

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Детский сад № 1 «Солнышко»**

Принято  
Педагогическим советом  
Протокол № 1  
от «31»08.2018 г.

Утверждено  
Приказом заведующего МБДОУ  
Детский сад №1«Солнышко» № 67  
от «31»08.2018 г.

**Рабочая программа  
совместной деятельности с воспитанниками  
по физическому развитию детей от 3 до 7 лет**

**Образовательная область «Физическое развитие»  
(Физическая культура)**

разработана на основе основной образовательной программы  
МБДОУ Детский сад № 1 «Солнышко»

Срок реализации программы 2018-2019 учебный год

**Составил:**  
Трофименко О.С.,  
инструктор по физической культуре

**Боград 2018**

## Содержание

<b><i>Целевой раздел</i></b>	
Пояснительная записка	3
Цель и задачи реализации Программы	3
Принципы и подходы к формированию Программы	3
Характеристики особенностей физического развития воспитанников	5
Планируемые результаты освоения Программы	6
<b><i>Содержательный раздел</i></b>	
Содержание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»	8
Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы	12
Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	15
Способы и направления поддержки детской инициативы	18
Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	19
Учебный план	20
<b><i>Организационный раздел</i></b>	
Материально-техническое обеспечение Программы	22
Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания	22
Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.	23
Организация развивающей предметно-пространственной среды	23
<b><i>Приложения к Программе</i></b>	
Приложение 1. План взаимодействия с родителями	25
Приложение 2. План взаимодействия с педагогами	26
Приложение 3. Примерная циклограмма праздников и развлечений	27

# Целевой раздел

## Пояснительная записка

Рабочая программа (далее – Программа) совместной деятельности с воспитанниками разработана в соответствии с основной образовательной программой МБДОУ Детский сад № 1 «Солнышко». Разработанной на основе Примерной образовательной программы дошкольного образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15), с учетом вариативной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы», под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, 2016 г.

Программа обеспечивает физическое развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений»;
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

### Цели и задачи Программы

#### *Цели Программы:*

Создание условий для формирования у детей начальных представлений о здоровом образе жизни, освоение гигиенической культуры и культуры движений.

Создание условий для сохранения, укрепления и охраны здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждения утомления.

Цели Программы достигаются через решение следующих *задач*:

- обеспечить гармоничное физическое развитие;
- совершенствовать умения и навыки в основных видах движений;
- способствовать воспитанию красоты, грациозности, выразительности движений, правильной осанки;
- обеспечить условия для развития инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений, интерес к участию в подвижных и спортивных играх, физических упражнениях.
- способствовать развитию интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности;
- содействовать развитию интереса и любви к спорту.

### Принципы и подходы к формированию Программы

**1) Полноценное проживание ребёнком всех этапов детства** (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;

**2) Поддержка разнообразия детства.** Программа рассматривает разнообразие детства, как ценность, образовательный ресурс и предполагает использование разнообразия для обогащения образовательного процесса. Образовательная деятельность выстраивается с учетом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей, ценностей, мнений и способов их выражения.

**3) Позитивная социализация** ребенка, **приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства** - освоение ребенком культурных норм, средств и способов деятельности, культурных образцов поведения и общения с другими людьми, приобщение к традициям семьи, общества и государства происходят в процессе сотрудничества со взрос-

лыми и другими детьми, направленного на создание предпосылок к полноценной деятельности ребенка в изменяющемся мире.

**4) Индивидуализация дошкольного образования** - построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок, активный в выборе содержания своего образования, разных форм активности, становится субъектом образования.

**5) Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений** - активное участие всех участников образовательных отношений – как детей, так и взрослых – в реализации программы. Каждый участник имеет возможность внести свой индивидуальный вклад в ход игры, занятия, проекта, обсуждения, в планирование образовательного процесса, может проявить инициативу. Принцип содействия предполагает диалогический характер коммуникации между всеми участниками образовательных отношений.

**6) Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;**

**7) Сотрудничество детского сада с семьей** - разнообразные формы сотрудничества с семьей, как в содержательном, так и в организационном планах;

**8) Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;**

**9) Возрастная адекватность дошкольного образования** (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

**10) Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия** взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников) и детей. Такой тип взаимодействия предполагает базовую ценностную ориентацию на достоинство каждого участника взаимодействия, уважение и безусловное принятие личности ребенка, доброжелательность, внимание к ребенку, его состоянию, настроению, потребностям, интересам. Личностно-развивающее взаимодействие является неотъемлемой составной частью социальной ситуации развития ребенка в детском саду, условием его эмоционального благополучия и полноценного развития.

**11) Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей** - всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством различных видов детской активности. Содержание образовательной деятельности в одной конкретной области тесно связано с другими областями: познавательное развитие тесно связано с речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое – с познавательным и речевым и т.п. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития детей раннего и дошкольного возраста.

## Подходы к формированию Программы

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

**Личностный подход** исходит из положения, что в основе развития лежит, прежде всего, эволюция поведения и интересов ребенка, изменение структуры направленности поведения.

Поступательное развитие главным образом происходит за счет личностного. В дошкольном возрасте социальные мотивы поведения развиты еще слабо, а потому в этот возрастной период деятельность определяется в основном непосредственными мотивами.

Исходя из этого, предлагаемая ребенку деятельность должна быть для него осмысленной, только в этом случае она будет оказывать на него развивающее воздействие.

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

## Особенности физического развития воспитанников

### *Младшая группа (от 3 до 4 лет)*

На четвертом году жизни ребенок владеет большим объемом двигательных навыков. Он уже способен совершать более сложные действия, соблюдая определенную последовательность.

Детей характеризует большая осознанность восприятия показа движений и словесного пояснения, что положительно сказывается на качестве выполнения упражнений. Однако у детей отмечается ещё недостаточная слаженность в работе разнообразных мышечных групп (плечевого пояса, туловища, ног).

Этот период характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. Высока потребность детей в двигательной активности, самостоятельности.

Движения имеют вполне преднамеренный и целеустремленный характер. Дети стремятся к новым сочетаниям движений, испытывают желание попробовать свои силы в более сложных видах упражнений.

Вместе с тем, им свойственно неумение соразмерять свои силы, оценивать фактические способности. Все еще характерно выполнение действий в общих чертах, не добиваясь его четкости, завершенности. Это обусловлено недолговременностью и неустойчивостью волевых напряжений по преодолению трудностей.

Ребенку 3-4 лет свойственны: неравномерный темп ходьбы, неодинаковая длина шагов. У большинства детей походка по-прежнему остается тяжелой, они шаркают ногами, слабо размахивают руками или прижимают их к туловищу.

Во время бега беговой шаг остается недостаточно равномерным, скорость невысока, отталкивание несильное, полет короткий, движения рук малоактивны.

Дети уже овладевают прыжками разных видов, они умеют отталкиваться от опоры, помогая себе взмахом рук, а так же мягко приземляться, сохраняя равновесие. Прыжки ограничены слабостью мышц, связок, суставов ног, тазового пояса, недостаточным умением концентрировать усилия в нужный момент.

Увеличивается физическая сила, укрепляется кисть и пальцы рук, развивается координация движений, ориентировка в пространстве, глазомер. В результате тренировки дети приобретают способность регулировать направление полета и силу отталкивания мяча. Ловля предметов еще затруднена для многих детей. В метании еще недостаточна слитность замаха и броска. Игры и упражнения с мячом хотя и трудны для маленьких детей, но увлекают их.

Возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в общем для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим.

Уровень функциональных возможностей организма повышается, увеличивается работоспособность.

### *Средняя группа (от 4 до 5 лет)*

На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными.

Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. У них появляется интерес к результатам движения, потребность выполнять его в соответствии с образцом.

Дошкольники испытывают острую потребность в движении.

Ребенок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнений.

У детей возникает необходимость в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но еще не умеют соизмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребенок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убежден в том, что выполнил движение полностью.

Расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определенных волевых усилий. Ребенок пятого года жизни отличается высокой ак-

тивностью.

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

Возраст 5 лет – период стремительного роста ребенка: за год ребенок может вырасти на 7-10. Изменяются пропорции тела.

Совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности. Заметно улучшается координация и устойчивость равновесия, столь необходимые при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

Двигательная деятельность ребенка становится все более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными видами движений, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры. Начинается освоение разнообразных спортивных упражнений.

На 6-ом году жизни ребенка движения становятся все более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога.

Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминания воспитателя, пытаются освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности.

Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

У ребенка развивается чувство уважения к старшим, стремление подражать им, появляется желание помочь другому, чему-то научить. При этом существенное значение имеет направленность на достижение коллективного результата движения, игры. Более активно проявляется интерес к сотрудничеству, к совместному решению общей задачи.

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

На седьмом году жизни движения ребенка становятся более координированными и точными.

В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, прыгать без большого утомления, выполнять более сложные трудовые поручения и физкультурные упражнения.

Дети хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма.

Взросла возможность пространственной ориентировки, заметно увеличились проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата.

У детей вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений.

Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр.

## **Планируемые результаты освоения Программы**

Планируемые результаты освоения Программы конкретизируют требования Стандарта к целевым ориентирам, с учетом возрастных возможностей и особенностей детей.

### ***Младшая группа***

Ребенок интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.).

Демонстрирует достаточную координацию движений, быстро реагирует на сигналы при выполнении упражнений.

С желанием вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, проявляет инициативу.

Стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям.

Переносит освоенные простые новые движения в самостоятельную двигательную

деятельность.

### *Средняя группа*

Ребенок проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различным спортивным оборудованием.

Способен уверенно и активно выполнять основные движения, общеразвивающие упражнения, элементы спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве.

Проявляет настойчивость в достижении хорошего результата.

Ребенок испытывает острую потребность в движении. Движения стали значительно более уверенными и разнообразными. Эмоционально окрашенная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки.

Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна.

Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях, соревнованиях, играх-эстафетах.

Самостоятелен в самообслуживании. Способен выполнять доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдать элементарные правила здорового образа жизни

### *Старшая группа*

Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений спортивных упражнений);

В двигательной деятельности проявляет выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость;

В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

Проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений;

Имеет представления о некоторых видах спорта.

Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения.

Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений;

Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку.

Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях, соревнованиях, играх-эстафетах. Владеет основными движениями, проявляет самоконтроль и самооценку.

Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.

Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей. Имеет представление о здоровом образе жизни, пользе утренней зарядки, физических упражнений, правильного питания, закаливания, гигиены для здоровья человека.

Выполняет отдельные правила безопасного поведения, способен рассказать взрослому о своем самочувствии.

### *Подготовительная к школе группа*

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

Следит за правильной осанкой.

Двигательный опыт ребенка богат; результативно, уверенно, выразительно с достаточной

амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие и спортивные упражнения, основные движения).

В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость, элементы творчества. Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом;

Способен самостоятельно составлять простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.

Проявляет самоконтроль и самооценку.

Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

Имеет представления о некоторых видах спорта. Участвует в играх с элементами спорта (городки, баскетбол, футбол, хоккей и др.).

Имеет представления о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.

Владеет навыками личной гигиены. Может определять состояние своего здоровья, обратиться за помощью к взрослому.

## Содержательный раздел

В содержательном разделе представлены:

- образовательная деятельность в образовательной области «Физическое развитие»;
- вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуально-психологических особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей, мотивов и интересов.

Содержание *обязательной части* Программы реализуется в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, 2016 г.

### Описание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие»

В области физического развития ребенка основными *задачами образовательной деятельности* являются создание условий для:

- становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

#### *В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни*

Педагоги способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр.

Педагоги способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

#### *В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте*

Педагоги уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении, педагоги организуют развивающую предметно-пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения, так и на территории (горки, качели и т. п.); подвижные игры (как свободные, так и по правилам); занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма.

Инструктор по физической культуре поддерживает интерес детей к подвижным играм, занятиям на тренажерах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждает детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного, не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Инструктор по физической культуре проводит организованную образовательную деятельность «Физическая культура», организует спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники, досуги и развлечения; развивает у детей интерес к различным видам спорта, предоставляет детям возможность заниматься разными видами двигательной активности.

## Содержание психолого-педагогической работы по физической культуре

### Младшая группа (от 3 до 4 лет)

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

### Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Формировать правильную осанку.

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

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

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

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

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

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

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

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

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

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

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.  
Приучать к выполнению действий по сигналу.

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

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.  
Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

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

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

Формировать умение ориентироваться в пространстве.

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

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

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

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

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

Учить спортивным играм и упражнениям.

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

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

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

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

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

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

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

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

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

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

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

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

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол и др.).

### Организация двигательной деятельности

Формы организации	Группы / время (мин)		
	Младшие	средние	старшие и подготовит.
Утренняя гимнастика	5 – 6	6 - 8	8 - 10
Игра малой подвижности или хороводная игра	2 – 3	2 - 3	3 - 5
Физкультминутка во время ООД	2	2	2
Динамическая пауза между ООД (в отсутствие физкультурных или музыкальных занятий)	5	5	5
Подвижная игра на прогулке	6 – 10	10 - 15	15 - 20
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	8 – 10	10 - 12	10 - 15
Динамический час на прогулке	15 – 20	20 - 25	25 - 30
Физическая культура (ООД)	10 – 15	20	25 - 30
Музыка	10 – 15	20	25 - 30
Гимнастика после дневного сна	3 – 5	5 - 7	5 - 10
Физкультурные досуги 1 раз в месяц	20	20	30
Физкультурные праздники 2 раза в год	20	30	30 - 40
День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Подвижные игры и физические упражнения во второй половине дня	6 – 10	10 - 15	15 - 20
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

## Организация образовательной деятельности по физической культуре

Совместная деятельность взрослого и детей		Самостоятельная деятельность детей
Организованная образовательная деятельность (ООД)	Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов	
<p>ООД «Физическая культура»                      Подвижные игры и игры малой подвижности.                      Игры-соревнования                      Игры-эстафеты                      Спортивные игры (элементы)                      Дни и недели здоровья                      Кружковая работа                      Физкультурные праздники, досуги и развлечения</p>	<p><i>Утро</i>                      Утренняя гимнастика.                      Индивидуальная работа по развитию движений.                      Подражательные движения.                      Игровые упражнения                      Игры  <i>Прогулка</i>                      Подвижные игры большой и малой подвижности.                      Индивидуальная работа по развитию движений.                      Подражательные движения.  <i>II половина дня</i>                      Гимнастика пробуждения после сна                      Закаливающие процедуры                      Индивидуальная работа по развитию движений.                      Подражательные движения.                      Игровые упражнения</p>	<p>Подражательные движения                      Игровые упражнения                      Подвижные игры и игры малой подвижности                      Спортивные игры (элементы)</p>

## Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы

Реализация Программы обеспечивается на основе вариативных форм, способов, методов и средств, соответствующих принципам и целям Федерального Государственного образовательного стандарта дошкольного образования, что обеспечивает активное участие ребенка в образовательной деятельности в соответствии со своими возможностями и интересами, личностно-развивающий характер взаимодействия и общения и др.

В детском саду применяются следующие вариативные формы, способы и методы организации образовательной деятельности по физической культуре:

- организованная образовательная деятельность для целой группы или подгруппы;
- различные виды игр, в том числе свободная игра, народные игры, подвижные игры;
- взаимодействие и общение детей и взрослых и/или детей между собой;
- проекты;
- праздники, досуги, развлечения, акции и т.п.;
- использование образовательного потенциала режимных моментов.

Все формы вместе и каждая в отдельности реализуются через сочетание организованных взрослыми и самостоятельно иницируемых свободно выбираемых детьми видов деятельности.

При подборе форм, методов, способов реализации Программы для достижения планируемых результатов и развития в образовательной области «Физическое развитие» учитываются общие характеристики возрастного развития детей и задачи развития для данного возрастного периода.

Образовательная деятельность в детском саду строится с учетом современных требований к организации образовательного процесса:

- организация образовательной деятельности без принуждения; ненасильственные формы организации;
- присутствие субъектных отношений педагога и детей (сотрудничество, партнерство);
- игровая цель или другая, интересная детям;
- преобладание диалога воспитателя с детьми;
- предоставление детям возможности выбора материалов, оборудования, деятельности;
- гибкая структура ОД;
- обучение в зоне ближайшего развития ребенка;
- поощрение самостоятельности, инициативы детей.

### Вариативные формы двигательной деятельности

Возраст Воспитанников	Ведущая деятельность	Вариативные формы двигательной Деятельности
3-7 лет	Двигательная	Проблемные и ситуационные задачи. Подвижные и спортивные игры. Игры- имитации. Игры-соревнования. Игры-эстафеты. Исследовательская (опытная) деятельность. Проектная деятельность Спортивные праздники, досуги, развлечения. Спортивные прогулки и походы. Интегративная деятельность. Самостоятельная двигательная деятельность.

## Современные методы образования дошкольников

Название Метода	Определение Метода	Рекомендации по их применению
<b>Методы по источнику знаний</b>		
Словесные	Виды: рассказ, объяснение, беседа.	Словесные методы позволяют в кратчайший срок передать информацию детям.
Наглядные	Группы наглядных методов: иллюстраций и демонстраций. Наглядные методы используются во взаимосвязи со словесными и практическими.	Метод иллюстраций предполагает показ детям иллюстративных пособий: плакатов, картин и пр. Метод демонстраций связан с показом слайдов, мультфильмов, диа - и видеофильмов и др.
Практические	Практические методы основаны на практической деятельности детей и формируют практические умения и навыки.	Упражнения могут проводиться не только в организованной образовательной, но и в самостоятельной деятельности.
<b>Методы по характеру образовательной деятельности детей</b>		
Информационно-рецептивный	Педагог сообщает готовую информацию; дети воспринимают, осознают и фиксируют в памяти.	Один из наиболее экономных способов передачи информации. Но использование умений и навыков в новых или изменившихся условиях затруднено.
Репродуктивный	Метод состоит в многократном повторении способа деятельности детей по образцу воспитателя.	Деятельность воспитателя заключается в разработке и сообщении образца, а деятельность детей – в выполнении действий по образцу. Использование умений и навыков в новых или изменившихся условиях затруднено.
Частично-поисковый	Воспитатель расчленяет проблемную задачу на подпроблемы, а дети осуществляют отдельные шаги поиска ее решения.	Каждый шаг предполагает творческую деятельность, но целостное решение проблемы пока отсутствует.
Исследовательский	В основе исследовательской деятельности лежит познавательный интерес. Воспитатель создает условия для удовлетворения интереса ребенка.	В процессе образовательной деятельности дети овладевают способами познания, прогнозирования, способности к самостоятельной постановке вопросов.
Активные	Активные методы предоставляют детям возможность обучаться на собственном опыте.	Активные методы предполагают использование в образовательной деятельности определенной последовательности выполнения заданий: начиная с анализа и оценки конкретных ситуаций. Активные методы должны применяться по мере их усложнения.

## **Использование современных технологий в образовательной деятельности по физической культуре**

### ***Проектная деятельность***

В воспитательно-образовательном процессе детского сада проектная деятельность носит характер сотрудничества, в котором принимают участие дети, педагоги, родители. В проектной деятельности развивается и обогащается социально-личностный опыт детей посредством включения их в сферу межличностного взаимодействия.

***Технология проблемно-игрового обучения*** – создание проблемно-игровых ситуаций, организация активной самостоятельной деятельности детей по их разрешению. Технология способствует развитию мыслительных способностей и личностных качеств в условиях эмоционального комфорта. Активно используется во всех возрастных группах.

***Игровые технологии*** – методы и приемы организации педагогического процесса в форме различных педагогических игр с четко поставленными целями обучения и соответствующими им педагогическими результатами. В игре создаются благоприятные условия для развития воображения, речи, элементов логического мышления, формирования способностей производить действия в умственном плане. Эти технологии – одни из самых эффективных в развитии детей дошкольного возраста. Используются во всех возрастных группах.

### ***Метод моделирования***

В основе моделирования лежит процесс замещения реальных объектов познания условными – предметами или изображениями. Элементы данного метода используются, начиная с младших групп, но более системно – с детьми старшего дошкольного возраста.

### ***Интегрированное обучение***

Использование интеграции детских видов деятельности наравне с интеграцией содержания образовательных областей позволяет детям воспринимать окружающий мир целостно, что соответствует их возрастным особенностям. Образовательный процесс становится интересным и содержательным.

Комплексное воздействие образовательных компонентов на восприятие детей значительно эффективнее и наиболее целесообразно по сравнению с изолированным влиянием отдельных компонентов.

Интеграция пронизывает все структурные составляющие образовательного процесса.

### ***Здоровьесберегающие технологии***

Здоровьесберегающие технологии обеспечивают ребенку сохранение физического и психического здоровья, формируют у него необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни.

#### ***Медико-профилактические технологии:***

- мониторинг здоровья дошкольников и разработка на его основе рекомендаций по оптимизации детского здоровья;

- организация рационального питания детей раннего и дошкольного возраста и контроль за ним;
- организация физического воспитания и развития дошкольников;
- закаливание, проведение профилактических мероприятий в детском саду;
- организация здоровьесберегающей среды в детском саду.

#### ***Физкультурно - оздоровительные технологии:***

- дыхательная гимнастика;
- психогимнастика;
- массаж и самомассаж;
- пальчиковая гимнастика,
- формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры на тренажерах;
- воспитание привычки к повседневной двигательной активности и заботы о своем здоровье и др.

#### ***Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка:***

- технологии психологического сопровождения развития ребенка;
- технологии психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в педагогическом процессе детского сада.

## Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Организованная образовательная деятельность основана на организации педагогом видов деятельности, заданных ФГОС дошкольного образования.

**Двигательная деятельность** реализуется инструктором по физической культуре в процессе организованной образовательной деятельности «Физическая культура» в спортивном зале и воспитателем на прогулке; индивидуальную работу по развитию движений, самостоятельную двигательную активность.

**Детский досуг** - вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. В детском саду организуются физкультурные праздники, досуги и развлечения. В старшем дошкольном возрасте организуются спортивные досуги в соответствии с интересами и предпочтениями детей.

Назначение образовательной деятельности состоит в обеспечении полноценного развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям.

Формы организации организованной образовательной деятельности для воспитанников от 3 до 7 лет – фронтальные, подгрупповые.

Образовательная деятельность подразделяется на:

- организованную образовательную деятельность (ООД), осуществляемую в процессе организации двигательной деятельности;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность детей.

### Организованная образовательная деятельность

ООД «Физическое развитие» - основная форма организации деятельности детей, во время которой наиболее эффективно и целенаправленно осуществляется процесс физического воспитания.

Педагогический процесс предполагает организованное обучение. В группах еженедельно проводятся три физкультурных занятия (ООД), одно из которых – на воздухе.

Реализация задач физического воспитания осуществляется через основные формы организованной образовательной деятельности:

#### 1. Вводная часть.

*Цель:* создание условий для настроя на ООД и формирования навыков выполнения разных видов ходьбы и бега.

#### 2. Основная часть.

##### 1) Общеразвивающие упражнения (ОРУ)

*Цель:* создание условий для развития умения выполнять ОРУ (для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса; для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника; для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног; статические упражнения), соблюдая дозировку, одновременно со всеми, ритмично: под музыку, под бубен или под счет.

##### 2) Основные движения

*Цель:* создание условий для формирования навыков выполнения основных видов движений, (ходьбы; бега; ползания, лазанья; прыжков; бросания, ловли, метания; упражнений в равновесии; групповых упражнений с переходами).

.В основную часть включаются и подвижные игры, игры с правилами на развитие навыков основных движений.

#### 3. Заключительная часть.

Игра малой подвижности или спокойная ходьба.

*Цель:* создание условий для спокойной двигательной деятельности в конце занятия.

Особенностью организации образовательной деятельности является *ситуационный подход*. Основной единицей воспитательно-образовательного процесса выступает *образовательная*

### **ситуация.**

Образовательные ситуации носят преимущественно комплексный характер и включают задачи, реализуемые в разных видах деятельности на одном тематическом содержании.

Педагогами создаются разнообразные образовательные ситуации, побуждающие детей применять свои навыки и умения, активно искать новые пути решения возникшей в ситуации задачи, проявлять эмоциональную отзывчивость и творчество. Организованные образовательные ситуации ставят детей перед необходимостью понять, принять и разрешить поставленную задачу.

Активно используются игровые приемы, наглядность.

Образовательные ситуации «запускают» инициативную деятельность детей через постановку проблемы, требующей самостоятельного решения.

Ситуации могут планироваться заранее, а могут возникать в ответ на события, которые происходят в группе, во время ООД.

Образовательные ситуации включаются и в образовательную деятельность в режимные моменты. Они направлены на закрепление имеющихся у детей навыков и умений, их применение в новых условиях, проявление детьми активности и самостоятельности.

### **Примерная модель организации образовательной деятельности в течение дня**

<b>Образ. область (ОО)</b>	<b>Первая половина дня</b>	<b>Прогулка</b>	<b>Вторая половина дня</b>
<b>Физическое развитие</b>	ООД «Физическая культура» Прием детей на воздухе в теплое время года Утренняя гимнастика Гигиенические процедуры (умывание, мытье рук перед едой) Закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, воздушные и солнечные ванны) Двигательная деятельность на прогулке Подвижные игры	Подвижные игры и упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей Индивидуальная работа по развитию движений Двигательная активность детей Закаливание (одежда по сезону на прогулке, воздушные и солнечные ванны)	Гимнастика пробуждения после сна Закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком) Физкультурные праздники, досуги, развлечения и спортивные игры Самостоятельная двигательная деятельность Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке

Новое содержание образования основывается на развитии *универсальных культурных умений ребенка*. Они включают готовность и способность ребенка действовать во всех обстоятельствах жизни и деятельности на основе культурных норм.

Процесс приобщения к культурным образцам человеческой деятельности (культуре жизни, познанию мира, речи, коммуникации, и прочим), приобретения культурных умений при взаимодействии со взрослыми и в самостоятельной деятельности в предметной среде - процесс овладения *культурными практиками*.

Основным показателем образованности в условиях современности выступают не ЗУНы, а культурные умения дошкольника. Чем они многочисленнее, разнообразнее и продуктивнее, тем больше условий создается для становления образованности и культурной идентичности будущего школьника.

Задача детского сада – поддерживать развитие ребенка в процессе культурной практики.

Взаимодействие взрослых с детьми является важнейшим фактором развития ребенка и пронизывает все направления образовательной деятельности.

В культурных практиках педагогом создается атмосфера сотрудничества взрослого и детей.

В процессе приобретения общих культурных умений, взрослый выступает в роли партнера, а не руководителя, поддерживая и развивая мотивацию ребенка. Взрослый участвует в реализации поставленной цели наравне с детьми, как более опытный и компетентный партнер.

Взрослый старается избегать запретов и наказаний. Ограничения и порицания используют-

ся в случае крайней необходимости, не унижая достоинство ребенка.

Такой стиль воспитания обеспечивает ребенку чувство психологической защищенности, способствует развитию его индивидуальности, положительных взаимоотношений со взрослыми и другими детьми.

В детском саду организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в двигательной деятельности. В культурных практиках создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер.

### **Формы организации образовательной деятельности и культурных практик**

<b>Образовательная Область</b>	<b>Виды Деятельности</b>	<b>Формы организации образовательной деятельности и культурных практик</b>
Физическое Развитие	Двигательная	Подвижные, спортивные игры и упражнения, эстафеты. Утренняя и бодрящая гимнастика. Физкультминутки, игры-имитации. Физкультурные досуги и праздники, дни здоровья. Образовательная деятельность.

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

Программа направлена на создание условий развития ребенка, на его социализацию и личностное развитие, развитие инициативы и творческих способностей.

#### ***Задачи развития детской инициативы и самостоятельности:***

- 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 дошкольников на получение хорошего результата;
- своевременно обратить особое внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, 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.

#### ***Способы и направления поддержки детской инициативы:***

Организация разнообразных форм взаимодействия: «педагог – дети», «дети – дети».

Организация обучения детей, предполагающая использование ими совместных действий в освоении различных понятий. Для этого ООД проводится по подгруппам по 3-4 человека. Такая организация провоцирует общение детей со сверстниками.

Основная роль воспитателя заключается в организации ситуаций для познания детьми отношений между предметами, когда ребенок сохраняет в процессе обучения чувство комфортности.

Психологическая перестройка позиции педагога на личностно ориентированное взаимодействие с ребенком в процессе обучения, содержанием которого является формирование у детей средств и способов приобретения знаний в ходе специально организованной самостоятельной деятельности.

Фиксация успеха, достигнутого ребенком. Его аргументация создает положительный эмоциональный фон для проведения обучения, способствует возникновению познавательного интереса.

### **Взаимодействие с семьями воспитанников**

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

**Ведущая цель взаимодействия детского сада с семьей** – создание в детском саду необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания.

Характер проблем родителей в воспитании и обучении детей определяет направление, содержание, формы сотрудничества. Это делает процесс взаимодействия с родителями максимально дифференцированным, ориентированным на их личностное развитие.

#### **Задачи взаимодействия с родителями в детском саду:**

- изучение интересов, мнений и запросов родителей;
- обеспечение оптимальных условий для сотрудничества родителей с детским садом;
- расширение средств и методов работы с родителями;
- привлечение родителей к активному участию в деятельности детского сада.

#### **Особенности взаимодействия с семьей:**

- стимулировать, поддерживать и уважать решения, принимаемые семьей;
- рассматривать членов семьи как важнейших участников образовательного процесса, отвечающих за принятие решений относительно стратегий образования ребенка;
- принцип личностно ориентированного взаимодействия;
- принцип социального партнерства, соуправления.

Работа с родителями ведется по двум направлениям, каждый из которых включает задачи и формы взаимодействия.

### **Основные направления взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

<b>Направления</b>	<b>Основные задачи</b>	<b>Формы взаимодействия</b>
<b>Педагогическое просвещение родителей</b>	Повышение педагогической грамотности родителей	Дни открытых дверей Открытые мероприятия Родительские собрания Консультации (групповые и индивидуальные) Рекомендации по вопросам воспитания
<b>Включение родителей в деятельность детского сада</b>	Привлечение родителей к активному участию в деятельности детского сада	Совместные праздники, досуги, развлечения Дни здоровья, спортивные праздники и досуги Совместные игры, соревнования Совместные экскурсии, походы

**Учебный план  
организованной образовательной деятельности  
на 2018 – 2019 учебный год**

<b>Организованная образовательная деятельность</b>								
<b>Базовый вид Деятельности</b>	<b>Периодичность</b>							
	Младшая Группа		Средняя Группа		Старшая группа		Подготовительная к школе группа	
	В Неделю	В Год	В неде- лю	В год	В неделю	В год	В неде- лю	В год
Физическая культура в спортивном зале	2	68	2	68	2	68	2	3
Физическая культура на воздухе	1	34	1	34	1	34	1	34
Продолжительность ООД	15 минут		20 минут		25 минут		30 минут	
Общее количество ООД в неделю/в год	3	102	3	102	3	102	3	102

**Пояснительная записка к учебному плану**

Учебный разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений»;
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
- Примерной основной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, 2016 г.
- Основной образовательной программой МБДОУ Детский сад № 1 «Солнышко»

Содержание образовательной области «Физическое развитие» реализуется через ООД «Физическая культура» 3 раза в неделю (1 раз в неделю – на воздухе); обеспечение здорового ритма жизни воспитанников (гибкий режим, организация микроклимата в группе); режимные моменты (утреннюю гимнастику и гимнастику пробуждения после сна, гигиенические процедуры, прогулки, естественное закаливание); активный отдых (физкультурные досуги и развлечения, праздники, игры-забавы, дни и недели здоровья); индивидуальную работу с детьми по развитию движений, самостоятельную двигательную активность.

Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, включая реализацию дополнительных образовательных программ, для детей дошкольного возраста составляет:

- в младшей группе (дети четвертого года жизни) - 2 часа 30 мин.,
- в средней группе (дети пятого года жизни) - 3 часа 20 минут,
- в старшей группе (дети шестого года жизни) - 3 часа 45 минут,
- в подготовительной (дети седьмого года жизни) - 6 часов 30 минут

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности:

для детей 4-го года жизни - не более 15 минут,  
для детей 5-го года жизни - не более 20 минут,  
для детей 6-го года жизни - не более 25 минут  
для детей 7-го года жизни - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно.

Перерывы между периодами организованной образовательной деятельности - не менее 10 минут

Организованная образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна не чаще 2-3 раз в неделю. Ее продолжительность составляет не более 25-30 минут в день.

Организованная образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и художественно-эстетического цикла занимает не менее 50% общего времени, отведенного на организованную образовательную деятельность.

Учебный год в детском саду начинается с 03 сентября и заканчивается 31 мая.

В середине учебного года для воспитанников организуются каникулы, во время которых проводятся мероприятия только эстетически - оздоровительного цикла (музыкальные, спортивные, изобразительного искусства).

Организованная образовательная деятельность основана на организации педагогом видов деятельности, заданных ФГОС дошкольного образования.

Игровая деятельность является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста.

## Организационный раздел

### Материально-техническое обеспечение Программы

Для эффективной организации образовательной деятельности и успешного освоения воспитанниками программных задач по физическому развитию в детском саду имеются необходимые материально-технические ресурсы:

- групповые помещения,
- дополнительные помещения для оказания образовательных услуг: спортивный зал, музыкальный зал, сенсорная комната.

В групповых комнатах оборудованы центры развития: «Двигательной деятельности».

В детском саду имеются технические средства обучения:

- мультимедийная установка - 1
- музыкальный центр - 3
- телевизор - 1
- магнитола-1

### Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания

№ п/п	Методические пособия
1	Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой М.Мозаика-синтез,2016 год.
2	Физическая культура в детском саду. Л. Пензулаева. Младшая группа. М.Мозаика-синтез, 2014год
3	Физическая культура в детском саду. Л. Пензулаева. Младшая группа. М.Мозаика-синтез, 2014год
4	Физическая культура в детском саду. Л. Пензулаева. Средняя группа. М.Мозаика-синтез, 2014год
5	Физическая культура в детском саду. Л. Пензулаева. Старшая группа. М.Мозаика-синтез, 2014год
6	Физическая культура в детском саду. Л. Пензулаева. Подготовительная группа. М.Мозаика-синтез, 2014год
7	Программно-методическое пособие «Развивающая педагогика оздоровления» под редакцией В.Кудрявцева и Б.Егорова М.Просвещение, 2000 год
8	Оздоровительная гимнастика Л.И. Пензулаева. «Мозаика-синтез», 2013 год
9	Физическая культура – дошкольникам А. Глазырина.изд. Москва, 2001год
10	Физкультурные праздники в детском саду (сценарии спортивных праздников и развлечений). Т. Е. Харченко «Детство - пресс», 2013 год
11	Оздоровительная гимнастика Л.И. Пензулаева. Изд. Мозаика-синтез2013г.
12	Спортивные занятия на открытом воздухе от 3-7лет. Е.Подольская, Волгоград.изд Учитель, 2013 год
13	Физическое развитие детей от 2-7 лет. Е. Подольская, изд. Учитель, 2013год

## Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Организация и проведение традиционных событий, праздников, мероприятий – важная часть системы организации жизни детей в детском саду, которая имеет широкий спектр влияния на образование и развитие ребенка и основывается на традициях детского сада.

В детском саду спортивные мероприятия организуются в различных формах:

- праздники и развлечения различной тематики;
- спортивные и спортивно-музыкальные досуги, в т.ч. проводимые совместно с родителями.

В организации и проведении традиционных событий, праздников, мероприятий вместе с инструктором по физической культуре принимают участие воспитатели и специалисты детского сада (музыкальный руководитель, педагог-психолог).

Содержание праздников и культурных практик в целом планируется педагогами совместно, исходя из комплексно-тематического планирования, времени года, пожеланий родителей.

Организационной основой реализации комплексно-тематического планирования являются примерные темы (праздники, события), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста); сезонным явлениям; народной культуре и традициям.

Построение всего образовательного процесса вокруг одной центральной темы дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом.

Введение похожих тем в различных возрастных группах обеспечивает достижение единства образовательных целей и преемственности в детском развитии на протяжении всего дошкольного возраста, органичное развитие детей в соответствии с их индивидуальными возможностями.

## Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда (РППС) – часть образовательной среды, представленная специально организованным пространством (спортивным и музыкальным залом, медицинским кабинетом, сенсорной комнатой), материалами, оборудованием и инвентарем для физического развития детей дошкольного возраста.

Для физического развития детей в детском саду создана содержательно-насыщенная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная РППС.

При организации РППС по физической культуре в детском саду создана естественная комфортная обстановка, рационально организованная в пространстве и времени, насыщенная разнообразным спортивным оборудованием и тренажерами, атрибутами к подвижным играм и др.

### Развивающая предметно-пространственная среда помещений

Вид помещения	Основное предназначение	Оснащение
<b>Развивающая предметно-пространственная среда помещений</b>		
<b>Спортивный зал</b>	Организованная образовательная деятельность Утренняя гимнастика Физкультурные досуги, развлечения Спортивные праздники Музыкально- спортивные досуги, Развлечения	Спортивное оборудование для прыжков, метания, лазания, равновесия Детские спортивные тренажеры Нетрадиционное физкультурное оборудование Шкафы для пособий, атрибутов Музыкальный центр
<b>Музыкальный</b>	Утренняя гимнастика	Телевизор

<b>зал</b>	Музыкально- спортивные досуги, развлечения Родительские собрания и другие мероприятия для родителей	Музыкальный центр Приставка DVD Переносная мультимедийная установка Пианино Синтезатор
<b>Медицинский кабинет</b>	Осмотр детей, консультации мед-сестры, врачей Консультативно-просветительская работа с родителями и сотрудниками детского сада	В соответствии с требованиями СанПин
<b>Сенсорная комната</b>	Организованная образовательная деятельность (подгрупповые и индивидуальные занятия) Использование интерактивной среды сенсорной комнаты в логопедической и психолого-педагогической работе с детьми	В соответствии с требованиями комплектации
<b>Развивающая предметно-пространственная среда в группах дошкольного возраста</b>		
<b>Центр</b>	<b>Основное предназначение</b>	<b>Оснащение</b>
<i>«Двигательной деятельности»</i>	Развитие двигательной активности и физических качеств детей. Расширение индивидуального двигательного опыта в самостоятельной деятельности	Оборудование для развития основных движений Атрибуты к подвижным и спортивным играм

**План взаимодействия с родителями  
на 2018-2019 учебный год  
(Приложение № 1)**

**План взаимодействия с педагогами  
на 2018-2019 учебный год  
(Приложение № 2)**

**Примерная циклограмма праздников и развлечений  
(Приложение № 3)**

**Примерное перспективное планирование  
на 2018-2019 учебный год  
(Приложение № 4)**

**План взаимодействия с родителями  
на 2018-2019 учебный год**

<b>Месяц</b>	<b>Тема</b>
Сентябрь	Памятка «Для чего нужна спортивная форма в детском саду»
Октябрь	Участие в родительском собрании: информирование родителей о физическом развитии и физической подготовленности детей
Ноябрь	Консультация «Синдром дефицита внимания. Гиперактивность »
Декабрь	Консультация «Беседа о подвижных играх »
Январь	Беседа «Физическое воспитание и его роль в развитии ребенка»
Февраль	Памятка «Профилактика простудных заболеваний с помощью дыхательной гимнастики»
Март	Индивидуальные консультации по запросу родителей.
Апрель	Памятка «Значимость игр с мячом»
Май	Беседа «Привлечение родителей к благоустройству спортивной площадки»

**План взаимодействия с педагогами  
на 2018-2019 учебный год**

<b>Месяц</b>	<b>Тема</b>
Сентябрь	Беседа с мед. сестрой о состоянии здоровья детей, распределение по группам здоровья
Октябрь	Консультация «Роль воспитателя на занятиях по физической культуре»
Ноябрь	Консультация «Организация подвижных игр на прогулке»
Декабрь	Беседа с воспитателями и музыкальными руководителями «Проведение совместных музыкально-спортивных мероприятий зимой»
Январь	Консультация «Создание условий для организации двигательной деятельности в группе»
Февраль	Консультация «Индивидуальная работа с детьми по физическому воспитанию»
Март	Консультация «О пользе игр с мячом»
Апрель	Беседа «О выполнении планируемых результатов освоения Программы (ОО Физическое развитие)»
Май	Беседа «Организация работы по физической культуре в летний оздоровительный период»

**Примерная циклограмма праздников и развлечений  
на 2018-2019 учебный год**

**Подготовительная к школе группа**

<i>Название праздника (события)</i>	<i>Время проведения</i>	<i>Форма проведения</i>
Приключение незнайки	Сентябрь	Развлечение
Праздник дорожных знаков	Сентябрь	Спортивный досуг
Подарки осени	Октябрь	Музыкально-спортивный Праздник
Игры – соревнования	Октябрь	Спортивный досуг
Такие разные мячи	Ноябрь	Развлечение
В здоровом теле – здоровый дух	Ноябрь	Спортивный досуг
Здравствуй, зимушка, зима	Декабрь	Развлечение
Мы мороза не боимся	Январь	Музыкально-спортивное развлечение
В стране здоровья	Январь	Развлечение
Ловкие и смелые	Февраль	Развлечение
А ну-ка мамочки	Март	Музыкально–спортивный досуг
Веселая Ярмарка	Март	Музыкально–спортивное Развлечение
Прогулка в весеннем лесу	Апрель	Спортивный досуг
Дошколята спортивные ребята	Апрель	Развлечение
Спортивная эстафета в честь Дня Победы	Май	Спортивная эстафета

## Старшая группа

<i>Название праздника (события)</i>	<i>Время проведения</i>	<i>Форма проведения</i>
Подвижные игры	Сентябрь	Развлечение
Ловкий пешеход	Сентябрь	Спортивный досуг
Осенний серпантин	Октябрь	Музыкально-спортивный Праздник
Путешествие в осенний лес	Октябрь	Спортивный досуг
Если хочешь быть здоров	Ноябрь	Развлечение
Зимние Состязания	Декабрь	Развлечение
Ледниковый Период	Январь	Спортивный досуг
Зимняя Олимпиада	Январь	Спортивный праздник
Веселые Старты	Февраль	Развлечение
Наша армия родная	Февраль	Музыкально–спортивный праздник
А ну-ка мамы	Март	Развлечение
День смеха	Апрель	Музыкально–спортивный досуг
Аэробика- зверобика	Апрель	Развлечение
Спортивная эстафета в честь Дня Победы	Май	Спортивная эстафета

### Средняя группа

<i>Название праздника (события)</i>	<i>Время проведения</i>	<i>Форма проведения</i>
Веселые старты	Сентябрь	Спортивный досуг
Осень в гости к нам пришла	Октябрь	Музыкально-спортивный Праздник
Здоровье дарит Айболит	Ноябрь	Спортивный досуг
Зимушка – зима	Декабрь	Музыкально-спортивный Праздник
Подвижные игры	Январь	Музыкально–спортивное Развлечение
Юные спортсмены	Февраль	Музыкально–спортивный досуг
Любимые народные игры	Март	Музыкально–спортивное Развлечение
День смеха	Апрель	Музыкально–спортивный досуг
Спорт – это сила и здоровье	Май	Развлечение

### Младшая группа

<i>Название праздника (события)</i>	<i>Время проведения</i>	<i>Форма проведения</i>
Вот какие мы большие	Сентябрь	Развлечение
Прогулка в осенний лес	Октябрь	Спортивный досуг
В гости К Лесовичку	Ноябрь	Развлечение
Снежинки и снеговик	Декабрь	Развлечение
Веселые погремушки	Январь	Спортивный досуг
Мы растем- сильными и смелыми	Февраль	Развлечение
Игры – забавы	Март	Развлечение
Путешествие в страну игрушек	Апрель	Спортивный досуг
Кто быстрее?	Май	Спортивный досуг