобретение опыта в различных видах двигательной деятельности, развитие психофизических качеств, формирование навыков правильной осанки, развитие координационных способностей, равновесия, мелкой моторики;
- формирование начальных представлений о видах спорта, достижениях российских спортсменов, овладение подвижными играми, играми с правилами, элементами спортивных игр и упражнений;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, формирование ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, формирование знаний о различных видах активного отдыха.

Рабочая программа построена в соответствии с ФОП и ФГОС ДО на интегративном подходе сочетания образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой образовательных областей. Это способствует тому, что основные задачи содержания ОО «Физическое развитие» решаются как самостоятельно, так и в ходе реализации других образовательных областей («Социально - коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие»).

### 2.2.1. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 1,5 до 3 лет:

#### Основная гимнастика (основные движения, ОРУ):

<b>ОВД:</b>	- ходьба стайкой за педагогом, врассыпную, в заданном направлении, между предметами, по кругу, взявшись за руки; бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и разных направлениях, между линиями, за катящимся мячом; прыжки, ползание, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.
<b>ОРУ:</b>	- без предметов, с предметами (погремушки, платочки, мячи, кубики 2 цветов, флажки, кегли,

	обручи, и т.п.), с опорой и на опоре (стул, скамейка), из разных исходных положений.
<b>Музыкально-ритмические упражнения:</b>	- ритмичная ходьба и бег под музыку, хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание «пружинка», приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения.
<b>Подвижные игры:</b>	- подвижные игры с простым содержанием, с текстом (имитационные и сюжетные), с включением музыкально-ритмических упражнений.
<b>Активный отдых:</b>	- физкультурные досуги 1-2 раз в месяц, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации.

**Целевые ориентиры к концу 3-го года жизни:**

- у ребенка развита крупная моторика;
- ребенок ориентируется в пространстве по зрительным и звуковым ориентирам, при совместных построениях и выполнении основных движений, в подвижных играх;
- ребенок активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет элементарные музыкально-ритмические упражнения;
- проявляет положительное отношение к физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности;
- ребенок демонстрирует элементарные культурно-гигиенические навыки, владеет простейшими навыками самообслуживания (одевание, раздевание, самостоятельно ест и т.д.);

**2.2.2. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 3 до 4 лет:**

**Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):**

<b>ОВД:</b>	- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.
<b>ОРУ:</b>	- без предметов, с предметами (мячи, кубики 2 цветов, кегли, обручи, и т.п.), с опорой и на опоре (стул, скамейка), из разных исходных положений.
<b>Строевые упражнения:</b>	- построение в шеренгу, колонну по одному, круг по ориентирам с нахождением своего места в строю, повороты переступанием по показу, ориентиру.
<b>Музыкально-ритмические упражнения:</b>	- ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на полупальцах, топающим шагом, вперед, приставным шагом прямо и боком; - имитационные движения, разнообразные образно-игровые упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, быстрая

	белка и т. д.); - поочередное выставление ноги вперед, пятку, притопывание одной ногой, приседания «пружинки», прямой галоп, кружение.
<b>Подвижные игры:</b>	- сюжетные игры, имитационные упражнения; - несюжетные игры; - игры на развитие ориентировки в пространстве; - игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации; - малоподвижные игры.
<b>Спортивные упражнения:</b>	- катание на санках: по прямой дорожке игрушек, друг друга, с невысокой горки; - ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, повороты на лыжах переступанием; - катание на трехколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.
<b>Активный отдых:</b>	- физкультурные досуги 1-2 раз в месяц, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации; - дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы.

**Целевые ориентиры к концу 4-го года жизни:**

- ребенок ориентируется в пространстве по зрительным и звуковым ориентирам, при совместных построениях и выполнении основных движений, в подвижных играх;
- по показу педагога принимает исходное положение, более уверенно выполняет движения, сохраняет равновесие при выполнении физических упражнений, музыкально-ритмических движений, реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое, выполняет общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- осваивает спортивные упражнения;
- проявляет положительное отношение к физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм, знает правила в подвижных играх, стремится к выполнению ведущих ролей в игре;
- понимает необходимость соблюдения чистоты и гигиены для здоровья, имеет сформированные полезные привычки, знает основные правила безопасного поведения в двигательной деятельности.

### 2.2.3. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 4 до 5 лет:

#### Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

<b>ОБД:</b>	- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.
<b>ОРУ:</b>	- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём.
<b>Строевые упражнения:</b>	- построение в колонну по одному, по два, врассыпную; - построение по росту; - размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; - перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении; - перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам; - повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте.
<b>Ритмическая гимнастика:</b>	- ходьба под ритм, музыку в разном темпе на полупальцах, топающим шагом, вперед и назад (спиной), приставным шагом прямо и боком, галопом в сторону, согласовывая с началом окончания музыки; - ходьба по кругу за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении, прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под ритм и музыку; - выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмично хлопать в ладоши; - комбинации из двух освоенных движений.
<b>Подвижные игры:</b>	- сюжетные игры, имитационные упражнения - несюжетные игры - игры на развитие ориентировки в пространстве - игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации - народные игры - малоподвижные игры.
<b>Спортивные упражнения:</b>	<i>Катание на санках:</i> - подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга. <i>Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:</i> - по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью. <i>Ходьба на лыжах:</i> - скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и

	«полуелочкой».
<b>Активный отдых:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации;</li> <li>- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы;</li> <li>- участие в физкультурных праздниках 2 раза в год в качестве зрителей.</li> </ul>

**Целевые ориентиры к концу 5-го года жизни:**

- ребенок осваивает разнообразные физические и музыкально-ритмические упражнения, проявляет двигательную активность и психофизические качества, демонстрирует координацию движений, развитие глазомера, ориентировку в пространстве ориентирами и без, стремиться сохранять правильную осанку;
- проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, с желанием выполняет упражнения основной гимнастики, участвует в подвижных играх и досуговой деятельности;
- проявляет настойчивость и упорство для достижения результата, стремится к победе, соблюдает правила в подвижных играх, переносит освоенные упражнения в самостоятельную двигательную деятельность;
- знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности;
- знает об отдельных факторах, положительно влияющих на здоровье, имеет сформированные полезные привычки.

**2.2.4. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 5 до 6 лет:**

**Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):**

<b>ОВД:</b>	- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.
<b>ОРУ:</b>	- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём.
<b>Строевые упражнения:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- построение в колонну по одному, в шеренгу, круг и два круга (по ориентирам и без), по диагонали, в два и три звена;</li> <li>- перестроение из одной колонны в две, в шеренгу по два, равняясь по ориентирам и без;</li> <li>- повороты направо, налево, кругом;</li> <li>- размыкание и смыкание.</li> </ul>
<b>Ритмическая гимнастика:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба и бег под музыку в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе;</li> <li>- ходьба на высоких полупальцах, на носках, на пятках, пружинящим, топающим шагом, «с</li> </ul>

	<p>каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг), с ускорением и замедлением темпа;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение);</li> <li>- подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружения по одному и в парах.</li> </ul>
<b>Подвижные игры:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сюжетные игры, имитационные упражнения</li> <li>- несюжетные игры</li> <li>- игры на развитие ориентировки в пространстве</li> <li>- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации</li> <li>- народные игры</li> <li>- малоподвижные игры.</li> </ul>
<b>Спортивные упражнения:</b>	<p><i>Катание на санках:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.</li> </ul> <p><i>Ходьба на лыжах:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- по лыжне (на расстояние до 500 м.);</li> <li>- скользящим шагом;</li> <li>- повороты на месте (направо и налево) с переступанием;</li> <li>- подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуелочкой» (прямо и наискосок).</li> </ul> <p><i>Катание на двухколесном велосипеде, самокате:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью;</li> <li>- с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.</li> </ul>
<b>Спортивные игры:</b>	<p><i>Городки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м).</li> </ul> <p><i>Элементы баскетбола:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перебрасывание мяча друг другу от груди;</li> <li>- ведение мяча правой и левой рукой;</li> <li>- забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди;</li> <li>- игра по упрощенным правилам.</li> </ul> <p><i>Бадминтон:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом</li> </ul> <p><i>Элементы футбола:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и</li> </ul>

	вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.
<b>Активный отдых:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации;</li> <li>- физкультурные праздники 2 раза в год, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации;</li> <li>- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы;</li> <li>- туристские прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 2 км (в оба конца) в теплый период года, и до 1 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 1,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20 минут).</li> </ul>

**Целевые ориентиры к концу 6-го года жизни:**

- ребенок выполняет физические упражнения в соответствии с возрастными возможностями, достаточно технично, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно;
- проявляет в двигательной деятельности сформированные в соответствии с возрастом психофизические качества;
- способен проявить творчество, составляя несложные комбинации из знакомых общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений, основных движений и продемонстрировать их, придумать движения в подвижной игре и организовать ее;
- стремится осуществлять самоконтроль и дает оценку двигательным действиям других детей и своим, свободно ориентируется в пространстве, овладевает некоторыми туристскими умениями;
- проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам и экскурсиям;
- умеет взаимодействовать в команде, проявляет инициативу, самостоятельность, находчивость, взаимопомощь, стремится к личной и командной победе, демонстрирует нравственно-волевые качества, ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- знает способы укрепления здоровья и факторы, положительно влияющие на него, имеет представление о правилах гигиены, понимает необходимость сохранения и укрепления здоровья, может оказать посильную помощь больным близким, стремиться заботиться о своем здоровье и здоровье других людей;
- имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности, стремиться их соблюдать.



**2.2.5. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 6 до 7 лет:**

**Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):**

<b>ОБД:</b>	- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.
<b>ОРУ:</b>	- в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с паузами и поточно, под счет, музыку и др.
<b>Строевые упражнения:</b>	- самостоятельные построения в колонну по одному, в круг, шеренгу; - перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); - расчет на первый-второй и перестроение из одной шеренги в две; - равнение в колонне, шеренге, кругу; - размыкание и смыкание приставным шагом; - повороты направо, налево, кругом.
<b>Ритмическая гимнастика:</b>	- отдельные комплексы из 6–8 упражнений под музыку; - танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками; - поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке; - ритмичная ходьба с носка, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад, в сторону; - кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону, на носок и на пятку, в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук вверх, в сторону в такт и ритм музыки.
<b>Подвижные игры:</b>	- сюжетные игры, имитационные упражнения - несюжетные игры - игры на развитие ориентировки в пространстве - игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации - народные игры - малоподвижные игры
<b>Спортивные упражнения:</b>	<i>Катание на санках:</i> - игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость. <i>Ходьба на лыжах:</i> - скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500–600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; - попеременным двухшажным ходом (с палками);

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- повороты переступанием в движении;</li> <li>- поднимание на горку «лесенкой», «елочкой».</li> </ul> <p><i>Катание на коньках:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду);</li> <li>- приседания из исходного положения стоя;</li> <li>- скольжение на двух ногах с разбега;</li> <li>- повороты направо и налево во время скольжения, торможения;</li> <li>- скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.</li> </ul> <p><i>Катание на двухколесном велосипеде, самокате:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.</li> </ul>
<b>Спортивные игры</b>	<p><i>Городки:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение;</li> <li>- построение 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.</li> </ul> <p><i>Элементы баскетбола:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча);</li> <li>- перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; - ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон;</li> <li>- забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча;</li> <li>- ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.</li> </ul> <p><i>Элементы футбола:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте;</li> <li>- ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота;</li> <li>- играть по упрощенным правилам.</li> </ul> <p><i>Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы;</li> <li>- прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой;</li> <li>- ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними;</li> <li>- забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева);</li> <li>- попадание шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.</li> </ul>

	<p><i>Бадминтон:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.</li> </ul> <p><i>Элементы настольного тенниса:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену);</li> <li>- подача мяча через сетку после его отскока от стола.</li> </ul>
<b>Активный отдых:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации;</li> <li>- физкультурные праздники 2 раза в год, в соответствии с календарно-тематическим планом дошкольной образовательной организации;</li> <li>- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с календарно-тематическим планом, годовым планом работы;</li> <li>- туристские прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 3 км (в оба конца) в теплый период года, и от 1 до 2 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 2,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20-30 минут).</li> </ul>

**Целевые ориентиры к концу 7-го года жизни:**

- ребенок результативно, уверенно, технически точно, выразительно с достаточной амплитудой и усилием выполняет физические упражнения, музыкально-ритмические упражнения и их комбинации с пособиями и без, осваивает элементы спортивных игр по возрасту, проявляет психофизические качества, меткость, глазомер, сохраняет равновесие, правильную осанку, свободно ориентируется в пространстве без ориентиров;
- осуществляет самоконтроль, может дать оценку выполнения упражнений другими детьми;
- проявляет двигательное творчество, может придумать комбинации движений в общеразвивающих упражнениях и подвижных играх, с удовольствием импровизирует;
- активно и с желанием участвует в подвижных играх и эстафетах, проявляет инициативу, может их самостоятельно организовать и провести со сверстниками и младшими детьми;
- проявляет инициативу, находчивость, морально-нравственные и волевые качества (смелость, честность, взаимовыручка, целеустремленность, упорство и др.), оказывает помощь товарищам, стремится к личной и командной победе, демонстрирует ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- имеет начальные представления о правилах здорового образа жизни, мерах укрепления здоровья и профилактики, организме человека, владеет навыками личной гигиены, может определить и описать свое самочувствие, знает, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье;

- имеет представление о некоторых видах спорта и спортивных достижениях, соблюдает правила безопасного поведения в двигательной деятельности и во время пеших туристских прогулок и экскурсий;
- стремится оказать помощь и поддержку больным людям, заботливо относится к своему здоровью и здоровью окружающих.

Содержание образовательной деятельности в рамках ОО «Физическое развитие» реализуется в соответствии с ФОП, с опорой на учебно-методический комплекс к программе «От рождения до школы». Для обучения спортивным играм и упражнениям, музыкально-ритмическим движениям, освоения навыков туристических походов, используются следующие методические пособия:

1. Белая К. Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).
2. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004.
3. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона. – М., ФиС., 1987.
4. Глосович Б., Постников А. Бадминтон для детей. М: Просвещение, 1962.
5. Гришин В. Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
6. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт», 2022 г.
7. Павлова Т.Н. Обучение плаванию детей дошкольного возраста. – М.: 2012.
8. Борисова М7М7, Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017.
9. Адашкявичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва «Просвещение» 1992 г.
10. Козак О.Н., «Зимние игры для больших и маленьких», Санкт-Петербург «Союз» 1999 г.
11. Саулина Т. Ф. Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения (3-7 лет).
12. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
13. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года).
14. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет).
15. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет).
16. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет).
17. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
18. Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.

### ***2.2.6. Содержание части, формируемой участниками образовательных отношений***

Программа «Уроки здоровья» разработана на основе валеологических занятий для дошкольников авторов: М.П. Павловой и М.С. Лысогорской. Авторы в увлекательной форме предлагают отправиться в незабываемое путешествие в Страну «ЗДРАВЛЯНДИЮ». В этой стране много докторов, которые дают здоровье ежедневно, бескорыстно и всем без выбора. Это «Доктор Свежий воздух», «Доктор Вода», «Доктор Здоровая Пища», «Доктор Сон», «Доктор Упражнение», «Доктор Любовь», «Доктор Красивая Осанка». С веселой речевкой - «В путь дорогу собирайся, за здоровьем отправляйся!» - мы начинаем наше продолжительное (2 года) путешествие на встречу к жителям Страны «Здравляндии» - «Здоровичкам». Девиз: «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу!» Через игру, сказку, практические действия дети

узнают о строении своего организма, о функциях отдельных органов человека, о профилактике различных заболеваний, научатся правильно дышать, познают уроки самомассажа, познакомятся с понятиями «Здоровая пища», «Здоровый сон», «Полезные и вредные привычки» и другие.

Постоянными спутниками станут - подвижные, сюжетно-ролевые, дидактические и пальчиковые игры, музыкально-динамические паузы, ритмические танцы, творческая импровизация для наиболее полного самовыражения ребенка в познавательной и двигательной активности. В основе планирования лежит принцип концентризма: основные темы «Уроков здоровья» проводятся на протяжении двух лет с расширением и углублением знаний детей с учетом их возраста. Начиная со 2-го года валеологического воспитания детей (6-7 лет), активно будет использоваться метод проектов.

Совместная деятельности «Уроки здоровья» соответствует следующим требованиям:

- использование новейших достижений науки и практики;
- реализация в оптимальном соотношении всех дидактических принципов;
- обеспечение условий для развития познавательной деятельности;
- установление интегративных связей;
- мотивация и активизация познавательной деятельности ребенка;
- логика
- эмоциональный компонент
- тщательное прогнозирование, проектирование и планирование.

### **Формы, способы, методы и средства валеологического воспитания**

<i>Название метода</i>	<i>Содержание метода</i>	<i>Значимость</i>
<i>Метод повышения познавательной активности</i>	Элементарный анализ, установление причинно-следственных связей, моделирование и конструирование ситуаций, решение логических задач.	Использование данного метода позволит детям, опираясь на ранее приобретенные знания, сравнивать сопоставлять отдельные факты путем рассуждений, умозаключений. Дети смогут высказывать свои мысли, сомнения, следить за ответами товарищей, соглашаться или спорить.

<i>Метод повышения эмоциональной активности</i>	Основной прием- пример взрослого, а также элементы творчества и новизны, игровые и воображаемые ситуации, юмор и шутка.	Личная позиция педагога в отношении ЗОЖ является важным условием заинтересованности детей, их эмоционального восприятия.
<i>Метод обучения и развития творчества</i>	Эмоциональная насыщенность окружения, мотивирование детской деятельности, исследование предметов живой и неживой природы(обследование), прогнозирование, предположение, гипотезу.	Данный метод способствует более яркому восприятию предлагаемого материала, проявлению заинтересованности, раскрепощенности, чувства доверия .
<i>Словесные методы</i>	Рассказ, беседа, чтение художественных произведений, стихотворений, разучивание слогонов о здоровом образе жизни, словотворчество (сочинение считалок, сказок, стихов, речевок о здоровье и ЗОЖ)	Знакомство с художественными произведениями валеологического характера позволит детям осмыслить ценности здорового образа жизни, вызвать живой эмоциональный отклик. Словотворчество – позволит ребятам творчески подойти к вопросам здоровья, даст возможность проявить фантазию, рассуждение, сочинительскую способность.
<i>Наглядные методы</i>	Наблюдение, рассматривание, картин, муляжей, схем, пособий, просмотр мультфильмов	Для ребят подобрана картотека обучающих мультимедийных презентаций, пособий, иллюстраций, в результате чего у детей будет возможность изучить валеологические понятия полноценно и разносторонне.
<i>Практические методы</i>	Физические упражнения, спортивные танцы, ритмическая гимнастика, подвижные, дидактические игры, музыкально- динамические паузы, элементарные физиологические опыты и эксперименты.	Благодаря данному методу значительно повысится двигательная активность детей, а значит - профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата. А также ребятам доведется примерить на себя роль «Профессора-экспериментатора», где опытным путем ребенок решит проблемную ситуацию.

Деятельность по валеологическому воспитанию состоит из 4 разделов, каждый из которых делится на 4 темы.

## I. «Здоровье»

## II. «Гигиена человека»

## III. «Тело человека»

## IV. «Я - человек»

**Раздел «Здоровье»** ставит перед собой задачи ознакомления детей с составляющими понятия здоровья: утренняя гимнастика, режим дня, занятия физкультурой и спортом, гигиена, прогулки на свежем воздухе, здоровый сон, правильное питание, положительные эмоции, закаливание. Из этого раздела дети узнают о причинах возникновения болезней и способов их профилактики, о полезных и вредных продуктах, о пользе витаминов, а также о полезных и вредных привычках человека.

**Второй раздел «Гигиена человека»** предполагает сформировать у детей элементарные гигиенические умения и навыки. Как правильно ухаживать за зубами, кожей, волосами, как водой и мылом можно предупредить различные болезни, закаливание организма водой, солнцем и воздухом.

**Третий раздел «Тело человека»** знакомит детей со строением тела человека, с функциями основных органов и систем, с тем, что необходимо человеку для нормального существования.

**Четвертый раздел «Я – человек»** ставит задачу формирования элементарных навыков оказания первой медицинской помощи, умение вести себя умело в экстремальных ситуациях, формирует навык безопасного поведения с незнакомыми людьми, на проезжей части, умение обращаться за помощью в службу милиции, скорой помощи, пожарную службу, выявляет причины возникновения экстремальных ситуаций, умение находить выходы из них.

Формирование представлений о здоровье и навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста – планомерный, последовательный и системный процесс. Поэтому каждая минута пребывания ребенка в детском саду, должна способствовать формированию у ребенка ценности здоровья.

***Деятельность, организованная в рамках работы кружка соответствует следующим требованиям:***

- использование новейших достижений науки и практики;
- реализация в оптимальном соотношении всех дидактических принципов;
- обеспечение условий для развития познавательной деятельности;
- установление интегративных связей;
- мотивация и активизация познавательной деятельности ребенка;
- логика
- эмоциональный компонент
- тщательное прогнозирование, проектирование и планирование.

### Методы валеологического воспитания

1. Метод повышения познавательной активности (проф. Н.Н.Поддъяков, А.Н.Клюев)

- элементарный анализ, установление причинно-следственных связей, метод моделирования и конструирования, решение логических задач и др.
- 2. Метод повышения эмоциональной активности (проф. С.А.Смирнов) - элементы творчества и новизны, игровые и воображаемые ситуации, юмор и шутка и др.
- 3. Методы обучения и развития творчества (проф. Н.Н.Поддъяков) – эмоциональная насыщенность окружения, мотивирование детской деятельности, исследование предметов живой и неживой природы (обследование), прогнозирование, предположение, гипотезу и др.
- 4. Словесные методы: рассказ педагога, детей, беседа, чтение художественных произведений.
- 5. Наглядные методы: наблюдение, рассматривании картин, таблиц, муляжей, схем, слайды, мультфильмы, презентации.
- 6. Практические методы: упражнения, элементарные физиологические опыты.

### **2.3. Основные требования по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»**

При реализации рабочей программы по физическому развитию в образовательной деятельности, в режимных моментах, при организации активного отдыха, туристических походах и прогулках педагоги ДОО особое внимание уделяют следующим аспектам:

#### ***1-младшая группа (ранний возраст)***

- формированию умения выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений)
- созданию условий для развития психофизических качеств, координации и ориентировки в пространстве;
- формированию умения слышать указания педагога, реагировать на зрительный и звуковой сигналы, начинать и заканчивать движение по сигналу, соблюдать элементарные правила в подвижных играх;
- организации активного отдыха, приобщению детей к ЗОЖ, овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитанию полезных для здоровья привычек.

#### ***2-я младшая группа***

- формированию умения выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях;
- выполнять ОРУ, музыкально-ритмические упражнения;
- созданию условия для освоения ОВД и спортивных упражнений, организации подвижных игр, помощи детям выполнять движения естественно, согласованно, сохраняя равновесие;
- формированию умения слышать указания педагога, принимать исходные положения, реагировать на зрительный и звуковой сигналы, начинать и заканчивать движение по сигналу, соблюдать правила в подвижных играх;
- организации активного отдыха, приобщению детей к ЗОЖ, овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитанию полезных для здоровья привычек.

#### ***Средняя группа***



- формированию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств;
- обучению точно принимать исходные положения, поддержанию стремления соблюдать технику выполнения упражнений, правил в подвижных играх;
- умению слушать и слышать указания педагога, ориентироваться на словесную инструкцию и зрительно-слуховые ориентиры;
- развитию умения использовать движения в самостоятельной двигательной деятельности, импровизировать, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками, проявлять целеустремленность и упорство в достижении цели;
- овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формированию представлений о правилах поведения в двигательной деятельности, закреплению полезных привычек, способствующих укреплению и сохранению здоровья.

#### ***Старшая группа***

- развитию и совершенствованию двигательных умений и навыков, психофизических качеств и способностей, обогащению двигательного опыта детей разнообразными физическими и музыкально-ритмическими упражнениями;
- поддержке детской инициативы, формированию стремления творчески использовать упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;
- закреплению умения самостоятельно точно, технично выразительно выполнять упражнения под счет, ритм, музыку, по показу и по словесной инструкции, осуществлять самоконтроль и самооценку выполнения упражнений;
- обучению подвижным играм, элементам спортивных игр, играм-эстафетам;
- поощрению стремления выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил, преодолевать препятствия, проявлять нравственно-волевые качества, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками;
- расширению и закреплению представлений о здоровье, здоровом образе жизни, формированию элементарных представлений (на доступном уровне) об организме человека, о разных формах активного отдыха, включая туризм, формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности;
- организует для детей и родителей туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

#### ***Подготовительная группа***

- закреплению и совершенствованию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств и способностей;
- созданию условий для дальнейшего закрепления и совершенствования навыков выполнения ОВД и их комбинаций, ОРУ, спортивных упражнений, освоению элементов спортивных игр, игр-эстафет, музыкально-ритмических упражнений;
- обучению выполнять упражнения под счет, ритмично, в соответствии с разнообразным характером музыки, а также технично, точно, выразительно выполнять движения;
- обучению детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и оценку выполнения упражнений;
- поддержанию стремления творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности, организовывать и придумывать подвижные игры, ОРУ, комбинировать движения, импровизировать;

- приобщение детей к ЗОЖ: расширение и уточнение представлений о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, мерах профилактики болезней, поддержание интереса к физической культуре, спорту, активному отдыху, воспитание полезных привычек, осознанного, заботливого, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

#### 2.4. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		самостоятельная деятельность детей	образовательная деятельность в семье	Вариативные формы
непосредственно образовательная деятельность	образовательная деятельность в режимных моментах			
<p>Физкультурные занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сюжетно-игровые,</li> <li>- тематические,</li> <li>-классические,</li> <li>-тренирующие,</li> <li>- на улице,</li> <li>-походы.</li> </ul> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-с предметами,</li> <li>- без предметов,</li> <li>-сюжетные,</li> <li>-имитационные.</li> </ul> <p>Игры с элементами спорта. Спортивные упражнения Ритмика</p>	<p>Индивидуальная работа с детьми. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Утренняя гимнастика: -классическая, -игровая, -полоса препятствий, -музыкально-ритмическая, - имитационные движения. Физкультминутки. Динамические паузы. Минутки-здоровья. Подвижные игры. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Проблемные ситуации. Имитационные движения. Спортивные праздники и развлечения. Гимнастика после дневного сна: оздоровительная, коррекционная, полоса препятствий. Упражнения: корректирующие , классические, коррекционные.</p>	<p>Подвижные игры. Игровые упражнения. Имитационные движения.</p>	<p>Беседа Совместные игры. Походы. Занятия в спортивных секциях. Проектная деятельность</p>	<p>Сетевое взаимодействие: посещение бассейна «Молодость».</p>

Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

***Средства реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников***

При реализации рабочей программы для развития двигательной деятельности используются следующие средства:

- спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, технические средства обучения, оздоровительное, нестандартное оборудование, оборудование для спортивных игр и упражнений.

***Методы реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников***

При организации обучения двигательным навыкам, развития психофизических качеств и формирования основ здорового образа жизни традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование методов</b>	<b>Описание методов</b>
1.	<b><i>Наглядные методы:</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способности к сенсорике;</li> <li>- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);</li> <li>- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);</li> <li>- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).</li> </ul>
2.	<b><i>Вербальные методы (словесные):</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- направлены на активизацию сознания ребенка, формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных случаях;</li> <li>- название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т. д. активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствуют созданию более точных зрительных представлений о движении.</li> </ul>
3.	<b><i>Практические методы:</i></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений;</li> <li>- применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закреплению двигательных навыков и умений;</li> <li>- закреплению двигательных навыков и развитие физических качеств в изменяющихся</li> </ul>

		условиях; - при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.). Соревновательный метод повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях.
4.	<b>Информационно-рецептивный метод:</b>	- предъявление информации, организация действий ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагогов или детей, чтение).
5.	<b>Репродуктивный метод:</b>	- создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца воспитателя, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель).
6.	<b>Метод проблемного изложения:</b>	- постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений.
7.	<b>Эвристический метод (частично-поисковый):</b>	- проблемная задача делится на части – проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях).
8.	<b>Исследовательский метод:</b>	- составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование).

Выбор форм, методов, средств реализации рабочей программы по физическому развитию воспитанников основан на адекватных образовательным потребностям предпочтениях детей. Их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает вариативность средств реализации рабочей программы.

## 2.5. Взаимодействие педагогов

Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность физического развития детей, является взаимодействие всех участников образовательного процесса – администрации ДОО, инструктора по физической культуре, воспитателей, педагога-психолога, музыкального руководителя, родителей (см. Приложение б: «План работы со специалистами ДО»)

### **Взаимодействие с администрацией ДОО.**

Заведующий детским садом, и старший воспитатель обеспечивают организацию образовательного процесса в ДОО, повышение профессиональной компетенции специалистов, а также организуют взаимодействие с семьями воспитанников и различными социальными партнёрами.

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

В начале учебного года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются карты здоровья, физического развития детей.

### ***Взаимодействие с воспитателями***

Инструктор по физической культуре оказывает консультативную помощь воспитателям по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО «Физическое развитие», работу с родителями по данному направлению.

В образовательной деятельности инструктор по физической культуре проводит занятие, воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, оказывает помощь детям при выполнении упражнений, страховку.

### ***Взаимодействие с музыкальным руководителем***

Музыка является одним из средств физического воспитания. Она положительно воздействует на эмоции детей, создает хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике, способствует развитию внимания, чувства ритма.

Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыкальный материал для использования на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, досугах и развлечениях, праздниках. На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разученные на музыкальных занятиях.

### ***Взаимодействие с педагогом-психологом***

Дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, поэтому необходимо сотрудничество с педагогом- психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с невротами и другими нервно-психическими расстройствами.

В физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

### ***Взаимодействие с младшим воспитателем***

Способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований при организации работы по физическому развитию дошкольников.

**План работы со специалистами ДОО  
на 2023-2024 учебный год**

**План взаимодействия инструктора по физической культуре с учителем-логопедом**

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственный</b>
1.	Беседа с инструктором по физической культуре на тему: «Особенности речевого и психофизического развития детей с ЗПР и лёгкой умственной отсталости»	Октябрь	Учитель-логопед
2.	Консультация «Особенности речи и словесных инструкций педагога на физкультурном занятии»	Декабрь	Учитель-логопед
3.	Ознакомление инструктора по физической культуре с приёмами по формированию правильного речевого дыхания (длительность выдоха, дифференциация ротового и носового дыхания)	Февраль	Учитель-логопед
4.	Подбор методической литературы, пособий и репертуара для обеспечения эффективного взаимодействия учителя-логопеда и инструктора	В течении года	Учитель-логопед, инструктор по физической культуре
5.	Помощь учителя-логопеда в подготовке спортивных праздников (подбор игр-речь с движениями)	В течении года	Учитель-логопед
6.	Индивидуальная беседа с инструктором по физической культуре о динамике развития двигательной активности детей с ЗПР и лёгкой умственной отсталости	В течении учебного года	Учитель-логопед

**План взаимодействия инструктора по физической культуре с музыкальным руководителем**

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственный</b>
1.	Подбор музыки для исполнения её в образовательной деятельности в режимных моментах (утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры и т.д.)	В течении года	Музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре
2.	Закрепление танцевальных шагов в физкультурных занятиях	В течении года	Инструктор по физической культуре
3.	Подбор игр соревновательного характера для музыкальных	В течении года	Музыкальный руководитель,

	праздников		инструктор по физической культуре
4.	Помощь в подготовке и проведении праздников	В течении года	Инструктор по физической культуре
5.	Использование на физкультурных занятиях, танцевальных шагов: боковой галоп, пружинящий шаг, приставной и переменный шаг	В течении года	Инструктор по физической культуре
6.	Подбор музыкального сопровождения для спортивных праздников и физкультурных досугов	В течении года	Музыкальный руководитель

### План взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогом-психологом

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Обследование уровня развития двигательной сферы детей, сформированности движений и пространственных представлений	Сентябрь- Май	Педагог-психолог, инструктор по физической культуре
2.	Беседа с инструктором «Диагностика интереса к физическим упражнениям»	Октябрь	Педагог-психолог
3.	Изучение психофизиологических особенностей детей	Октябрь	Педагог-психолог, инструктор по физической культуре
4.	Консультация для инструктора по физической культуре «Психолого-педагогические аспекты двигательного развития ребёнка»	Ноябрь	Педагог-психолог
5.	«О здоровье всерьёз» Помощь в подготовке консультации для проведения родительского собрания	Январь	Педагог-психолог, инструктор по физической культуре
6.	Консультация для инструктора по физической культуре «Развитие двигательных умений и навыков у дошкольников через подвижные игры»	Февраль	Педагог-психолог
7.	Ознакомление к внедрению комплексов упражнений, направленных на развитие координаций движений	В течении года	Педагог-психолог, инструктор по физической культуре

## План взаимодействия инструктора по физической культуре с воспитателями

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Ознакомление педагогов с результатами диагностики физической подготовленности детей	Сентябрь-Май	Инструктор по физической культуре
2.	Разработка рекомендаций и по индивидуальной работе на учебный год и на летний период с детьми имеющими отклонение в состоянии здоровья (на основании тестовой диагностики)	Сентябрь-Май	Инструктор по физической культуре
3.	Проведение консультации по теме «Взаимодействие инструктора с педагогами ДОУ по вопросам физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья детей»	Сентябрь-Май	Инструктор по физической культуре
4.	Разработка сценариев для проведения физкультурных развлечений	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
5.	Составление картотек подвижных и малоподвижных игр на прогулке для детей	Октябрь	Инструктор по физической культуре
6.	Изготовление информационных буклетов о ЗОЖ	Октябрь-Ноябрь	Инструктор по физической культуре
7.	Подобрать комплексы утренних и после дневного сна гимнастик для детей	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
8.	Открытый показ физкультурного занятия с элементами русских народных подвижных игр для педагогов	Декабрь	Инструктор по физической культуре
9.	Мастер-класс «Будем здоровье укреплять»	Январь	Инструктор по физической культуре
10.	Конкурс «Лучший физкультурный уголок в группе»	Февраль	Воспитатели групп
11.	Пополнение развивающей предметно-пространственной среды в физкультурных уголках нестандартным физкультурным оборудованием	В течении года	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
12.	Проведение ознакомления педагогов с новой методической литературой по физкультурно-оздоровительному направлению	В течении года	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
13.	Участие в педагогических советах	В течении года	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп



## План взаимодействия с медицинским персоналом дошкольного учреждения МБДОУ «Чебурашка»

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Примечание
1.	Физическое развитие детей на начало учебного года: анализ медицинских карт, определение группы здоровья и индивидуальных нагрузок детей.	Сентябрь	Заполнение листов здоровья.
2.	Система закаливания в дошкольном образовательном учреждении. Гигиеническое обеспечение занятий по физической культуре. Оптимизация физической нагрузки на физкультурных занятиях (для часто болеющих детей).	Декабрь	Проверка врачом места проведения занятий.
3.	Подбор упражнений с целью профилактики заболеваний: сердечно-сосудистой и дыхательной системы. Профилактика плоскостопия, нарушения осанки.	Март	Присутствие врача (старшей медсестры) на физкультурных занятиях. Комплекс упражнений.
4.	Подведение итогов диагностики на конец учебного года. Рекомендации по охране здоровья в летний период.	Май	Памятка для родителей.

### 2.6. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

Коррекционно-развивающая работа и\или инклюзивное образование в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ и детей-инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении образовательной программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

Коррекционно-развивающая работа представляет собой комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития. Коррекционно-развивающую работу в ДОО осуществляет педагог-психолог, учителя - логопеды, другие педагоги (воспитатели, инструктор по физической культуре, и т.д.).

Реализация коррекционно-развивающей работы с обучающимися с ОВЗ и детьми - инвалидами согласно нозологическим группам, осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой ДО. Коррекционно-развивающая работа с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами (при наличии) предусматривает предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся, коррекцию нарушений психического и физического

развития средствами коррекционной педагогики, специальной психологии и медицины; формирование у обучающихся механизмов компенсации дефицитарных функций, не поддающихся коррекции, в том числе с использованием ассистивных технологий.

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

Образовательная деятельность в ДОО включает:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (предметной, игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, двигательной);

- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы ДОО.

Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность детей, педагога и детей, самостоятельная детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, педагог может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности.

Согласно требованиям СанПиН, в режиме дня ДОО предусмотрено время для проведения занятий.

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

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 ДОО. Самостоятельная деятельность детей протекает преимущественно в утренний отрезок времени и во второй половине дня.

В развитии детской инициативы и самостоятельности педагогу важно соблюдать ряд общих требований:

- развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений;
- создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
- постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно; постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;
- тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
- ориентировать детей на получение хорошего результата, своевременно обращать особое внимание на детей, проявляющих небрежность, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;
- дозировать помощь детям. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;

- поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

**1,5 – 3 года:** Приоритетная сфера инициативы: предметно - манипулятивная деятельность. Для поддержания инициативы ребенка 1,5-3 лет взрослым необходимо:

- постепенно расширять круг предметов, осваиваемых ребенком. Обеспечить богатство, разнообразие и изменчивость предметной среды.
- поддержать ребенка в его действиях посредством совместной игры, экспериментальных бесед. Проявлять радость действиям малыша.
- учитывать опыт ребенка. Сначала нужно понаблюдать за ребенком и определить какая помощь, и в какой мере ему нужна.
- «озвучивание» чувств и эмоций самого ребенка, которые он переживает.

**3-4 года:** Приоритетной сферой проявления детской инициативы является игровая и продуктивная деятельность. Для поддержание инициативы ребенка 3-4 лет взрослым необходимо:

- создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка;
- рассказывать детям о из реальных, а также возможных в будущем достижениях;
- отмечать и публично поддерживать любые успехи детей;
- всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять её сферу;
- помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей;
- способствовать стремлению научиться делать что-то и поддерживать радостное ощущение возрастающей умелости;
- в ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять действовать ему в своем темпе;
- не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности, используя в качестве субъекта критики игровые персонажи;
- учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;
- уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков;
- создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявлять любовь ко всем детям: выражать радость при встрече, использовать ласку и теплые слова для выражения своего отношения к каждому ребенку, проявлять деликатность и терпимость.

**4-5 лет:** Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, игровая деятельность со сверстниками. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относиться к их попыткам внимательно, с уважением;
- обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеваться и наряжаться, примеривать на себя разные роли.
- при необходимости осуждать негативный поступок ребенка с глаза на глаз, но не допускать критики его личности, его качеств;
- не допускать диктата, навязывания в выборе подвижных игр;
- обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнера, равноправного участника, но не руководителя игры;
- опираться на их желание во время занятий.

**5- 6 лет:** приоритетная сфера инициативы — внеситуативно-личностное общение.

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- создавать положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку;
- уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;
- создавать условия для разнообразной самостоятельной деятельности детей;
- при необходимости помогать детям в решении проблем организации игры;
- создавать условия и выделять время для дополнительных занятий спортом, физической культуры.

**6-7 лет:** приоритетная сфера инициативы — научение. Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования двигательной активности детей;
- спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, и т.п. Создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;
- обращаться к детям с просьбой показать педагогу и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого;
- поддерживать чувство гордости за свои успехи и удовлетворения его результатами;
- создавать условия для разнообразной спортивной деятельности детей;
- при необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры;
- реализовывать пожелания и предложения детей;
- создавать условия и выделять время для дополнительной двигательной активности детей по их интересам.

## 2.9. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках ОО «Физическое развитие»

Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников ДОО является «установление доверительного делового контакта» между семьёй и ДОО.

Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьёй, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями.

В соответствии с ФОП в ДОО организована система профессиональной поддержки и помощи родителям (законным представителям) в воспитании и обучении детей, охране и укреплении их здоровья, состоящая из консультативных, просветительских, обучающих направлений работы педагогов ДОО.

### План работы с семьями воспитанников на 2023-2024 учебный год

#### План взаимодействия инструктора по физической культуре с родителями детей младшего и среднего дошкольного возраста

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Консультация «Чего нельзя делать в дошкольном возрасте»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
2.	Выступление на родительском собрании с темой: О физкультурно-оздоровительной работе, проводимой с детьми в течении учебного года	В течении года	Инструктор по физической культуре
3.	Выставка рисунков с родителями «Осенняя спортивная пора»	Октябрь	Инструктор по физической культуре
4.	Консультация «Весёлая физкультура в семье»	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
5.	Организовать информационную галерею-стендов «Физическое развитие дошкольников»	Декабрь	Инструктор по физической культуре
6.	Предоставление наглядной информации: на стенде «Физкульт-новости» (фото, картинки, дипломы)	В течении года	Инструктор по физической культуре
7.	Индивидуальные рекомендации и беседы по физическому развитию	В течении года	Инструктор по физической культуре
8.	Консультация «Спортивный уголок дома»	Февраль	Инструктор по физической культуре
9.	Физкультурные досуги согласно перспективному плану для детей	В течении года	Инструктор по физической культуре
10.	Консультация на тему «Спортивные игры на свежем воздухе в весенний период для родителей с детьми»	Март	Инструктор по физической культуре

11.	Пополнение развивающей предметно-пространственной среды в физкультурных уголках нестандартным физкультурным оборудованием	В течении года	Инструктор по физической культуре, воспитатели групп
12.	Выставка семейных рисунков «Мы спортивная семья»	Апрель	Инструктор по физической культуре
13.	Консультация «Летний отдых и оздоровление детей»	Май	Инструктор по физической культуре

**План взаимодействия инструктора по физической культуре с родителями  
детей старшего дошкольного возраста**

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Сроки</b>	<b>Ответственный</b>
1.	Консультация на тему «Роль семьи в воспитании ЗОЖ»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
2.	Выступление на родительском собрании с темой: О физкультурно-оздоровительной работе, проводимой с детьми в течении учебного года	В течении года	Инструктор по физической культуре
3.	Консультация «Подвижные игры с правилами»	Октябрь	Инструктор по физической культуре
4.	Подготовка и изготовление пособий к физкультурным занятиям и развлечениям	В течении года	Инструктор по физической культуре
5.	Консультация «Профилактика плоскостопия»	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
6.	Проведение Дни открытых занятий (посещение физкультурных занятий)	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
7.	Предоставление наглядной информации: на стенде «Физкульт-новости» (фото, картинки, дипломы)	В течении года	Инструктор по физической культуре
8.	Консультация «Как выбрать спортивную секцию»	Декабрь	Инструктор по физической культуре
9.	Оформление спортивного стенда с информацией для родителей и воспитателей	Декабрь	Инструктор по физической культуре
10.	Индивидуальные рекомендации и беседы по физическому развитию	В течении года	Инструктор по физической культуре
11.	Консультация «Как выбрать вид спорта»	Январь	Инструктор по физической культуре
12.	Физкультурные досуги и спортивные праздники согласно перспективному плану для детей	В течении года	Инструктор по физической культуре
13.	Консультация на тему «Спортивные игры на свежем воздухе в зимний период для родителей с детьми»	Февраль	Инструктор по физической культуре
14.	Привлечение родителей к участию спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях	В течении года	Инструктор по физической культуре
15.	Пополнение развивающей предметно-пространственной среды в	В течении года	Инструктор по физической культуре,

	физкультурных уголках нестандартным физкультурным оборудованием		воспитатели групп
16.	Консультации «Совместные занятия спортом детей и родителей»	Март	Инструктор по физической культуре
17.	Предоставления рекомендаций по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста, в групповые уголки	В течении года	Инструктор по физической культуре
18.	Развлечение непосредственного вовлечения родителей в образовательный и воспитательный процесс ДОО на основе создания совместных образовательных проектов с целью дальнейшей успешной социализации воспитанников	В течении года	Инструктор по физической культуре
19.	Спортивное мероприятие «День здоровья вместе с нами»	Апрель	Инструктор по физической культуре
20.	Консультации «Летний отдых и оздоровление детей»	Май	Инструктор по физической культуре

### 3. Организационный раздел

#### 3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды и фактор, мощно обогащающий развитие детей. Развивающая предметно-пространственная среда ДОО выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

Развивающая предметно-пространственная среда представляет собой единство специально организованного пространства как внешнего (территория ДОО), так и внутреннего (групповые, специализированные, технологические, административные и иные пространства), материалов, оборудования, электронных образовательных ресурсов и средств обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, материалов для организации самостоятельной творческой деятельности детей. Развивающая предметно-пространственная среда ДОО создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда ДОО создано как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

*При проектировании развивающей предметно-пространственной среды ДОО учтены:*

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно- климатические условия, в которых находится ДОО;
- возраст, опыт, уровень развития детей и особенностей их деятельности, содержание воспитания и образования;
- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО, участников сетевого взаимодействия и т.п.).

*Для проведения разных видов двигательной деятельности в ДОО имеется:*

- совмещенный музыкально-спортивный зал
- физкультурные центры в групповых помещениях

### **3.2. Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»**

Для реализации образовательной программы в ДОО в соответствии с ФОП созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы по физическому развитию;
- выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов для обеспечения безопасного нахождения воспитанников на территории ДОО, в групповых и других помещениях, необходимых для образовательной деятельности, проведения режимных моментов, сна и отдыха;
- выполнение ДОО требований пожарной безопасности и электробезопасности;
- выполнение ДОО требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО;
- возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе детей-инвалидов к объектам инфраструктуры ДОО.

При проведении закупок спортивного оборудования, инвентаря ДОО руководствуется нормами и законодательством РФ.

#### **Используемые материалы:**

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, Приказ Министерства просвещения от 25. 11. 2022 г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) Приказ Министерства образования и науки от 17 октября 2013 г. № 1155
3. СанПиН – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
4. Основная образовательная программа МБДОУ «Чебурашка».
5. Инновационная программа дошкольного образования./ Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – 6-е изд. исправ. и доп.-М: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. – с. 336.
6. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста/Сост. Н.А. Ноткина, Л.И. Казьмина, Н.Н. Бойнович.-Спб.: Изд-во Акцидент, 1995.-36 с.
7. Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Вторая группа раннего возраста. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2017. – 88 с.



8. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3-4 лет. – М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -112 с.
9. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. – М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -160 с.
10. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет. – М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -192 с.
11. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет. – 2-изд. исправ. и доп.. - М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2020. -160 с.
12. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятия с детьми 2-7 лет. – 2-изд. исправ. и доп.. - М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -168 с.

**Для обучения спортивным играм и упражнениям, музыкально-ритмическим движениям, освоения навыков туристических походов, используются следующие методические пособия:**

1. Адашкявичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва»Просвещение» 1992г.
2. Белая К.Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).
3. Борисова М.М., Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017.
4. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
5. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей 3-7 лет. Издательство «ГНОМ и Д», 2004.
6. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона. – М., ФиС., 1987.
7. Гришин В.Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
8. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт», 2022г.

**Перечень спортивного оборудования и инвентаря  
для реализации двигательной деятельности**

№	Наименование оборудования	Количество
<b>Для физкультурного зала</b>		
1.	Мешочки для метания с гранулами (4 цвета) 100–120 г	30
2.	Кегли	25
3.	Кубики	25
3.	Корзины для спортивного инвентаря	2

4.	Флажки разноцветные	80
5.	Мячи резиновые (диаметр 15 см.)	20
	Мячи резиновые (диаметр 20 см.)	20
6.	Мячи резиновые (диаметр 5 см.)	22
6.	Мячи – массажеры	25
7.	Обруч желтый (диаметр 57 см. )	11
	Обруч желтый (диаметр 66см. )	14
	Обруч полосатый (диаметр 66 см.)	12
8.	Мяч-фитбол для гимнастики (диаметр не менее 45 см)	10
9.	Палки гимнастические	26
10.	Мат (длина 2м, ширина – 1 м)	1
11.	Косынки цветные для эстафет (синие и красные)	70
12.	Сухой бассейн для зала с комплектом шаров (диаметр бассейна не менее 2 м, шаров диаметром 8 см не менее 2100 шт.)	1
13.	Модульное мягкое бревно (зеленого цвета)	2
14.	Коврик массажный 25 x 25 см резиновый	20
15.	Комплект следочков ладоней и ступней (по 6 пар) из мягкого пластика с шипами	1
16.	Коврик со следочками (в чехле комплект из 3 отдельных ковриков 250 x 42 см с фиксированным расположением следочков: стопа, ладонь, колено, носок, пятка; для отработки различных способов ходьбы)	2
17.	Баскетбольная стойка с регулируемой высотой	2
18.	Коррекционно-развивающий многофункциональный спортивно-игровой набор (монолитные крупногабаритные пластиковые элементы с различным рифлением: 2 дуги диаметром 63 см, 2 дуги диаметром 43 см, Т-образный элемент, доска, горка, соединительные и противоскользящие элементы; для профилактики плоскостопия, развития сенсорики, разных видов движений)	1
19.	Гимнастические скамейки	2
20.	Гимнастическая лестница	2
21.	Стойки для подлезания (деревянные) «Радуга»	2
22.	Канат	1

23.	Шнур длинный – 6 метров	1
24.	Тоннель мягкий, модульный	2
25.	Тоннель тряпичный на обруче	2
26.	Конусы оранжевые	6
27.	Набор указателей к спортивно-игровому набору (40 цветных дисков с изображением геометрических фигур, цифр, стрелок)	1
28.	Гимнастический набор № 1 для построения полосы препятствий и развития основных движений (в сумке 10 подставок 23 x 23 x 30 см, 10 круглых палок длиной 70 см диаметром 2,5 см, 3 плоских обруча)	1
29.	Набор крепежных клипс к гимнастическому набору	1
30..	Гимнастический набор № 2 для построения полосы препятствий и развития основных движений (в сумке 4 планки 100 x 15 x 2,5 см, 5 кирпичей-подставок 30 x 15 x 10 см, 16 соединительных трубок)	1
31.	Обруч пластмассовый плоский диаметром 65 см (5 шт.)	2
32.	Обруч пластмассовый плоский диаметром 50 см (5 шт.)	2
33.	Обруч пластмассовый плоский диаметром 35 см (10 шт.)	2
34.	Ходули - балансир 3 цветов	3
35.	Комплект из 8 пупырчатых дорожек 3 цветов	1
36.	Комплект из 8 ребристых ковриков 8 цветов	1
37.	Тактильная дорожка из прямых и изогнутых пластиковых элементов с выпуклой поверхностью с шипами	1
38.	Спирометр	1
39.	Плантограф	1
40.	Динамометр	1

### 3.3. Методическое обеспечение части, формируемой участниками образовательных отношений

1.	Авторская настольно-дидактическая игра «Путешествие в Здравляндию» (для выявления знаний, умений и навыков ЗОЖ у детей старшего дошкольного возраста).	1
2.	Авторская настольно-дидактическая игра для детей старшего дошкольного возраста «Как? Зачем? Почему? в стране Здоровичков»	1
3.	Авторская настольно-дидактическая игра для детей младшего дошкольного возраста «Угадай, чей нос»	1
4.	Авторская настольно-дидактическая пособие для детей старшего дошкольного возраста «Что мы знаем о Хоккее?»	1

5.	Дидактические карточки «Как устроен человек»; «Тело человека»	2
6.	Детские массажеры «Грабельки»	10
7.	Информационные плакаты: «Как устроен человек», «Внутреннее строение человека», «Правильная осанка», «Закаливание – путь к здоровью», «Виды спорта», «День Здоровья»	11
8.	Игровой комплект «Доктор»;	1
9.	Картотека мультимедийных презентаций: «Путешествие в Здравляндию» (первая ознакомительная встреча), «Если хочешь быть здоров», «Поговорим о болезнях», «Микробы», «Где живут витамины?», «Жевательная резинка», «Основы здоровья», «Откуда я взялся?», «Спорт. Виды спорта», «Каша – сила наша», «Правильное питание», «Полезные и вредные привычки»	1
10.	Макеты: «Череп», «Строение зуба»;	2
11.	Наборы гигиенических предметов;	1
12.	Нетрадиционное оздоровительное оборудование (наборы) для формирования правильной осанки, коррекции плоскостопия: «Корона», «Акваланг», «Ортопедические гвозди и гайки»;	3
13.	Настольно-дидактические игры: «Изучаем свое тело», «Валеология или здоровый малыш»;	2
14.	Продуктовые корзины «Полезные продукты», «Вредные продукты»;	2
15.	Ростомер «Антошка» с изображением внутренних органов;	1
16.	Развивающий набор для 8 экспериментов изучения анатомии «Секреты человеческого тела» (лупы, пипетки; тонометр);	1
17.	Набор для переливания крови;	1
18.	Учебное пособие «Доктор Зубастик»	1
19.	Энциклопедия для детей «Как устроено тело человека» (выпуски с 1-ого – по 30-ый) М.,	20

### 3.4. Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОУ

Согласно пункту 2.10 СанПиН при организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО соблюдаются следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья;
- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО;
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Проведение спортивных соревнований туристических походов, занятий в плавательных бассейнах обеспечиваются присутствием медицинского работника. Проведение

туристических походов с выходом за территорию ДОО оформляются приказом заведующего ДОО, в соответствии с нормативными актами, разработанными в ДОО.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

### 3.5. Расписание НОД по физическому развитию дошкольников

День недели	1,5-3 лет	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
<b>Вторник</b>	10.00-10.10- физическое развитие на свежем воздухе	10.15 – 10.30 - физическое развитие на свежем воздухе	10.35 – 10.55 - физическое развитие на свежем воздухе	11.35 – 12.00 - физическое развитие на свежем воздухе	11.00 – 11.30 - физическое развитие на свежем воздухе
<b>Среда</b>	9.00-9.10 – физическое развитие (гр. № 5)	9.25 – 9.40 - физическое развитие	9.50- 10.10 –физическое развитие	10.20 – 10.45 – физическое развитие	11.50 – 12.20 – физическое развитие
<b>Пятница</b>	9.00 -9.10 – физическое развитие (гр. № 5)	9.25 – 9.40 - физическое развитие	9.50- 10.10 –физическое развитие	10.20 – 10.45 – физическое развитие	11.50 – 12.20 – физическое развитие

### 3.6. Сетка образовательной деятельности вне НОД

День недели	1,5-3 лет	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
<b>Понедельник</b>	8.00-8.10 – утренняя гимнастика в группе	8.00-8.10 – утренняя гимнастика в спортзале	8.00-8.10 – утренняя гимнастика спортзале	8.00-8.10 – утренняя гимнастика в спортзале 10.15 -12.20 посещение бассейна «Молодость» 16.00 – 16..25 – совместная деятельность «Уроки здоровья»	8.00-8.10 – утренняя гимнастика в спортзале 10.15 -12.20 посещение бассейна «Молодость» 16.30 – 17.00 - совместная деятельность «Уроки здоровья»
<b>Вторник</b>	8.00-8.10 – утренняя гимнастика в группе	8.00-8.10 – утренняя гимнастика в спорт зале	8.10-8.20 – утренняя гимнастика в спортзале	8.20-8.30 – утренняя гимнастика в спортзале	8.30-8.40 – утренняя гимнастика спортзале
<b>Среда</b>	8.00-8.10 – утренняя гимнастика в группе	8.00-8.10 – утренняя гимнастика в зале	8.10-8.20 – утренняя гимнастика в зале	8.20-8.30 – утренняя гимнастика в зале	8.30-8.40 – утренняя гимнастика в зале
<b>Четверг</b>	8.00-8.10 – утренняя гимнастика в группе	8.00-8.10 – утренняя гимнастика в зале 9.55 – 10.10 - совместная деятельность «Уроки здоровья для малышей»	8.10-8.20 – утренняя гимнастика в спортзале 9.30 – 9.50 – совместная деятельность «Уроки здоровья для малышей»	8.20-8.30 – утренняя гимнастика в спортзале	8.30-8.40 – утренняя гимнастика в спортзале
<b>Пятница</b>	8.00-8.10 – утренняя гимнастика в группе	8.00-8.10 – утренняя гимнастика в зале	8.10-8.20 – утренняя гимнастика в зале	8.20-8.30 – утренняя гимнастика в зале	8.30-8.40 – утренняя гимнастика в зале

### 3.7. Двигательный режим

#### Организация двигательного режима

Формы организации	Младший возраст		Старший возраст	
	младшая	средняя	старшая	Подготовительная к школе
1	2	3	4	5
Организованная деятельность	7 ч в неделю	8 ч в неделю	10 и более ч в неделю	12 и более ч в неделю
Утренняя гимнастика	5-6 мин	6-8 мин	8-10 мин	10 мин
Гимнастика пробуждения	5-6 мин	5-8 мин	5-10 мин	5-10 мин
Подвижные игры	Не менее 2-4 раз в день			
	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин
Спортивные игры	-	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю		
Спортивные упражнения на прогулке	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю			
	10 мин	10 мин	15 мин	20 мин
Физкультурные упражнения на прогулке	Ежедневно с подгруппами			
	5-7 мин	8-10 мин	10 мин	15 мин
Физкультурные занятия	5 раз в неделю			
	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
Музыкальные занятия (часть занятия)	2 раза в неделю			
	3-5 мин	5 мин	7-10 мин	10 мин
Двигательные игры под музыку	5-10 мин 1 раз в неделю	10-15 мин 1 раз в неделю	15-20 мин 1 раз в неделю	25 мин 1 раз в неделю
Спортивные развлечения	1 раз в месяц			
	20 мин	20 мин	30 мин	30-35 мин
Спортивные праздники	2 раза в год			
	20-25 мин	20-25 мин	50-60 мин	50-60 мин
День здоровья	1 раз в квартал			
Неделя здоровья	2 раза в год			
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно индивидуально и подгруппами			

**Модель двигательного режима детей старшего дошкольного возраста**

<i><b>Виды и формы деятельности</b></i>	<i><b>Особенность организации</b></i>
<b>Физкультурно-оздоровительные занятия</b>	
Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале, 10-12 мин
Двигательная разминка во время перерыва между занятиями ( с преобладанием статических поз)	Ежедневно, 7-10 мин
физкультминутка	Ежедневно, по мере необходимости, 3-5 минут
Спортивный танец	2 раза в неделю
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно, во время утренней прогулки, 20-25 мин
Дифференцированные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно, во время вечерней прогулки, 12-15 мин
Прогулки-походы в лес (пешие)	1-2 раза в месяц, во время, отведенное для целевых прогулок, 30-60 мин
Пробежка по массажным дорожкам в сочетании с воздушными ваннами	Ежедневно, группами по 7-10 детей, проводятся после дневного сна, 5-7 мин
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения
<b>Учебные занятия</b>	
По физической культуре	2 раза в неделю, одно во время прогулки, 30-35 мин
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных способностей
<b>Физкультурно-массовые занятия</b>	
Неделя здоровья	2 раза в год (в начале января в конце марта)
Физкультурные праздники	2-3 раза в год, 50-90 мин
Физкультурный досуг	1 раз в месяц, 30-50 мин
<b>Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи</b>	
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях	Подготовка и проведение физкультурных досугов, праздников, дня здоровья, посещения открытых занятий



### Пояснение к двигательному режиму

Двигательный режим следует осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года. Рекомендуется использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику.

Объем двигательной активности детей 5-7 лет — 6-8 часов в неделю, с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы.

Для реализации двигательной деятельности детей используется оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок на участке в соответствии с возрастом и ростом ребенка. Ежедневно во время непрерывной непосредственно образовательной деятельности проводятся динамические паузы, физминутки, словесно — моторные игры для снятия напряжения.

### **3.8. Календарный план мероприятий, государственных и народных праздников, событий, праздничных и памятных дат**

<b>Месяц</b>	<b>Дата</b>	<b>Название</b>
<b>ЯНВАРЬ</b>	01 января	<b>Новый год. Всемирный день мира</b>
	03 января	<i>День русской матрешки</i>
	06 января	<i>Рождественский сочельник. Коляда</i>
	07 января	<b>Рождество</b>
	09 января	Неделя Святков
	10 января	Прощание с Ёлочкой
	11 января	<b>Международный день спасибо</b>
	13 января	<i>День российской печати</i>
	14 января	<i>Старый новый год</i>
	20 января	День пингвина
	25 января	Татьянин день, День счастливых снеговичков
	28 января	Международный день конструктора LEGO
	30 января	День Деда Мороза и Снегурочки
<b>ФЕВРАЛЬ</b>	02 февраля	День Ежа
	07 февраля	День рождения огнетушителя
	08 февраля	<i>День российской науки</i>
	09 февраля	Международный день пиццы
	10 февраля	День домового
	13 февраля	<i>Всемирный день радио</i>
	16 февраля	Праздник русского валенка
	20 февраля	<i>День русского богатыря</i>

	21 февраля	<b>Международный день родного языка</b>
	23 февраля	<b>День защитника Отечества</b>
	27 февраля	Международный день белого медведя
	28 февраля	День ухода Зимы
	28 февраля	Всероссийский день Снеговика
МАРТ	01 марта	День кошки в России
	03 марта	<b>Международный день детского телевидения и радиовещания</b>
	07 марта	Праздник бус (бусы на все вкусы) День тюльпанов
	08 марта	<b>Международный женский день</b>
	15 марта	День добрых дел
	16 марта	День цветных карандашей
	21 марта	<b>Всемирный день поэзии</b>
	22 марта	<b>Всемирный день воды (водных ресурсов)</b>
	25 марта	День улитки
	27 марта	<b>Всемирный день театра</b>
	30 марта	<b>День защиты Земли</b>
АПРЕЛЬ	01 апреля	День смеха
	02 апреля	Международный день детской книги
	05 апреля	Праздник талой воды
	07 апреля	<b>Всемирный день здоровья</b>
	11 апреля	День березы
	12 апреля	<b>День космонавтики</b>
	15 апреля	День экологических знаний
	19 апреля	День подснежника
	20 апреля	Международный день цирка
	21 апреля	Международный день пряника
	22 апреля	<b>Международный день Земли</b>
29 апреля	Всемирный день желаний	

МАЙ	01 мая	<b>Праздник Весны и Труда</b>
	03 мая	День Солнца
	04 мая	День птиц
	05 мая	<b>День салюта Победы</b>
	06 мая	<b>День голубя мира</b>
	08 мая	<b>Всемирный день Красной книги</b>
	09 мая	<b>День Победы</b>
	11 мая	Всемирный день перелетный птиц
	13 мая	Всемирный день одуванчика
	14 мая	День народной куклы
	15 мая	<b>День семьи</b>
	16 мая	День дымковской игрушки
	18 мая	День музеев
	19 мая	День русской печи
23 мая	День черепахи	
ИЮНЬ	01 июня	<b>Международный день детей</b>
	02 июня	Здравствуй, Лето!
	04 июня	День летней безопасности
	06 июня	Пушкинский день
	07 июня	Международный день сказок
	09 июня	Международный день друзей
	10 июня	Всемирный день мороженого
	12 июня	<b>День России</b>
	13 июня	День божьей коровки
	19 июня	Всемирный день детского футбола
	22 июня	<b>День Памяти и Скорби</b>
	23 июня	День балалайки
	24 июня	День ромашек
	26 июня	День радуги
	29 июня	День рождения Бабы-Яги
последнее воскресенье июня	<b>День города</b>	
ИЮЛЬ	01 июля	День песка
	05 июля	Летний день здоровья
	06 июля	День скакалки

	07 июля	<b>Праздник Ивана Купала</b>
	08 июля	<b>День семьи, любви и верности</b>
	11 июля	Всемирный день шоколада
	12 июля	День летних опытов и экспериментов
	14 июля	День рыбака
	16 июля	День рисования на асфальте
	20 июля	Международный день торта
	25 июля	Международный день коровы
	27 июля	День мяча
	29 июля	Международный день тигра
АВГУСТ	02 августа	День книжки-раскраски
	03 августа	День арбуза
	05 августа	Международный день Светофора
	07 августа	День раскрашенного камушка
	09 августа	Всемирный день книголюба
	10 августа	<b>День физкультурника</b>
	14 августа	Медовый Спас
	16 августа	День малинового варенья
	17 августа	День Самовара
	18 августа	День топора (прочитать сказку «Каша из топора»)
	19 августа	Яблочный Спас
	21 августа	День пластилинового лета
	22 августа	<b>День государственного флага РФ</b>
	23 августа	День фантика
	24 августа	День необычной музыки
	30 августа	До свидания, лето
СЕНТЯБРЬ	01 сентября	<b>День знаний</b>
	07. сентября	День барабанщиков
	11 сентября	День номера экстренного вызова
	14 сентября	Всемирный день оказания первой медицинской помощи
	15 сентября	Российский день леса
	21 сентября	Всемирный день чистоты
	22 сентября	Всемирный день без автомобиля
	27 сентября	<b>День воспитателя и всех дошкольных работников</b>
	29 сентября	Всемирный день сердца
	конец месяца	<b>Всероссийская неделя безопасности дорожного движения</b>

ОКТЯБРЬ	01 октября	<b>День пожилых людей</b>
	04 октября	Всемирный день животных
	09 октября	Всемирный день почты
	11 октября	Международный день девочек
	14 октября	День рождения Винни-Пуха
	15 октября	Всемирный день мытья рук
	16 октября	Международный день хлеба
	20 октября	<b>День отца</b>
	22 октября	Праздник «Белых журавлей»
	26 октября	Всероссийский день гимнастики
	28 октября	<b>День бабушек и дедушек</b>
НОЯБРЬ	01 ноября	День зубной щетки
	04 ноября	<b>День народного единства</b>
	08 ноября	<b>День Сибири</b>
	10 ноября	День сотрудника внутренних дел РФ
	12 ноября	Синичкин день
	13 ноября	Всемирный день доброты
	14 ноября	День логопеда
	16 ноября	Всемирный день рукоделия
	18 ноября	День рождения Деда Мороза
	20 ноября	<b>Всемирный день ребенка</b>
	22 ноября	День психолога
	25 ноября	<b>День рождения детского сада</b>
	последнее воскресеньеноября	<b>День матери</b>
	30 ноября	<b>День Государственного герба Российской Федерации, Всемирный день домашних животных</b>
ДЕКАБРЬ	01 декабря	1 день Зимы, Всероссийский день хоккея
	04 декабря	День заказа подарков Деду Морозу. Письма Деду Морозу
	05 декабря	День зимних сказок
	07 декабря	День зимовья зверей
	08 декабря	Ватный день
	09 декабря	<b>День героев Отечества в России</b>
	10 декабря	День зимней безопасности
	11 декабря	День зимних экспериментов
	12 декабря	<b>День Конституции Российской Федерации</b>
	13 декабря	День медведя в России. (Михайло Потаповича)

	14 декабря	День Наума Грамотника
	18 декабря	День снежинки
	20 декабря	День рождения Новогодней Елки
	22 декабря	<b>Праздник благодарности родителям «Спасибо за жизнь!»</b>
	24 декабря	Международный день зимних видов спорта
	25 декабря	<b>День государственных символов России</b>
	26 декабря	Международный день подарков
	31 декабря	<b>Новый год</b>

### 3.9. Планирование событий, праздников, мероприятий

<i>Месяц</i>	<i>Вторая группа ясельного возраста, младшая группа</i>	<i>Средняя группа</i>	<i>Старшая группа</i>	<i>Подготовительная к школе группа</i>
<b>Сентябрь</b>	<i>Развлечение</i> «Будем осень мы встречать»	<i>Развлечение</i> «К ежику в осенний лес»	<i>Развлечение</i> «Правила дорожного движения знай и всегда их выполняй»	
<b>Октябрь</b>	<i>Развлечение</i> «Осенние забавы с Лесовичком»	<i>Развлечение</i> «Осенние забавы с Лесовичком»	<i>Развлечение</i> «Осенний марафон»	
<b>Ноябрь</b>	<i>Развлечение</i> «Красный, желтый, зеленый»	<i>Развлечение</i> «Путешествие в «Светофорию»	<i>Развлечение</i> «Ловкие, сильные и смелые»	
<b>Декабрь</b>	<i>Развлечение</i> «Ура! Зима пришла!»	<i>Развлечение</i> «Зимние забавы»	<i>Развлечение</i> «Здравствуй Зимушка – Зима!»	<i>Развлечение</i> «На месте холодно стоять, будем дружно мы играть»
<b>Январь</b>	Неделя здоровья			
<b>Февраль</b>	<i>Спортивно-оздоровительный праздник</i> «Аты –баты, шли солдаты»	<i>Спортивно-оздоровительный праздник</i> «Скоро праздник всех солдат»	<i>Спортивно-оздоровительный праздник</i> «День защитника Отечества» - с родителями	

<b>Март</b>	<i>Развлечение</i> «Веселые воробышки»	<i>Развлечение</i> «Весеннее настроение»	<i>Развлечение</i> «Здравствуй, Масленица!»
<b>Апрель</b>	Неделя здоровья		<i>Спортивно-оздоровительный праздник</i> «В здоровом теле – здоровый дух»
<b>Май</b>	<i>Развлечение</i> «Светофорик – мой дружок»	<i>Развлечение</i> «Мой веселый звонкий мяч»	<i>Развлечение</i> «Весна – красна идет!»
<b>Июнь</b>	<i>Развлечение</i> «Лето, ах лето!»	<i>Развлечение</i> «Лето красное пришло - детям радость принесло!»	<i>Развлечение</i> «День защиты детей»
<b>Июль</b>	<i>Спортивно-оздоровительный праздник</i> «Водичка, водичка – умой мое личико!»	<i>Спортивно-оздоровительный праздник</i> «Иван Купала»	
<b>Август</b>	<i>Развлечение</i> «В огород мы пойдем – урожай весь соберем»	<i>Развлечение</i> «Сбор урожая»	<i>Развлечение</i> «Наш богатый урожай»

#### **Используемые материалы:**

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, Приказ Министерства просвещения от 25. 11. 2022 г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) Приказ Министерства образования и науки от 17 октября 2013 г. № 1155
3. СанПиН – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
4. Основная образовательная программа МБДОУ «Чебурашка».
5. Инновационная программа дошкольного образования./ Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. – 6-е изд. исправ. и доп.-М: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. – с. 336.
6. Т.А. Тарасова «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста». – М: Творческий центр «Сфера», 2006г.
7. Т.Э.Токарева, Л.М.Бояршинова «Технология физического развития детей 1-3 лет». – М: Творческий центр «Сфера»2018г.-208 стр.

8. Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. Вторая группа раннего возраста. – М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2017. – 88 с.
9. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3-4 лет. – М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -112 с.
10. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. – М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -160 с.
11. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет. – М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. -192 с.
12. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет. – 2-изд. исправ. и доп.. - М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2020. -160 с.
13. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятия с детьми 2-7 лет. – 2-изд. исправ. и доп.. - М.: МОЗАЙКА – СИНТЕЗ, 2021. - 168 с.
14. Адашкявичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва»Просвещение» 1992г.
15. Белая К.Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).
16. Борисова М.М., Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017.
17. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
18. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей 3-7 лет. Издательство «ГНОМ и Д», 2004.
19. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона. – М., ФиС., 1987.
20. Гришин В.Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
21. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт», 2022г.