

Согласованно
Педагогическим советом
Протокол №1 от 30.08.2023 г

Утверждено:
Заведующий
МБДОУ «Детский сад №10»
Приказ № 142 от 31.08.2023
Самарина А.Н.

Рабочая программа
по реализации образовательной программы дошкольного образования
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 10»
на 2023-2024 учебный год

образовательная область «Физическое развитие»

Составитель:
инструктор по физической культуре
Бутусова Мария Александровна

г. Дзержинск
Нижегородская область
2023

Содержание:

№	Наименование
I.	Целевой раздел
1.1	Обязательная часть
1.1.1	Пояснительная записка
1.1.2	Цели и задачи Программы
1.1.3	Принципы и подходы к формированию Программы
1.1.4	Значимые характеристики для разработки и реализации Программы, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста
1.1.5	Планируемые результаты реализации Программы
1.1.6	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов
1.2	Часть, формируемая участниками образовательных отношений
1.2.1	Цели и задачи реализации Программы, в части формируемой участниками образовательных отношений
1.2.2	Планируемые результаты освоения Программы, в части формируемой участниками образовательных отношений
1.2.3	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов, в части формируемой участниками образовательных отношений
II.	Содержательный раздел
2.1	Обязательная часть
2.1.1	Описание образовательной деятельности Образовательная область «Физическое развитие»
2.1.2	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников
2.1.3	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик
2.1.4	Способы и направления поддержки детской инициативы
2.1.5	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников
2.1.6	Иные характеристики содержания Программы, наиболее существенные с точки зрения авторов Программы
2.1.7	Модель физического воспитания
2.1.8	Система оздоровительных технологий
2.1.9	Режим двигательной активности воспитанников
2.1.10	Модель взаимодействие инструктора по физической культуре с педагогами ДОО
2.2	Часть, формируемая участниками образовательных отношений
2.2.1	Описание образовательной деятельности, в части формируемой участниками образовательных отношений
III.	Организационный раздел
3.1	Обязательная часть
3.1.1	Материально-техническое обеспечение Программы
3.1.2	Обеспеченность средствами обучения и воспитания
3.1.3	Методическое обеспечение Программы
3.1.4	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды
3.1.5	Учебный план
3.1.6	Распорядок дня
3.1.7	Календарный учебный график
3.2.	Часть, формируемая участниками образовательных отношений
3.2.1	Материально-техническое обеспечение Программы, в части формируемой участниками образовательных отношений
3.2.2	Методическое обеспечение Программы, в части формируемой участниками образовательных отношений

I. Целевой раздел

1.1 Обязательная часть

1.1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа (далее Программа) по образовательной области «Физическое развитие» инструктора по физической культуре разработана в соответствии с образовательной программой муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №10». Программа обеспечивает построение целостного педагогического процесса, направленного на полноценное всестороннее развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет, с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, по образовательной области «Физическое развитие».

Часть, формируемая участниками образовательных отношений, разработана на основе парциальной программы: Зимонина В.Н. «Расту здоровым. Программно-методическое пособие для детского сада: в двух частях» - Москва:ТЦ Сфера, 2013.

Срок реализации Программы — 1 год

Программа разрабатывалась в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, Федеральной образовательной программой дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, региона и муниципалитета, образовательных потребностей и запросов воспитанников.

Программа разработана в соответствии с действующим законодательством, нормативными правовыми актами и иными документами, регламентирующими деятельность дошкольной образовательной организации:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Федеральный закон от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 999-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. N 1155);
- Федеральной образовательной программой дошкольного образования (Утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028);
- «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (Приказ Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 года №373);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- СанПин 2.1.3685-21«Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» .

1.1.2 Цели и задачи Программы

Цели и задачи по реализации Программы определены на основе требований Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», ФГОС ДО и ФОП ДО.

Цели ФГОС ДО:

- 1) Повышение социального статуса дошкольного образования;
- 2)Обеспечение государством равенства возможностей для каждого ребенка в получении качественного дошкольного образования;
- 3)Обеспечение государственных гарантий уровня и качества дошкольного образования на основе единства обязательных требований к условиям реализации образовательных программ дошкольного образования, их структуре и результатам их освоения;
- 4)Сохранение единства образовательного пространства Российской Федерации относительно уровня дошкольного образования.

Задачи ФГОС ДО:

- 1) Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) Обеспечение равных возможностей для полноценного развития детей независимо от пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- 3) Обеспечение преемственности целей, задач и содержания Программы и программ начального общего образования;
- 4) Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- 5) Объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- 6) Формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- 7) Обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- 8) Формирование образовательной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей, с максимальным привлечением к сетевому взаимодействию объектов социокультурного окружения и их ресурсов;
- 9) Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

В соответствии с ФОП ДО, **целями Программы** являются разностороннее развитие детей дошкольного возраста с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, в том числе достижение детьми дошкольного возраста уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования, на основе индивидуального подхода к детям дошкольного возраста и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

К традиционным российским духовно-нравственным ценностям относятся, прежде всего, жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России.

Программа, в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», направлена на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

Цели Программы достигаются через решение **следующих задач** (п. 1.6. ФГОС ДО, п. 1.1.1 ФОП ДО):

- 1) Обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- 2) Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 3) Приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
- 4) Обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса,

психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья), с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;

5) Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

6) Объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;

7) Формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности, формирование предпосылок учебной деятельности;

8) Формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

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

10) Обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного общего и начального общего образования;

11) Достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

1.1.3 Принципы и подходы к формированию Программы

Федеральная программа построена на следующих принципах, установленных ФГОС ДО:

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

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

-содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников¹ (далее вместе – взрослые);

-признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

-поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

-сотрудничество ДОО с семьей;

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

-формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;

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

-учет этнокультурной ситуации развития детей.

Основные подходы к формированию Программы:

Программа сформирована в соответствии со следующими принципами:

-сформирована на основе требований ФГОС ДО и ФОП ДО, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования;

-определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования;

-обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей;

-сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (базовые объём, содержание и планируемые результаты освоения Программы).

1.1.4 Значимые характеристики для разработки и реализации Программы, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Основные участники реализации Программы: педагоги, воспитанники, родители (законные представители).

Социальными заказчиками реализации Программы как комплекса образовательных услуг выступают, в первую очередь, родители (законные представители) воспитанников, как гаранты реализации прав ребенка на уход, присмотр и оздоровление, воспитание и обучение.

Особенности разработки Программы:

Программа создавалась с учетом условий и специфики деятельности МБДОУ «Детский сад №10» /далее ДОО/, к которым относятся:

1) *размер организации:* ДОО имеет следующее количество групп и воспитанников:

Возрастная категория	Направленность групп	Количество групп
Первая группа раннего возраста (1,6 - 2 года)	Общеразвивающая	1
Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	Общеразвивающая	1
Младшая группа (3-4 года)	Общеразвивающая	2
Средняя группа (4-5 лет)	Общеразвивающая	2
Старшая группа (5-6 лет)	Общеразвивающая	2
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	Общеразвивающая	2
Всего 10 групп		

2) *потребности, мотивы и интересы детей, членов их семей:*

Программа создавалась с учетом потребностей и мнения родителей /законных представителей/, которое осуществлялось через анкетирование. В анкетировании приняли участие 79% /189 человек от 239/ родителей / законных представителей/. По результатам анкетирования родители/ законные представители/ предложили включить в вариативную часть Программы образовательные программы по разделам:

-«Физическое развитие»: по основам здорового образа жизни(62%)

Т.о. с учетом мнения родителей было принято решение включить в Программу: в области «Физическое развитие»: парциальную программу Зимониной В.Н. «Расту здоровым»(физическое развитие, приобщение к основам ЗОЖ).

ДОО посещают преимущественно дети из полных, социально благополучных семей. Родители воспитанников являются социальными заказчиками образовательных услуг ДОО. Выявление и поддержка образовательных инициатив семьи определяет приоритетные направления деятельности педагогического коллектива. Реализация Программы осуществляется с учетом национально-культурных, демографических, климатических особенностей региона. При организации образовательного процесса учитываются реальные потребности детей различной этнической принадлежности, которые воспитываются в семьях с разными национальными и культурными традициями. В ДОО процент воспитанников не относящихся к русскому этносу, низкий (нулевой).

3) *материально-технические условия:*

В здании дошкольного учреждения имеются физкультурный зал, музыкальный зал, Кроме этого отдельно выделены *сопутствующие помещения:* медицинский блок, он состоит из: медицинского кабинета, процедурного кабинета, изолятора.

4) *используются возможности окружающего социума:*

ДОО взаимодействует со следующими социокультурными институтами:

-МБДОУ СОШ № 34,27» - с целью: установление преемственности в процессе воспитания, обучения воспитанников;

- ДГБ №8 города Дзержинска - с целью поддержания и укрепления здоровья каждого воспитанника;

- МБУ ДО Спортивная школа «Магнитная Стрелка» с целью: формирования начальных представлений о здоровом образе жизни;

- МБУ ЦПВ «Отечество» с целью: формированию у воспитанников начальных представлений о здоровом образе жизни; формированию первичных представлений о Отечестве, о социокультурных ценностях нашего народа.

5) *климатические, региональные, социокультурные особенности:*

При проектировании образовательной деятельности учитываются климатические особенности Нижегородской области (средней полосы России), время начала и окончания сезонных явлений (листопад, таяние снега и т.д.) и интенсивность их протекания; состав флоры и фауны, длительность светового дня; погодные условия. Это отражается в режиме дня, комплексно - тематическом планировании образовательной деятельности. Особенности климата и экологии региона учитываются при планировании работы по укреплению здоровья детей, при отборе содержания работы по познавательному, социально - коммуникативному, речевому и художественно- эстетическому развитию дошкольников.

Ведущие отрасли экономики региона и города Дзержинска обуславливают тематику ознакомление детей с трудом взрослых.

Социокультурные особенности и традиции региона, Нижегородской области обуславливают тематику и содержание работы по нравственно- патриотическому развитию и воспитанию детей, воспитанию любви и уважению к малой родине.

б) кадровые условия:

Реализация Программы обеспечивается:

-инструктором по физической культуре высшей квалификационной категории;

Уровень квалификации педагогических работников соответствует квалификационным характеристикам по занимаемой должности, утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 26.08.2010 г. № 761н и приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. № 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)».

Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста

В соответствии с Уставом ДОО возрастная периодизация контингента воспитанников определяет наличие следующих групп:

-младшая группа (3-4 года);

-средняя группа (4-5 лет);

-старшая группа (5-6 лет);

-подготовительная к школе группа (6-7 лет)

При реализации Программы учитываются характеристика возрастных особенностей развития воспитанников, с учетом которых строится организация воспитательно-образовательного процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Младшая группа (3-4 года):

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

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования предэталонов – индивидуальных единиц восприятия, переходят в сенсорным эталонам – культурно-выработанным средствам восприятия. В младшем дошкольном возрасте дети могут воспринимать до 5 и более предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса – и в помещении всего дошкольного учреждения.

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

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

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

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

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

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Средняя группа (4-5 лет):

На 5 году жизни в игровой деятельности детей появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, а ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных действий детей.

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

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

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

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

Для детей этого возраста особенно характерны известные феномены Ж.Пиаже: сохранение количества, объема и величины.

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

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

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

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

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

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен.

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

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

Старшая группа (5-6 лет):

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строят своё поведение, придерживаясь роли. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчинённость позиций в различных видах деятельности взрослых. При распределении ролей могут возникнуть конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства.

Дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. В различных ситуациях восприятие представляет сложности, особенно, если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

Продолжает развиваться образное мышление. Дети способны решить задачу в наглядном плане, преобразовать объект, указать в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие, и т. д. Продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно-логического мышления.

Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации.

Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Совершенствуются все виды речи.

Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщённого способа обследования образца.

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

Подготовительная к школе группа (6- 7 лет):

В 6-7 лет сюжетно-ролевых играх начинают осваивать сложные взаимоотношения людей. Игровые действия обретают особый смысл. Игровое пространство усложняется. Исполнение роли акцентируется ролью и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится.

Продолжает развиваться восприятие, образное мышление. Навыки обобщения и рассуждения в значительной степени ещё ограничиваются наглядными признаками ситуации.

Часто приходится констатировать снижение развития воображения в сравнении со старшей группой.

Развитие произвольного внимания позволяет в некоторых видах деятельности увеличить время произвольного внимания до 30 минут.

Продолжает развиваться речь. В результате правильно организованной образовательной деятельности у детей развивается диалогическая и некоторые виды монологической речи.

Основные достижения этого возраста связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; дети осваивают формы позитивного общения с людьми; развивается половая идентификация, формируется позиция школьника.

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

1.1.5 Планируемые результаты реализации Программы

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой *возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО*.

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров ДО, которые описаны как основные характеристики развития ребенка.

Основные характеристики развития ребенка представлены в виде перечисления возможных достижений воспитанников на разных возрастных этапах дошкольного детства.

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой *возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО*.

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров ДО, которые описаны как основные характеристики развития ребенка.

Основные характеристики развития ребенка представлены в виде перечисления возможных достижений воспитанников на разных возрастных этапах дошкольного детства.

-Планируемые результаты освоения Образовательной программы в раннем возрасте (к трем годам) представлены в ФОП ДО стр.7-8;

-Планируемые результаты освоения Образовательной программы в дошкольном возрасте представлены в ФОП ДО: к четырем годам стр.8-10; к пяти годам стр.10-12; к шести годам стр.12-15;

-Планируемые результаты на этапе завершения освоения Образовательной программы (к концу дошкольного возраста) представлены в ФОП ДО стр.15-17.

1.1.6 Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Педагогическая диагностика является основой для целенаправленной деятельности инструктора по физической культуре, начальным и завершающим этапом проектирования образовательного процесса в дошкольной группе. Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Программа предполагает оценку индивидуального развития воспитанников, которая организуется в рамках педагогического мониторинга (оценка индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических воздействий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Результаты педагогического мониторинга (диагностики) используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования, в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории;
- оптимизации работы с группой детей.

Педагогический мониторинг проводится педагогами ДОУ (воспитателями, инструктором по физической культуре), основной **инструментарий** которого - метод наблюдения. Наблюдения организуется педагогами за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности и осуществляется педагогами повседневно, во всех образовательных ситуациях. А также наблюдение может дополняться педагогом изучением продуктов деятельности детей, свободными беседами с детьми, с родителями как экспертов в отношении и особенностями их ребенка.

Программой предусмотрена **система оценки индивидуального развития воспитанников, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения в зависимости от возраста:**

–*Дошкольный возраст*: оценка эффективности педагогических воздействий в дошкольном возрасте (с 3 до 7 лет) проводится по показателям, в основе которых лежат «Планируемые результаты реализации Программы» и представляет собой систему характеристик, соответствующих возрасту ребенка.

Педагогический мониторинг проводится 1 раз в год: в конце учебного года (2-4 неделя мая). Результаты педагогического мониторинга отражаются в «Карте оценки индивидуального развития ребенка/ педагогический мониторинг в соответствии с ФГОС/», форма которой определена локальным актом «Положение об индивидуальном учете результатов освоения воспитанниками Образовательной программы Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 10». В Карте отражаются результаты освоения Программы каждого воспитанника на протяжении всего периода его пребывания в ДОО, по учебным годам и которые хранятся в бумажном виде.

1.2 Часть, формируемая участниками образовательных отношений

1.2.1 Цели и задачи реализации Программы, в части формируемой участниками образовательных отношений

-в области «Физическое развитие»:

Цели и задачи парциальной программы Зимониной В.Н. «Расту здоровым»:

- Охрана и укрепление здоровья детей;
- Создание условий для двигательной деятельности, эмоционального, интеллектуального, социально-нравственного здоровья ребёнка и квалифицированной медицинской помощи по укреплению здоровья детей;
- Обеспечение профилактической, оздоровительной и лечебной работы с детьми (при необходимости);
- Обеспечение необходимого уровня знания детей о своем здоровье, воспитание у детей - желания быть здоровыми (младший дошкольный возраст), сформировать потребность в здоровом образе жизни;
- Формирование у детей двигательных умений и навыков; развитие физических качеств, формирование нравственных качеств личности;
- Обеспечение рационального питания детей;
- Обеспечение целенаправленного взаимодействия с родителями по вопросам здоровья их детей.

1.2.2. Планируемые результаты освоения Программы, в части формируемой участниками образовательных отношений

-Планируемые результаты парциальной программы Зимониной В.Н. «Расту здоровым»:

Планируемые результаты:	
3-4 года	<p>«Здоровье»:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Знает о себе и других детях: имя, пол, возраст, индивидуальные особенности (голос, цвет волос, цвет глаз); - Понимает половые различия детей в группе: я – девочка, мы – девочки; я – мальчик, мы – мальчики; - Различает детей по одежде, причёске и другим особенностям; - Знает значение каждой части своего тела: рук, ног, ушей, головы, туловища. -Умеет умываться, чистить зубы, расчесываться, полоскать рот и горло, устранять беспорядок в одежде, вытирать лицо, руки только своим чистым полотенцем, владеет навыкам гигиены в туалете; -Различает свое состояние удовольствия, радости, страха, грусти, -Определяет состояние человека по мимике лица, тембру голоса; -Знает опасные предметы: нож, вилка, ножницы, -Умеет пользоваться некоторыми опасными предметами: ножом, вилкой, карандашом, кисточкой, ножницами <p>«Школа моего питания»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Умеет есть разные блюда; -Умеет аккуратно есть: брать пищу понемногу, хорошо ее пережевывать, есть бесшумно; -Умеет пользоваться столовыми приборами: ножом, вилкой, а также салфеткой <p>«Азбука движений»:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Умеет ходить друг за другом, на носках, высоко поднимая колени, в колонне по одному и парами (взявшись за руки), в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), в рассыпную, с поворотами, остановками, в полуприседе; -Умеет выполнять упражнения в равновесии: ходить по прямой, ограниченной дорожке (ширина 15-20 см), приставляя пятку одной ноги к носку другой, по доске, гимнастической скамейке и ребристой доске, перешагивать через рейки лестницы, положенной на пол; -Умеет бегать выполняя те же задания, что и в ходьбе, останавливаться по сигналу,

	<p>сохраняя равновесие; убегать от догоняющего; догонять убегающего, бегать с изменением темпа;</p> <p>-Умеет лазать, ползать на четвереньках по прямой (до 6-8 м); по скамейке, наклонной доске, между предметами, вокруг них (опираясь на стопы и ладони), перелезть под предметы (например, бревно),лазть по лесенке-стремянке, гимнастической стенке вверх, вниз любым удобным способом), передвигаться приставным шагом по горизонтальной рейке шведской стенки (высота определяется самим ребенком, при обязательной страховке взрослым);</p> <p>-Умеет прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние определяется индивидуально), через шнур или несколько линий (5-6), через невысокие предметы (высота 5-10 см), в длину с места (длина определяется индивидуально), знакомлюсь со скакалкой, делаю попытки крутить ее и одновременно перешагивать через нее;</p> <p>-Умеет катать, бросать мяч друг другу, в ворота (ширина 60-50 см), между предметами;</p> <p>-Умеет метать правой и левой рукой на дальность (расстояние определяется индивидуально), в горизонтальную цель двумя руками снизу от груди правой и левой рукой (расстояние не менее 2-2,5 м),в вертикальную цель (высота 1,2 м) правой и левой рукой (расстояние до 2 м); ловить мяч, отбивая его от пола двумя руками, бросать мяч вверх и ловить его двумя руками</p>
4-5 лет	<p><i>«Здоровье»:</i></p> <p>-Знает кто такой человек;</p> <p>-Умеет различать девочек и мальчиков по одежде и прическе;</p> <p>-Знает, чем мы отличаемся от животных;</p> <p>-Знает, что у него и других детей есть день рождения;</p> <p>-Знает, зачем нужны руки, ноги, голова, туловище и т.д.;</p> <p>-Владеет культурой гигиены: умеет содержать свое тело в чистоте, с незначительной помощью взрослых, умеет пользоваться только своим полотенцем, расческой, зубной щеткой, носовым платком;</p> <p>-Знает, что: при чихании, кашле надо закрывать рот платком и извиняться; нельзя надевать чужую обувь, одежду, головные уборы; нельзя пить из чашек, кружек других детей и взрослых, носить тяжелые вещи в одной руке; лежа смотреть телевизор, книги, картинки; знает правила гигиены в туалете и выполняет их.</p> <p>-Умеет понимать свое состояние: различать свое состояние (удовольствие, неудовольствие, радость, грусть, страх, бесстрашие и т.д.); умеет выражать эти чувства в общении с детьми, со взрослыми и в играх;</p> <p>- Может быть осторожным: знает опасные предметы и умею пользоваться некоторыми из них: нож, вилка, карандаш, стека и ножницы; знает опасные предметы (грабли, лопата), правила пользования ими и их хранение; знает, что нельзя забираться на высокие предметы: забор, дерево, крыша и спрыгивать с них; понимает , почему надо быть осторожным с горячими предметами (утюг, чайник, горячие блюда), а также с электроприборами,</p> <p>-Знает, что нельзя: трогать незнакомых кошек и собак, есть незнакомую пищу, растения, ягоды, запихивать в розетку разные предметы, пробовать лекарство, брать в рот посторонние предметы (камешки, стекло, пуговицы, монетки).</p> <p><i>«Школа моего питания»:</i></p> <p>-Знает много разных блюд, умею их определять;</p> <p>-Знает что надо есть разные блюда;</p> <p>-Знает, какие блюда есть нельзя;</p> <p>-Умеет есть аккуратно, правильно пользоваться столовыми приборами.</p> <p><i>«Азбука движений»:</i></p> <p>- Умеет ходить: на внешней стороне стопы, мелкими и широкими шагами, в колонне по одному, по два, приставным шагом в правую и левую стороны; перекатом и с пятки на носок; в чередовании с бегом, прыжками, с изменением направления, темпа и сменой ведущего;</p> <p>- Умеет выполнять упражнения в равновесии: при ходьбе на ограниченной поверхности, удерживать равновесие, стоя на носках, руки вверх; на одной ноге, вторая согнута в колене перед собой, руки на поясе, в стороны;</p> <p>- Умеет бегать: в колонне парами в разных направлениях, по кругу змейкой, врассыпную, со сменой ведущего, выполняя челночный бег (2-3 раза по 5 м), непрерывный бег в</p>

	<p>медленном темпе (1 – 1,5 мин),на скорость 30 м, со старта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Умеет лазать, ползать: по гимнастической скамейке на животе, спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами, пролезать в обруч, перелезть через бревно и гимнастическую скамейку; - Умеет прыгать: на двух ногах с продвижением вперед и поворотом кругом (расстояние определяется индивидуально), прыгать на одной (правой, левой, поочередно) ноге, через несколько линий поочередно (расстояние между линиями определяется детьми самостоятельно, максимальное расстояние 50-60 см), через невысокие предметы высотой 10-15 см (поочередно через каждый), спрыгивать с высоты до 30 см, в длину с места, продолжать знакомить с короткой скакалкой; перепрыгивать через неподвижную скакалку вперед, назад, двумя ногами, с ноги на ногу; -Умеет бросать, ловить, метать: подбрасывать и ловить мяч двумя руками, бросать мяч друг другу снизу, одной рукой через препятствия (расстояние 3 м), набивной мяч (вес 1 кг) двумя руками из-за головы, отбивать мяч об пол правой, левой рукой поочередно, на месте, ловить мяч двумя руками, отбивая его от пола одной рукой, метать предметы на дальность (до 6,5 м) в горизонтальную и вертикальную цели (расстояние 2-2,5 м) правой и левой рукой (высота цели 1,2 м), ловить мяч, отбивая его от пола двумя руками, бросать мяч вверх и ловить его двумя руками.
5-6 лет	<p><i>«Здоровье»:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Знает, что я – человек, чем отличаюсь от других детей и животных; умею объяснять это; -Умеет составлять свой паспорт (фамилия, имя, цвет глаз, волос, возраст, пол, интересы, любимая еда, лучший друг (подруга), любимая игрушка (игра); -Умеет определять свои поступки, действия, а также поступки и действия других детей, сказочных героев, литературных персонажей. -Умеет заботиться о своем теле и здоровье: -Умею беречь себя и свое тело, -Знает , что такое здоровье и как надо его беречь, -Знает витамины в овощах, фруктах, продуктах питания (витамины А, В, С), -Знает, что есть болезнь – простуда, -Знает как предупреждать болезнь (закаляться, употреблять в пищу лук, чеснок, витамины, одеваться по погоде, не переохлаждаться, не ходить с мокрыми ногами), -Знает правила оказания первой помощи себе и другим детям при ушибах, царапинах: своевременно сообщать о травме взрослому,с помощью взрослых оказывать элементарную помощь, -Знает, что быть здоровым, сильным, красивым это хорошо. -Знает, как выполнять упражнения так, чтобы не допустить травмы (себе и детям); -Владеет правилами культуры гигиены: знает и выполняю правила гигиены, освоенные в предыдущих группах, знает , как надо себя вести, если в доме или группе кто-то заболел гриппом, ангиной и другими болезнями; - Понимает свое состояние: умет выражать разные чувства в общении и играх с детьми, со взрослыми, умеет определять состояние человека по глазам, жестам, речи; умеет сочувствовать, радоваться, размышлять по поводу своего состояния; - Знает что такое быть осторожным:умею пользоваться разными опасными предметами, - выполняет правила поведения в помещении и вне его, -умеет быть осторожным осторожным при пользовании электроприборами, а также иглой, -Знает что такое экстренный случай, когда нужна помощь взрослых; знает номера телефонов экстренных случаев: при пожаре –101, вызове полиции – 102, скорой помощи – 103, -Умеет обращаться за помощью, называя свой адрес, номер телефона, фамилию. <p><i>«Школа моего питания»:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Умеет есть разные блюда и знает , в каких продуктах содержатся полезные витамины; -Знает , что такое витамины; -Умеет аккуратно есть, пользоваться столовыми приборами. -Знает как надо себя вести за столом в гостях и общественных местах (сдержанно, не привлекая к себе внимания, негромко разговаривать, при необходимости просить подать желаемое блюдо) <p><i>«Азбука движений»:</i></p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Умеет ходить: выполняя разные задания (гимнастический или скрестный шаг, спиной вперед, в приседе, в разном темпе); - Умеет бегать: наперегонки, с увертыванием, с заданиями: захлест голени назад, выбрасывание прямых ног вперед, между разными предметами, на скорость (10 м с хода), на скорость (30 м со старта), на развитие выносливости, непрерывный бег в течение 1,5 – 2 мин, в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой, челночным бегом (4 раза по 10 м); - Умеет ползать: на четвереньках змейкой между предметами, в чередовании с ходьбой, бегом, на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками, на животе по-пластунски, перелезть через несколько предметов подряд, подлезть под несколькими предметами; - Умеет прыгать: на двух и одной ноге на месте (в 2-3 приема) разными способами: в чередовании с ходьбой; ноги скрестно – ноги врозь, ноги вместе; одна нога вперед, другая сзади, на одной, двух ногах, боком, с продвижением вперед, через 5-6 предметов, поочередно через каждый (высота 15-20 см), в длину с места, в длину с разбега (норматив определяется индивидуально), - Умеет вращать скакалку вперед, прыгать на двух ногах с одной ноги на другую, делая два прыжка на левой (сгибая правую), затем, наоборот, при вращающейся скакалке вперед; - Умеет бросать, ловить, метать: бросать мяч вверх и ловить его одной рукой (правой, левой, поочередно), с хлопками; перебрасывать мяч из одной руки в другую, друг другу, друг другу из разных исходных положений, различными способами (снизу, от груди, с отскоком от земли), отбивать мяч об пол правой и левой рукой поочередно вокруг себя и с продвижением вперед, метать в горизонтальную и вертикальную цели (расстояние 3-5 м), бросать набивной мяч (1 кг) из-за головы двумя руками. - Умеет придумывать разные варианты выполнения движений, варианты подвижных игр.
6-7 лет	<p><i>«Здоровье»:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Знает много о себе, о сверстниках; что с возрастом мы меняемся внешне, меняются и наши поступки. - Умеет с помощью взрослых и самостоятельно анализировать, сравнивать свои поступки с образцом поведения, а также оценивать их. - Умеет заботиться о своем теле и здоровье: как надо беречь своё тело и здоровье; умеет предупреждать простуду; умеет оказывать первую помощь себе и другим детям; - Знает витамин – D, - Владеет новыми правилами оказания первой помощи (при ссадине, укусе пчелы, ушибе, обморожении кожи), - Знает, что для укрепления своего здоровья надо каждый день заниматься физической культурой, - Умеет так выполнять движение, чтобы не получить травму и не нанести её детям; - Умеет своё состояние: умеет сочувствовать, радоваться вместе с другими детьми и взрослыми, умеет рассказывать взрослым о своём состоянии (при недомогании, радости и адекватно вести себя в соответствующей ситуации), - Умеет понимать состояние человека на фото, рисунке и выражать его с помощью пантомимы; - Умеет быть осторожным: знает как вести себя в экстренной ситуации, знает в каких случаях, куда надо обращаться и какую давать информацию, - Умеет быть осторожным в разных жизненных ситуациях (при пожаре, на улице, во дворе, в лесу, у воды). <p><i>«Школа моего питания»:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Знает, что в продуктах содержатся разные полезные витамины. - Умеет вести себя за столом. - Знает, что есть надо в строго установленное время, не отвлекаться во время еды на просмотр телепередач, игру, рассматривание книг. - Умеет самостоятельно сервировать стол к завтраку, обеду, ужину. - Умеет без напоминания взрослых, встав из-за стола, проверить своё место, а если необходимо, убрать его <p><i>«Азбука движений»:</i></p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Умеет ходить: в колонне по три, по четыре, в шеренге и перестраиваться во время движения; - Умеет бегать: семенящим бегом, с преодолением невысоких препятствий (набивной мяч, гимнастическая скамейка), из различных исходных положений (стоя; из упора, стоя на коленях; из упора присев); - Умеет лазать и ползать: лазать на четвереньках и в упоре присев по гимнастической скамейке (установленной под углом 30* по бревну, на улице перелезть через шины, разновысотный заборчик, по шесту и подвесной лестнице, лазать по шведской стенке в разных направлениях (вверх, вниз, по диагонали, с полёта на пролёт) удобным способом; - Умеет прыгать: на двух ногах с поворотом кругом, на одной ноге через линию, верёвку вперёд и назад, вправо. влево, на месте и с продвижением, в длину с места, с разбега, через скакалку разными способами, продвигаясь вперёд, ноги скрестно (на улице), на одной ноге. вращая скакалку вперёд и назад, через скакалку, сложенную вдвое, через длинную скакалку по одному, арами, забегать под вращающуюся скакалку и выбегать; - Умеет бросать: мяч вверх, об пол и ловить его одной рукой (правой, левой, поочерёдно, после хлопка в ладоши перед грудью, за спиной, перебрасывать мяч друг другу и ловить его одной рукой после хлопка перед грудью, бросать набивной мяч (1 кг) двумя руками из-за головы, метать в горизонтальную и вертикальную (высота 2,5 м) цели и в медленно движущуюся (расстояние 6-8 м), отбивать мяч (диаметр 10 см) о стенку двумя руками непрерывно (сериями), одной рукой (правой, левой, поочерёдно), - Умеет метать мяч на дальность (правой, левой рукой). - Знает разные движения и умеет придумывать новые; - Умеет придумывать разные варианты выполнения этих движений
--	--

1.2.3 Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов, в части формируемой участниками образовательных отношений

- Система оценки результатов освоения парциальной программы Зимониной В.Н. «Расту здоровым»:

Программа предполагает оценку уровня физической подготовленности детей в форме проведения тестов:

1. Тест на определение максимальной силы;
2. Тесты на определение силовой выносливости;
3. Тесты на определение скоростно-силовых качеств;
4. Тесты на определение координации движений и ловкости;

Оценка уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста (педагогический мониторинг) проводится 1 раз в год, в конце учебного года (2-4 неделя мая). Результаты педагогического мониторинга отражаются в «Карте оценки индивидуального развития ребенка / педагогический мониторинг в соответствии с ФГОС/ (часть, формируемая УОО)», форма которой определена локальным актом «Положение об индивидуальном учете результатов освоения воспитанниками Образовательной программы Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 10». В Карте отражаются результаты освоения Программы в части формируемой участниками образовательных отношений на каждого воспитанника дошкольного возраста

Педагогический мониторинг по части формируемой участниками ОО, проводится в форме определения уровня физической подготовленности детей в форме проведения тестов парциальной программы Зимониной В.Н. «Расту здоровым»									
Дата проведения группа №									
№	Имя, фамилия	Тест на определение максимальной силы	Тесты на определение силовой выносливости	Тесты на определение скоростно-силовых качеств.		Дополнительные тесты. Тест на определение быстроты.			
				Тесты на определение координации движений и ловкости	Тесты на определение силовых качеств.				
				Прыжок в длину с места	Бросок набивного мяча (1 кг)	Ловля мяча	Подскоки	Прыжки через скакалку (с 5 лет)	Бег на 10 м с хода.

II. Содержательный раздел

2.1 Обязательная часть

Программа определяет содержательные линии образовательной деятельности, реализуемые ДОО по направлению физического развития.

В образовательной области «Физическое развитие» сформулированы задачи и содержание предусмотренные для освоения в каждой возрастной группе детей в возрасте от трех до семи- восьми лет.

2.1.1 Описание образовательной деятельности Образовательная область «Физическое развитие»

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

Содержание образовательной деятельности:

Задачи ФООП ДО	Содержание образовательной деятельности в соответствии с ФООП ДО / разделы
Младшая группа (3-4 года)	
1. Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;	-Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.
2. Развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;	Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.
3. Формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;	1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения). Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;
4. Укреплять здоровье детей средствами физического	

<p>воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;</p> <p>5. Закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.</p>	<p>ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;</p> <p>ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;</p> <p>бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120-150 м;</p> <p>прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см);</p> <p>упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); перекладывание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;</p> <p>упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;</p> <p>упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;</p> <p>музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).</p> <p>Строевые упражнения:</p> <p>педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.</p>
--	---

	<p>Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).</p> <p>2.Подвижные игры: педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).</p> <p>3.Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.</p> <p>Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.</p> <p>Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.</p> <p>Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.</p> <p>Плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.</p> <p>4.Формирование основ здорового образа жизни: педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).</p> <p>5.Активный отдых.</p> <p>Физкультурные досуги: досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.</p> <p>Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.</p>
Средняя группа (4-5 лет)	
<p>1.Обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;</p> <p>2.Формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость,</p>	<p>-Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.</p> <p>-Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.</p> <p>1)Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p> <p>Основные движения:</p>

<p>ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве; в 3. Воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;</p> <p>4. Продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;</p> <p>5. Укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;</p> <p>6. Формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.</p>	<p>бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;</p> <p>ползание, лазанье: ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;</p> <p>ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);</p> <p>бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2x5 м; перебежание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег в рассыпную с ловлей и увертыванием;</p> <p>прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;</p> <p>упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.</p> <p>Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); переключивание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями;</p>
--	--

выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекалывание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:
музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

Строевые упражнения:
педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

2) Подвижные игры: педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

3) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуёлочкой».

	<p>Плавание: погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.</p> <p>4)Формирование основ здорового образа жизни: педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.</p> <p>5)Активный отдых:</p> <p>Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.</p> <p>Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.</p> <p>Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.</p> <p>Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе</p>
Старшая группа (5-6 лет)	
<p>1.Обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;</p> <p>2.Развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;</p> <p>3.Воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые</p>	<p>-Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.</p> <p>-Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.</p> <p>1)Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p> <p>Основные движения:</p> <p>-бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;</p>

<p>качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;</p> <p>4.Продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;</p> <p>5.Укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;</p> <p>6.Расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;</p> <p>7.Воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.</p>	<p>-ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;</p> <p>ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;</p> <p>-бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;</p> <p>-прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;</p> <p>прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;</p> <p>упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».</p> <p>Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекалывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжимание и разжимание кистей;</p> <p>упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;</p>
--	---

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднятие и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений.

Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:
музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким поднятием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строевые упражнения:
педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равенство в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

2) Подвижные игры: педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

3) Спортивные игры: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

4) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.

Плавание: с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом.

5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

6) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся

	<p>оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.</p> <p>Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.</p>
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	
<p>1.Обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;</p> <p>2.Развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;</p> <p>3.Поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;</p> <p>4.Воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;</p> <p>5.Формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;</p> <p>6.Сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье,</p>	<p>-Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.</p> <p>-В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.</p> <p>-Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.</p> <p>-Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.</p> <p>1)Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p> <p>Основные движения:</p> <p>-бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).</p> <p>-ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с</p>

<p>факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;</p> <p>7. Воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.</p>	<p>одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;</p> <p>-ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;</p> <p>-бег: бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;</p> <p>-прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;</p> <p>-прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.</p> <p>-упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».</p> <p>Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;</p> <p>упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине;</p> <p>упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за</p>
--	---

опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения:

педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны 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; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

2)Подвижные игры: педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

3)Спортивные игры: педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); 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 тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.

Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

4) Спортивные упражнения: педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднятие на горку «лесенкой», «ёлочкой».

Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

Плавание: погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх - вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10-15 м); упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.

5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и

	<p>экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.</p> <p>б) Активный отдых.</p> <p>Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.</p> <p>Досуг организуется 1 -2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.</p> <p>Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.</p> <p>Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.</p> <p>Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.</p> <p>Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.</p> <p>Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.</p>
--	--

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области "Физическое развитие" направлено на приобщение детей к ценностям "Жизнь", "Здоровье", что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребенка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребенка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

Раздел ОО	Организованная образовательная деятельность (занятия, игры-занятия)	Образовательная деятельность в ходе режимных моментов, самостоятельная деятельность детей
Младшая группа (3-4 года)		
<p><i>-Основная гимнастика</i> <i>Подвижные игры</i> <i>Спортивные упражнения</i></p>	<p><i>- Л. И. Пензулаева</i> «Физическая культура в детском саду. Младшая группа» М: Мозаика-Синтез,2017(1) <i>- В.В. Гербова, Н.Ф. Губанова, О.В. Дыбина</i> «Примерное комплексно-тематическое планирование к программе «От рождения до школы». Младшая группа/– М:Мозаика-Синтез, 2017 (2) <i>Конспекты из расчета 3 раза в неделю, 12 в месяц, всего 108 в год.</i> Сентябрь: стр. 23 №1(1), стр. 11 ООД ФК (2), стр. 12 ООД ФК (2), стр.24 №2(1), стр. 15 ООД ФК (2), стр.16 ООД ФК (2), ст.25 № 3(1), стр. 19 ООД ФК (2), стр. 20 ООД ФК (2), стр.26 № 4(1), стр. 22 ООД ФК (2), стр. 23 ООД ФК (2); Октябрь: стр.28 №5(1), стр.26 ООД ФК(2) , стр. 27 ООД ФК (2), стр. 29 № 6(1), стр. 30 ООД ФК(2), стр.31 ООД ФК (2), стр.30 № 7(1), стр. 34 ООД ФК(2), стр.35 ООД ФК(2), стр.31 № 8(1), стр. 38 ООД ФК(2), стр.39 ООДФК(2); Ноябрь: стр.33 № 9(1), стр.42 ООД ФК(2), стр.43 ООД ФК(2), стр. 34 № 10(1), стр.46 ООД ФК(2), стр.47 ООД ФК (2), стр.35 №11(1), стр.49 ООД ФК(2), стр. 50 ООД ФК(2), стр. 37 № 12, стр.53 ООД ФК(2), стр. 54 ООД ФК(2); Декабрь: стр.38 № 13(1), стр. 57 ООД ФК(2), стр.58 ООД ФК(2), стр. 40 №14(1), стр.61 ООД ФК(2), стр.62 ООД ФК(2), стр.41 № 15(1), стр. 65 ООД ФК(2), стр.66 ООД ФК(2), стр.42 № 16(1), стр.69 ООД ФК(2), стр.70 ООД ФК(2); Январь: стр.43 № 17(1), стр.73 ООД ФК(2), стр. 74 ООД ФК(2), стр.45 №18(1), стр. 77 ООД ФК(2), стр.78 ООД ФК(2), стр.46 №19(1), стр. 81 ООД ФК(2), стр.82 ООД ФК(2), стр.47 № 20, стр.85 ООД ФК(2), стр.86 ООД ФК(2); Февраль: стр.50.стр. № 21(1), стр.89 ООД ФК(2), стр. 90 ООД ФК (2), стр.51 № 22(1), стр.93 ООД ФК(2), стр.94 ООД ФК(2), стр.52 № 23(1), стр. 97 ООД ФК(2), стр. 98 ООД ФК(2), стр.53 № 24(1), стр.101 ООД ФК(2), стр. 102 ООД ФК(2); Март: стр. 54 № 25(1), стр.105 ООД ФК(2), стр. 106 ООД ФК(2), стр. 56 № 26(1), стр. 109 ООД ФК(2), стр.110 ООД ФК(2), стр. 57 № 27(1), стр. 113 ООД ФК(2), стр.114 ООД ФК(2), стр. 58 № 28, стр.117 ООД ФК(2), стр.118 ООД ФК(2); Апрель: стр. 60 № 29(1), стр. 121 ООД ФК(2), стр. 123 ООД ФК(2), стр. 61 №30(1), стр. 125 ООД ФК(2), стр.126 ООД ФК(2), стр.62 № 31(1), стр. 129 ООД</p>	<p><i>-Утренняя гимнастика</i> <i>Л.И. Пензулаева</i>«Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений» для занятий с детьми 3-7 лет. М: Мозаика-Синтез 2017 <i>Комплексы из расчета 1 на две недели, 2 комплекса в месяц, всего 18 в год</i> Сентябрь:стр.8 № 4,стр. 7 № 3; Октябрь:стр.11№ 8, стр. 9 №5; Ноябрь:стр.11№ 9, стр.12№10; Декабрь:стр.15 №16, стр.15 №15; Январь: стр.17 №19,стр.17№20; Февраль:стр.19№23,стр.18 №21; Март: стр.20 №26,стр.2 1№27; Апрель:стр. 23 №31, стр.22 №30; Май: стр. 24 №34, стр.25 №36 <i>-Бодрящая гимнастика</i> <i>Т.Е. Харченко</i> «Бодрящая гимнастика для дошкольников. ФГОС».СПб: ООО «Издательство «Детство-Пресс»,2017 <i>Комплексы из расчета 1 на две недели, 2 комплекса в месяц, всего 18 в год</i> Сентябрь:стр.9«Дрессированная собачка»,стр.13«Просыпающиеся котятка»; Октябрь:стр.8«Прилетели воробьи»,стр.11«В гостях у солнышка»; Ноябрь:стр.14«Жучки-паучки», стр.15«Веселый зоопарк»; Декабрь:стр.17«Растем здоровыми»,стр.1 «Прятки»; Январь:стр. 21«Спортивная прогулка», стр.24«Любимые игрушки»; Февраль:стр.27«Играем и танцуем»,стр.29«Забавная зарядка»; Март:стр.32«Поиграем с носиком», стр.34«Поиграем с ушками»; Апрель:стр.9«Дрессированная собачка»,стр.1«Просыпающиеся котятка»; Май:стр.8«Прилетели воробьи»,стр.11«В гостях у солнышка» <i>-Пальчиковая гимнастика</i> <i>Нищева Н.В.</i>«Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковых гимнастик. Изд. 2-е, дополненное- СПб.: ООО «Детство-Пресс», 2013 <i>Из расчета 2 комплекса(пальчиковой гимнастики) на месяц, всего 18 в год</i> Сентябрь:стр.51№154,стр.51№125; Октябрь:стр.51№126,стр.52№128; Ноябрь:стр.52№129,стр.53№130; Декабрь:стр.53№131,стр.54№133; Январь:стр.55№134,стр.55№135; Февраль:стр.55№136,стр.56№138; Март:стр.57№139,стр.58№143; Апрель:стр.59№146,стр.58№141;</p>

	<p>ФК(2), стр. 130 ООД ФК(2), стр. 63 № 32(1), стр.133 ООД ФК(2), стр. 134 ООД ФК(2);</p> <p>Май: стр. 65 № 33(1), стр. 137 ООД ФК(2), стр. 138 ООД ФК(2), стр. 66 № 34(1), стр.140 ООД ФК(2), стр.141 ООД ФК(2), стр.67№ 35(1), стр.143 ООД ФК(2), стр.144 ООД ФК(2), стр.68 № 36(1), стр.146 ООД ФК(2), стр.146. ООД ФК(2).</p>	<p>Май: стр.60№148,стр.60№149 <u>-Физкультминутки</u> <u>Нищева Н.В.</u> «Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковых гимнастик. Изд. 2-е, дополненное. – СПб.: ООО «Детство-Пресс», 2013</p> <p>Сентябрь:стр.9№006,стр.10№009; Октябрь:стр.13№016,стр.14№018; Ноябрь:стр.16№025,стр.17№027; Декабрь:стр.17№029,стр.19№036; Январь:стр.20№040,стр.21№43; Февраль:стр.22№045,стр.23№047; Март:стр.25№052,стр.26№056; Апрель:стр.28№062,стр.29№065; Май:стр.33 №075,стр.38№088.</p> <p><u>-КостюченкоМ.П.</u> «Образовательная деятельность на прогулках.Картотека прогулок на каждый день по программе « От рождения до школы» под ред. Н.Е вераксы, Т.С. Комаровой М.А. Васильевой .Младшая группа (от 3-4 лет)-Волгоград:Учитель, 2016г</p> <p><u>-Степаненкова Э.Я.</u> «Сборник подвижных игр 2-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез).2017г стр. 42 – 49</p> <p><u>-БорисоваМ.М.</u> «Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез),2017г стр.5-7</p>
<p>-Форм-е основ здорового образа жизни</p>		<p><u>-БелаяК.Ю.</u> «Формирование основ безопасности у дошкольников.Для занятий с детьми 3-7 лет»ФГОС (Мозаика-синтез),2016г</p> <p>Всего-3 темы стр.30 «Как устроен мой организм»</p> <p>Цель:развивать умение различать и называть органы чувств,дать представления об их роли в организме ,как их беречь, ухаживать</p> <p>-стр. 36«О правильном питании и пользе витаминов»</p> <p>Цель:Дать представления о полезной и вредной пищи, об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных человеку.</p> <p>-стр.33«Бережем свое здоровье или правила доктора Неболейко»</p> <p>Цель:дать представления о необходимости закаливания,что утр.гимнастика и физкультура вызывают хорошее настроение.</p>
<p>Средняя группа (4-5 лет)</p>		
<p>-Основная гимнастика Подвижные игры Спортивные упражнения</p>	<p><u>-Л. И. Пензулаева</u> «Физическая культура в детском саду. Средняя группа» М: Мозаика-Синтез,2016(1); Конспекты из расчета 3 раза в неделю, 12 в месяц, всего 108 в год.</p> <p>Сентябрь: стр. 19 № 1,стр.20 № 2,стр. 21 № 3,стр. 21 № 4,стр. 23 № 5, стр. 23 № 6, стр. 24 №7, стр. 26 №8, стр. 26 №9, стр. 26№ 10, стр. 28 №11, стр. 29 № 12;</p>	<p><u>-Утренняя гимнастика</u> <u>Л.И.Пензулаева</u>«Оздоровительная гимнастика.Комплексы упражнений» для занятий с детьми 3-7 лет. М: Мозаика-Синтез 2017</p> <p>Комплексы из расчета 1 на две недели, 2 комплекса в месяц, всего 18 в год</p> <p>Сентябрь: стр.33 №1, стр. 35 № 4; Октябрь: стр.36 №7, стр.36 № 6;</p>

	<p>Октябрь: стр. 30 №13, стр. 32 № 14, стр. 32 №15, стр. 33 №16, стр. 34 №17, стр. 34 №18, стр. 35 №19, стр. 34 №20, стр. 36 № 21, стр. 36 № 22, стр. 37 № 23, стр. 38 № 24;</p> <p>Ноябрь: стр. 39 № 25, стр. 40 № 26,стр.40 № 27, стр. 41 № 28, стр. 42 № 29, стр. 43 № 30, стр. 43 № 31, стр. 44 № 32, стр. 45 № 33, стр. 45 № 34, стр. 46 № 35, стр. 46 № 36;</p> <p>Декабрь: стр. 48 № 1, стр. 49 № 2, стр. 49 № 3, стр. 50 № 4, стр. 51 № 5, стр. 51 № 6, стр. 52 № 7, стр. 54 № 8, стр. 54 № 9, стр. 54 № 10, стр. 56 № 11, стр. 56 № 12;</p> <p>Январь: стр.57 № 13, стр. 58 № 14, стр. 59 № 15, стр. 59 № 16, стр. 60 № 17, стр. 60 № 18, стр. 61 № 19, стр. 62 № 20, стр. 62 № 21, стр. 63 № 22, стр. 64 занятие 23, стр. 64 № 24;</p> <p>Февраль: стр. 65 № 25, стр. 66 № 26, стр. 67 № 27, стр. 67 № 28, стр. 68 № 29, стр. 68 № 30, стр. 69 № 31, стр. 70 № 32, стр. 70 № 33, стр. 70 № 34, стр. 71 № 35, стр. 72 №36;</p> <p>Март: стр. 72 № 1, стр. 73 № 2, стр. 74 № 4, стр. 75 № 5, стр. 76 № 6, стр. 76 № 7, стр. 77 № 8, стр. 77 № 9, стр. 78 № 10, стр. 79 № 11, стр. 79 № 12; Апрель: стр. 80 № 13, стр. 81 № 14, стр. 82 № 15, стр. 82 № 16, стр. 83 № 17, стр. 84 № 18, стр. 84 № 19, стр. 85 № 20, стр. 85 № 21, стр. 86 № 22, стр. 87 № 23, стр. 87 № 24.;</p> <p>Май: стр. 88 № 25, стр. 89 № 26, стр. 89 № 28, стр. 90 № 29, стр. 90 № 30, стр. 91 № 31, стр. 92 № 32, стр. 92 № 33, стр. 92 № 34, стр. 93 № 35, стр. 93 №36.</p>	<p>Ноябрь:стр.40№12,стр.39№10</p> <p>Декабрь:стр.42 №15,стр. 42№16</p> <p>Январь:стр. 44 №19,стр. 43№18</p> <p>Февраль:стр.46№23,стр.42 №21</p> <p>Март: стр. 49 № 28, стр. 48 №25</p> <p>Апрель:стр. 52 №32, стр.50 №30</p> <p>Май: стр.52 №33,стр.53 № 34</p> <p><i>-Бодрящая гимнастика</i> <i>-Т.Е. Харченко</i> «Бодрящая гимнастика для дошкольников. ФГОС».СПб: ООО «Издательство «Детство-Пресс»,2017 <i>Комплексы из расчета 1 на две недели, 2 комплекса в месяц, всего 18 в год</i></p> <p>Сентябрь:стр.9«Дрессированная собачка»,стр.13«Просьпающиеся котята»;</p> <p>Октябрь:стр.8«Прилетели воробьи», стр.11«В гостях у солнышка»;</p> <p>Ноябрь:стр.14«Жучки-паучки», стр.15«Веселый зоопарк»;</p> <p>Декабрь:стр.17«Растем здоровыми», стр.18«Прятки»;</p> <p>Январь:стр.21«Спортивная прогулка»,стр.24«Любимые игрушки»;</p> <p>Февраль:стр.27«Играем и танцуем»,стр.29«Забавная зарядка»</p> <p>Март:стр.32«Поиграем с носиком», стр.34«Поиграем с ушками»;</p> <p>Апрель:стр.9«Дрессированная собачка»,стр.13«Просьпающиеся котята»;</p> <p>Май:стр.8«Прилетели воробьи», стр.11«В гостях у солнышка»</p> <p><i>-Пальчиковая гимнастика</i> <i>Нищева Н.В.</i>«Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковых гимнастик. Изд. 2-е, дополненное- СПб.: ООО «Детство-Пресс», 2013 <i>Из расчета 2 комплекса на месяц, всего 18 в год</i></p> <p>Сентябрь:стр.51№126,стр.52№127;</p> <p>Октябрь:стр.54№132,стр.57№140;</p> <p>Ноябрь:стр.61№150,стр.62№152;</p> <p>Декабрь:стр.62 №153,стр.63№154;</p> <p>Январь:стр.68 №165,стр.68 №164;</p> <p>Февраль:стр.67№162,стр.67 №163;</p> <p>Март:стр.66 №160,стр.63№155;</p> <p>Апрель:стр.69№167,стр.69 №168;</p> <p>Май:стр.70№171,стр.71№173.</p> <p><i>-Физкультминутки</i> <i>Нищева Н.В.</i> «Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковых гимнастик. Изд. 2-е, дополненное. – СПб.: ООО «Детство-Пресс», 2013 <i>Из расчета 2 комплекса на месяц, всего 18 в год</i></p> <p>Сентябрь:стр.38 №088,стр.39 №092;</p> <p>Октябрь:стр.40№094,стр.45 №108;</p> <p>Ноябрь:стр.46 №109,стр.46 №111;</p> <p>Декабрь:стр.47№114,стр.50№122;</p> <p>Январь:стр. 21 №043,стр.21 №041;</p>
--	--	--

		<p>Февраль:стр.17№028,стр.17№029; Март:стр.16 №026,стр.17 №027; Апрель:стр.10 №010,стр.11 №011; Май: стр.13 №016,стр.29 №065. <u>-НебыковаО.Н.,Батова И.С.</u> «Образовательная деятельность на прогулках.Картотека прогулок на каждый день по программе « От рождения до школы» под ред. Н.Е Вераксы, Т.С. Комаровой М.А. Васильевой . Средняя группа (от 4-5 лет)-Волгоград:Учитель, 2018г <u>-Степаненкова Э.Я.</u> «Сборник подвижных игр 2-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез).2017г стр.50-70 <u>-БорисоваМ.М.</u> «Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез),2017г стр.8-21</p>
-Форм-е основ ЗОЖ		<p><u>-БелаяК.Ю.</u> «Формирование основ безопасности у дошкольников.Для занятий с детьми 3-7 лет»ФГОС (Мозаика-синтез),2016г Всего-3 темы стр.30 «Как устроен мой организм» Цель: продолжать знакомить с частями тела и органами чувств человека. -стр. 36«О правильном питании и пользе витаминов» Цель:формировать представления о необходимых человеку веществах и витаминах -стр.33«Бережем свое здоровье или правила доктора Неболейко» Цель:расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движения, закаливания.</p>
Старшая группа (5-6 лет)		
-Основная гимнастика Подвижные игры Спортивные упражнения	<p><u>-Л. И. Пензулаева</u> «Физическая культура в детском саду. Старшая группа» М: Мозаика-Синтез,2017 Конспекты из расчета 3 раза в неделю, 12 в месяц, всего 108 в год. Сентябрь: стр.15 № 1, стр.17 № 2, стр.17 № 3, стр. 19 № 4, стр.20 № 5, стр. 20 № 6, стр. 21 № 7, стр. 23 № 8, стр. 24 № 9, стр. 24 № 10, стр. 26 № 11, стр. 26 № 12; Октябрь: стр. 28 № 13, стр. 29 № 14, стр. 29 № 15, стр. 30 № 16, стр. 32 № 17, стр. 32 № 18, стр. 33 № 19, стр. 34 № 20, стр. 35 №21, стр. 35 22, стр. 37 23, стр. 37 № 24; Ноябрь: стр. 39 № 25, стр. 41 № 26,стр.41 № 27, стр. 48 № 28, стр. 43 № 29, стр. 43 №30, стр. 44 № 31, стр. 45 № 32, стр. 45 № 33, стр. 46 №34, стр. 47 № 35, стр. 47 № 36; Декабрь: стр. 48 № 1, стр. 49 № 2, стр. 50 № 3, стр. 51 № 4, стр. 52 № 5, стр. 52 № 6, стр. 53 № 7, стр. 54 № 8, стр. 54 № 9, стр. 55 № 10, стр. 57 № 11, стр. 57 № 12; Январь: стр.59 № 13, стр. 60 № 14, стр. 61 № 15, стр. 61 № 16, стр. 63 № 17, стр. 63 №</p>	<p><u>-Утренняя гимнастика</u> <u>Л.И. Пензулаева</u>«Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений» для занятий с детьми 3-7 лет. М: Мозаика-Синтез 2017 Комплексы из расчета 1 на две недели, 2 комплекса в месяц, всего 18 в год Сентябрь:стр. 62 № 1,стр.63 № 2; Октябрь:стр.65 №5, стр.66 № 6; Ноябрь:стр. 70 № 12,стр. 68 № 9; Декабрь:стр. 71 №14,стр.72 №15; Январь: стр.75 №19, стр.74 №18; Февраль:стр.76 №22, стр.76 №21; Март:стр.78 №25, стр.79 № 26; Апрель:стр.81 №29, стр.82 №30; Май: стр.85 №34,стр.85№ 35 <u>-Бодрящая гимнастика</u> <u>Т.Е. Харченко</u> «Бодрящая гимнастика для дошкольников. ФГОС».СПб: ООО «Издательство «Детство-Пресс»,2017 Комплексы из расчета 1 на две недели, 2 комплекса в месяц, всего 18 в год Сентябрь:стр.37«Веселые ребята»,</p>

	<p>18, стр. 63 №19, стр. 64 № 20, стр. 65 №21, стр. 65 № 22, стр. 66 № 23, стр. 66 № 24; Февраль: стр. 68 № 25, стр. 69 № 26, стр. 69 № 27, стр. 70 № 28, стр. 71 № 29, стр. 71 № 30, стр. 71 № 31, стр. 72 № 32, стр. 73 №33, стр. 73 № 34, стр. 74 № 35, стр. 75 № 36; Март: стр. 76 №1, стр. 77 № 2, стр. 78 № 3, стр. 79 № 4, стр. 80 № 5, стр. 80 № 6, стр. 81 № 7, стр. 82 № 8, стр. 83 № 9, стр. 83 № 10, стр. 84 № 11, стр. 85 № 12; Апрель: стр. 86 № 13, стр. 87 № 14, стр. 87 №15, стр. 88 № 16, стр. 89 № 17, стр. 89 № 18, стр. 89 №19, стр. 91 №20, стр. 91 № 21, стр. 91 № 22, стр. 93 № 23, стр. 93 № 24; Май: стр. 94 № 25, стр. 95 № 26, стр. 96 № 28, стр. 97 № 29, стр. 97 № 30, стр. 98 № 31, стр. 99 № 32, стр. 99 № 33, стр. 100 № 34, стр. 101 № 35, стр. 101 № 36</p>	<p>стр.38«Забавные художники»; Октябрь:стр.40«Добрый день!», стр.41 «Мы проснулись»; Ноябрь: стр.43«Готовимся к рисованию», стр.45«Времена года»; Декабрь:стр. 47 «Что бы быть здоровым»,стр.49 «Мои игрушки»; Январь:стр.52 «Герои сказок»,стр.54«Добрые и вежливые слова»; Февраль:стр.57 «Внешность человека»,стр.60 «Идем в поход»; Март:стр.63 «Повторяем цифры» занятие 1, стр.66«Повторяем цифры» занятие 2; Апрель:стр.69«Какие мы красивые»,стр.70 «Какие мы красивые» Май:стр. 36 «Лепим Буратино», стр.73«Имена друзей» <u>-Пальчиковая гимнастика</u> <u>Нищева Н.В.</u>«Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковых гимнастик. Изд. 2-е, дополненное- СПб.: ООО «Детство-Пресс», 2013 <i>Из расчета 2 комплекса на месяц, всего 18 в год</i> Сентябрь:стр.56№137,стр.64 №156; Октябрь:стр.72№176,стр.72№177; Ноябрь:стр.73 №178,стр.179№179; Декабрь:стр.73№180,стр.74№181; Январь:стр.68 №166,стр.75№184; Февраль:стр.69№169,стр.76 №185; Март:стр.76 №186,стр.76 №187; Апрель:стр.77 №188,стр.78 №190; Май:стр.74 №182, тр.79№191. <u>-Физкультминутки</u> <u>Нищева Н.В.</u> «Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковых гимнастик. Изд. 2-е, дополненное. – СПб.: ООО «Детство-Пресс», 2013 <i>Из расчета 2 комплекса на месяц, всего 18 в год</i> Сентябрь:стр.5№005,стр.9№007; Октябрь:стр.10№010,стр.11№011; Ноябрь:стр.13 №015,стр.16№026; Декабрь:стр.17 №028,стр.21№043; Январь:стр.22 №044,стр. 23 №048; Февраль:стр.25 №053,стр.29 №066; Март:стр.30 №067,стр. 32 №071; Апрель:стр.32 №072,стр.34 №078; Май: стр.38 №089, стр.40 №093 <u>-Костюченко М.П.</u> «Образовательная деятельность на прогулках.Картотека прогулок на каждый день по программе « От рождения до школы» под ред. Н.Е вераксы, Т.С. Комаровой М.А. Васильевой .Старшая группа (от 5-6 лет)- Волгоград:Учитель, 2017г <u>-Степаненкова Э.Я.</u> «Сборник подвижных игр 2-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез).2017г стр.71-119</p>
--	--	--

		- <u>Борисова М.М.</u> «Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез),2017г стр.22-32
-Форм-е основ ЗОЖ		- <u>Белая К.Ю.</u> «Формирование основ безопасности у дошкольников.Для занятий с детьми 3-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез),2016г Всего-4 темы стр.30«Как устроен мой организм» Цель:Формировать первоначальные представления об устройстве организма, научить осознанно заботиться о своем здоровье, бережно относиться к себе, соблюдать гигиену -стр.30«Бережем свое здоровье или правила доктора Неболейко» Цель:Рассказать о профилактике заболеваний, сообщать элементарные сведения о лекарствах и болезнях -стр.31«Соблюдаем режим дня» Цель:Знакомить с понятием «режим дня» - правильное чередование различных видов занятий и отдыха в течение суток, регулярное питание, соблюдение правил личной гигиены. -стр. 36«О правильном питании и пользе витаминов» Цель:Познакомить с витаминсодержащими продуктами; объяснить как витамины влияют на организм человека, об их пользе и значении витаминов для здоровья человека; помочь понять, что здоровье зависит от правильного питания – еда должна быть не только вкусной, но и полезной; воспитать желание заботиться о своем здоровье. - <u>Кочанская И.П.</u> «Полезные сказки.Беседы с детьми о хороших привычках»М: ТЦ Сфера,2015 Всего-2 темы -стр.21 «»Учимся бережно относиться к здоровью»; Цель:Формировать представления о зависимости здоровья от образа жизни человека; -стр.42 «Прививаем полезные привычки» Цель:Расширять представления о составляющих ЗОЖ
-Активный отдых		- <u>Кузнецова С.В.</u> «Туризм в детском саду», М:Обруч, 2013г Всего 7 тем. Октябрь: Тема: «Азбука туриста» с 52, Ноябрь: Тема:»Основы безопасности туристов» с 57; Декабрь:»Собираемся в поход» с.60 Февраль: Тема: «Играем в прятки» с 64; Март: Тема:«Юные краеведы» с 77; Апрель: Тема: «Рюкзаки туристы взяли»

		с.102; Май: Тема: «Туристы-непоседы» с 104
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)		
<p><i>-Основная гимнастика</i> <i>Подвижные игры</i> <i>Спортивные упражнения</i></p>	<p><i>-Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду. «Подготовительная к школе группа» М: Мозаика-Синтез,2017</i> <i>Конспекты из расчета 3 раза в неделю, 12 в месяц, всего 108 в год.</i> Сентябрь: стр. 9 № 1, стр.10 № 2, стр. 11 № 3, стр. 11 № 4, стр. 13 № 5, стр. 14 № 6, стр. 15 № 7, стр. 16 № 8, стр. 16 № 9, стр. 16 № 10, стр. 18 № 11, стр. 18 № 12; Октябрь: стр. 20 № 13, стр. 21 №14, стр. 22 № 15, стр. 22 № 16, стр. 23 № 17, стр. 24 №18, стр. 24 № 19, стр. 26 № 20, стр. 26 № 21, стр. 27 № 22, стр. 28 № 23, стр. 28 № 24; Ноябрь: стр. 29 № 25, стр. 32 № 26,стр.32 № 27, стр. 32 № 28, стр. 34 № 29, стр. 34 № 30, стр. 34 № 31, стр. 36 № 32, стр. 33 № 33, стр. 37 № 34, стр. 38 № 35, стр. 39 № 36; Декабрь: стр. 40 №1, стр. 41 № 2, стр. 41 № 3, стр. 42 № 4, стр. 43 № 5, стр. 43 № 6, стр. 45 № 7, стр. 46 № 8, стр. 46 № 9, стр. 47 №10, стр. 48 № 11, стр. 48 № 12; Январь: стр.49 № 13, стр. 51 № 14, стр. 51 № 15, стр. 52 № 16, стр. 53 № 17, стр. 54 №18, стр. 54 № 19, стр. 56 № 20, стр. 56 № 21, стр. 57 № 22, стр. 58 № 23; стр. 66 № 24 Февраль: стр. 59 № 25, стр. 60 № 26, стр. 60 № 27, стр. 61 № 28, стр. 62 № 29, стр. 62№ 30, стр. 63 №31, стр. 64 №32, стр. 64 № 33, стр. 65 № 34, стр. 66 № 35, стр. 66 № 36; Март: стр. 72 № 1, стр. 73 № 2, стр. 73 № 3, стр. 74 № 4, стр. 75 №5, стр. 75№ 6, стр. 76 № 7, стр. 78 № 8, стр. 78 № 9, стр. 79 № 10, стр. 80 № 11, стр. 80 № 12; Апрель: стр. 81 № 13, стр. 82 № 14, стр. 82 № 15, стр. 83 № 16, стр. 84 № 17, стр. 84 № 18, стр. 84 № 19, стр. 86 № 20, стр. 86 № 21, стр. 87 № 22, стр. 88 № 23, стр. 88 № 24; Май: стр. 88 № 25, стр. 89 № 26, стр. 90 № 28, стр. 90 № 29, стр. 91 № 30, стр. 92 №31, стр. 93 № 32, стр. 93 № 33, стр. 95 № 34, стр. 96 № 35, стр. 96№ 36</p>	<p><i>Утренняя гимнастика</i> <i>-Л.И. Пензулаева«Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений» для занятий с детьми 3-7 лет. М: Мозаика-Синтез 2017</i> <i>Комплексы из расчета 1 на две недели, 2 комплекса в месяц, всего 18 в год</i> Сентябрь:стр.95 №1, стр.96 № 2; Октябрь:стр.98 №5, стр.100 №7 ; Ноябрь:стр.101 №10,стр.101№9; Декабрь:стр.103 №13, стр.105 № 16 Январь:стр.107 №20,стр.107 №19; Февраль:стр.109 № 22, стр.110 №24; Март:стр.112 №27,стр.113 №28 ; Апрель:стр.115 №32,стр.114 №30; Май:стр.117 №36,стр.116 №34 <i>-Бодрящая гимнастика</i> <i>Т.Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников. ФГОС».СПб: ООО «Издательство «Детство-Пресс»,2017</i> <i>Комплексы из расчета 1 на две недели, 2 комплекса в месяц, всего 18 в год</i> Сентябрь:стр.37«Веселые ребята», стр.38«Забавные художники»; Октябрь:стр.40«Добрый день!», стр.41«Мы проснулись»; Ноябрь: стр.43«Готовимся к рисованию», стр.45«Времена года»; Декабрь:стр. 47 «Что бы быть здоровым»,стр.49 «Мои игрушки»; Январь:стр.52 «Герои сказок»,стр.54«Добрые и вежливые слова»; Февраль:стр.57 «Внешность человека»,стр.60 «Идем в поход»; Март:стр.63 «Повторяем цифры» занятие 1, стр.66«Повторяем цифры»занятие 1; Апрель:стр.69«Какие мы красивые»,стр.70«Какие мы красивые»; Май:стр.36«Лепим Буратино»,стр.73«Имена друзей» <i>-Пальчиковая гимнастика</i> <i>Нищева Н.В.«Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковых гимнастик. Изд. 2-е, дополненное- СПб.: ООО «Детство-Пресс», 2013</i> <i>Из расчета 2 комплекса на месяц, всего 18 в год</i> Сентябрь:стр.56№137,стр.64№156; Октябрь:стр.72№176,стр.72№177; Ноябрь:стр.73№178,стр.179№179; Декабрь:стр.73 №180,стр.74 №181; Январь:стр.68 №166,стр.75 №184; Февраль:стр.69 №169, стр. 76 №185; Март:стр.76 №186, стр.76 №187; Апрель:</p>

		<p>стр.70 №170,стр.65 №158; Май:стр.78 №190,стр. 79 №191.</p> <p><u>-Физкультминутки</u> <u>Нищева Н.В.</u> «Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковых гимнастик. Изд. 2-е, дополненное. – СПб.: ООО «Детство-Пресс», 2013 <i>Из расчета 2 комплекса на месяц, всего 18 в год</i></p> <p>Сентябрь:стр.9№008,стр.10№010; Октябрь:стр.31№069,стр.35№079; Ноябрь:стр.40 №093,стр.41№096; Декабрь:стр.42№098,стр.23 №048; Январь:стр.50 №123,стр.52№127; Февраль:стр.75 №184, стр.49 №120; Март: стр.48№117,стр.43 №100; Апрель: стр.43 №101,стр.39 №090; Май: стр.13 №015, стр. 12 №013.</p> <p><u>-КостюченкоМ.П.</u> «Образовательная деятельность на прогулках.Картотека прогулок на каждый день по программе «От рождения до школы» под ред. Н.Е вераксы, Т.С. Комаровой М.А. Васильевой .Подготовительная группа(от6-7лет)- Волгоград: Учитель, 2016г <u>-Степаненкова Э.Я.</u> «Сборник подвижных игр 2-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез).2017г <i>стр.120-142</i> <u>-БорисоваМ.М.</u> «Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез),2017г <i>стр.33-38</i></p>
<p>-Форм-е основ ЗОЖ</p>		<p><u>-БелаяК.Ю.</u>«Формирование основ безопасности у дошкольников.Для занятий с детьми 3-7 лет»ФГОС (Мозаика-синтез),2016г Всего-5 тем <i>стр.31«Соблюдаем режим дня»</i> Цель:продолжать формировать представления о понятии «режим дня», факторах влияющих на здоровье человека(сон, гигиен.процедуры и т.п) <i>-стр.33«Бережем свое здоровье или правила доктора Неболейко»</i> Цель:Рассказать о профилактике заболеваний, познакомить с факторами ведущим к болезням; - <i>стр. 36«О правильном питании и пользе витаминов»</i> Цель:продолжать формировать представления о рациональном питании. <i>стр.37«Правила первой помощи»</i> Цель:Обучение навыкам оказания элементарной помощи при царапинах и ушибах; <i>-стр.38«Врачебная помощь»</i> Цель:Закреплять основные правила безопасного поведения человека в быту; воспитывать желание быть здоровым, чувство ответственности за личную</p>

		<p>безопасность, желание оказать помощь; довести до понимания детей, что зачастую оказанная первая помощь может спасти человеку здоровье и жизнь</p> <p><i>-Кочанская И.П.</i> «Полезные сказки.Беседы с детьми о хороших привычках»М: ТЦ Сфера,2015</p> <p>Всего-2 темы</p> <p>-стр.21 «Учимся бережно относиться к здоровью»;</p> <p>Цель: Формировать представления о зависимости здоровья от образа жизни от рационального питания, двигательной активности, закаливания.;</p> <p>-стр.42 «Прививаем полезные привычки»</p> <p>Цель:Расширять представления о роли света, воздуха и воды, влиянии их на здоровье.</p>
-Активный отдых		<p>- Кузнецова С.В. «Туризм в детском саду», М:Обруч, 2013г</p> <p>Всего 7 тем.</p> <p>Сентябрь: Тема: «Для чего люди путешествуют?» с 108;</p> <p>Октябрь: Тема: «На лесной поляне» с 116,</p> <p>Ноябрь: Тема: «Смешарики и в Автографе» с.127;</p> <p>Декабрь: Тема: «Найдем ключик» с.135</p> <p>Январь: Тема: «Ориентировка по маршрутной карте» с.138;</p> <p>Февраль: Тема: «Клуб знатоков» с 171;</p> <p>Март: Тема:« В здоровом теле здоровый дух с 174;</p> <p>Апрель: Тема: «Ловкие и смелые»с.174;</p> <p>Май: Тема: «Туристическая весна» с 194</p>

2.1.2 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

ОО «Физическое развитие»			
Младшая группа(3-4 года)			
<p>- Организованная образовательная деятельность (физическая культура)</p> <p>- Образовательная деятельность в ходе режимных моментов</p> <p>- Самостояте</p>	<p>-Групповая</p> <p>- Подгрупповая</p> <p>- Индивидуальная</p>	<p>-Подвижная игра</p> <p>-Игровая беседа с элементами движений</p> <p>-Игровые упражнения под текст и музыку</p> <p>-Игры имитационного характера</p> <p>-Ситуативный разговор</p> <p>-Беседа</p> <p>-Упражнения</p> <p>-Утренняя гимнастика</p> <p>-Подвижная игра (в том числе на свежем воздухе)</p> <p>-Физкультурные упражнения</p> <p>-Гимнастика после досуг, праздник,День</p>	<p>Тележка деревянная для спортивного инвентаря на колесах, 3 полки,палка гимнастическая пластмассовая 106 см., палка гимнастическая пластмассовая 71 см., разметочная фишка, обручи пластмассовый D=600,обручи пластмассовый D=740,обручи пластмассовый D=890, обруч плоский 450 мм пластмассовый,обруч плоский 550 мм пластмассовый, кегли ,набор «Ракетки пляжные с мячом», игра «Кольцеброс» У653, мячи резиновые 250 мм, мячи резиновые 150 мм,мячи набивные 0,5 кг, мячи резиновые 75 мм, кирпич пластиковый, кольцо с лентой,флажок для детского сада (ткань тафетта, дерево), мешочки утяжеленные 200 г,</p> <p>мешочки утяжеленные 400 ,гантели пластмассовые У705, дуга для подлезания 400 мм. дуга для подлезания 500 мм, ребристая доска, корзина для метания мешки с песком для равновесия, кегли, массажный коврик гимнастическая стенка,модели общеразвивающих упражнений ,мат, санки,</p>

льная деятельность детей		здоровья -Физкультминутка	трехколесные велосипеды, лыжи
Средняя группа (4-5 лет)			
- Организованная образовательная деятельность (физическая культура) - Образовательная деятельность в ходе режимных моментов - Самостоятельная деятельность детей	-Групповая - Подгрупповая - Индивидуальная	-Подвижная игра -Игровая беседа с элементами движений -Игровые упражнения под текст и музыку -Игры имитационного характера -Ситуативный разговор -Беседа -Упражнения -Утренняя гимнастика -Подвижная игра (в том числе на свежем воздухе) -Физкультурные упражнения -Гимнастика после -Физкультурный досуг, праздник, День здоровья -Проблемная ситуация -Физкультминутка	Тележка деревянная для спортивного инвентаря на колесах, 3 полки Коврики массажные; доска ребристая; набивной мяч; кубики; обручи; скакалки короткие; кегли(набор); кольцо бросковое; мячи разного размера; разноцветные ленточки, султанчики, платочки; бубен; палка гимнастическая пластмассовая 106см, палка гимнастическая пластмассовая 71 см, разметочная фишка. набор « ракетки пляжные с мячом», мяч набивной 0,5кг, кирпич пластиковый , кольцо с лентой, флажок для детского сада , мешочки утяжеленные 200 гр, мешочки, утяжеленные 400 гр, гантели пластмассовые , дуга для подлезания 400 мм, дуга для подлезания 500 мм , гимнастическая стенка, модели общеразвивающих упражнений , мат, санки, трехколесные велосипеды, лыжи
Старшая группа (5-6 лет)			
- Организованная образовательная деятельность (физическая культура) - Образовательная деятельность в ходе режимных моментов - Самостоятельная деятельность детей	-Групповая - Подгрупповая - Индивидуальная	-Подвижная игра -Игровая беседа с элементами движений -Игровые упражнения под текст и музыку -Игры имитационного характера -Беседа -Упражнения общеразвивающие, спортивные Гимнастика после -Физкультурный досуг, праздник, -День здоровья -Проблемная ситуация -Физкультминутка	<i>В группах:</i> тележка деревянная для спортивного инвентаря на колесах, 3 полки, палка гимнастическая пластмассовая 106 см , палка гимнастическая пластмассовая 71 см , разметочная фишка – , обруч пластмассовый D600, обруч пластмассовый D740, обруч пластмассовый D890 , обруч плоский пластмассовый 450 , обруч плоский пластмассовый 550, кегли , набор «Ракетки пляжные с мячом» , игра «Кольцеброс» , мяч резиновый, 250мм, мяч резиновый, 150 мм, мяч набивной, 0,5 кг, мяч резиновый 75 мм , кирпич пластиковый , кольцо с лентой, флажок для детского сада (ткань тафетта, дерево) , мешочки утяжеленные 200гр, мешочки утяжеленные 400гр, гантели пластмассовые U705, дуга для подлезания 400мм , дуга для подлезания 500мм , мешочки с грузом, флажки, веревочки-косички, жгуты (короткие), гимнастическая стенка, модели общеразвивающих упражнений , мат , альбомы: «Спорт», «Зимние виды спорта», лыжи, санки , баскетбольная корзина, клюшки с шайбой ракетки с воланом, горизонтальное бревно
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)			
- Организованная образовательная деятельность (физическая культура)	-Групповая - Подгрупповая - Индивидуальная	-Подвижная игра -Игровая беседа с элементами движений -Игровые упражнения под текст и музыку -Игры имитационного характера -Беседа -Упражнения	<i>В группах:</i> тележка деревянная для спортивного инвентаря на колесах, 3 полки, палка гимнастическая пластмассовая 106 см , палка гимнастическая пластмассовая 71 см , разметочная фишка – , обруч пластмассовый D600, обруч пластмассовый D740, обруч пластмассовый D890 , обруч плоский пластмассовый 450 , обруч плоский пластмассовый 550, кегли , набор «Ракетки пляжные с мячом» , игра «Кольцеброс» , мяч резиновый, 250мм, мяч

<p>- Образовательная деятельность в ходе режимных моментов</p> <p>- Самостоятельная деятельность детей</p>		<p>общеразвивающие, спортивные</p> <p>-Гимнастика после</p> <p>-Физкультурный досуг, праздник,</p> <p>-День здоровья</p> <p>-Проблемная ситуация</p> <p>-Физкультминутка</p>	<p>резиновый, 150 мм, мяч набивной, 0,5 кг, мяч резиновый 75 мм, кирпич пластиковый, кольцо с лентой, флажок для детского сада (ткань тафетта, дерево), мешочки утяжеленные 200гр, мешочки утяжеленные 400гр, гантели пластмассовые У705, дуга для подлезания 400мм, дуга для подлезания 500мм, мешочки с грузом, флажки, веревочки-косички, жгуты (короткие), гимнастическая стенка, модели общеразвивающих упражнений, мат, мишень для метания мячей, маски и ободки с ушками, картотека подвижных игр, альбомы: «Спорт», «Зимние виды спорта». баскетбольная корзина, клюшки с шайбой, ракетки с воланом, горизонтальное бревно, ворота футбольные, сетка волейбольная, лыжи, санки, велосипеды.</p>
--	--	--	---

2.1.3 Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Программой предусмотрено организация разнообразных культурных практик, ориентированных на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности.

В ДОО используются следующие культурные практики:

1. *Совместная игра воспитателя и детей* (сюжетно-ролевая, режиссерская, игра-драматизация, строительно-конструктивные игры) направлена на обогащение содержания творческих игр, освоение детьми игровых умений, необходимых для организации самостоятельной деятельности.

2. *Ситуация общения и накопления положительного социально-эмоционального опыта* носит проблемный характер и включает в себе жизненную проблему, близкую детям дошкольного возраста, в разрешении, которой они принимают непосредственное участие. Они могут быть реально-практического характера и условно вербального характера.

3. *Коллективная и индивидуальная трудовая деятельность* носит общественно полезный характер и организуется как хозяйственно - бытовой труд и труд в природе.

4. *Познавательная-исследовательская деятельность* включает в себя широкое познание детьми объектов живой и неживой природы и представлена опытами и экспериментами, в том числе экологической направленности, а также наблюдениями которые способствуют приобретению детьми эмоционально- чувственного опыта, эстетических впечатлений, радости от взаимодействия с природой и от возможности активной деятельности на воздухе.

В культурных практиках воспитателем создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик происходит преимущественно во второй половине дня, носит в основном подгрупповой характер и ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности.

2.1.4 Способы и направления поддержки детской инициативы

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам. Самостоятельная деятельность детей протекает преимущественно в утренний отрезок времени и во второй половине дня.

Содержание Программы отражает следующие направления развития и поддержки детской инициативы и самостоятельности:

- развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых умений и навыков;
- 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.
- «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 поддержки детской инициативы в разных возрастных группах (по пособию О.А. Скоролуповой «Введение ФГОС дошкольного образования: Разработка Образовательной программы ДОУ»- М.: Скрипторий 2003, 2014. –172с)

Младший дошкольный возраст (от 3 до 4 лет)

Приоритетная сфера инициативы –продуктивная деятельность.

Деятельность воспитателя по поддержке детской инициативы:

1. Создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка;
2. Рассказывать детям об их реальных, а также будущих достижениях;
3. Отмечать и публично поддерживать любые успехи детей;
4. Всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять ее сферу;
5. Помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей;
6. Способствовать стремлению научиться делать что-то и поддерживать радостное ощущение возрастающей умелости;
7. В ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять ему действовать в своем темпе;
8. Не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности, используя в качестве субъекта критики игровые персонажи (детей критикует игрушка, а не педагог);
9. Учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;
10. Уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков;
11. Создавать в группе 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, проявлять деликатность и тактичность;
12. Всегда предоставлять детям возможности для реализации их замысла в творческой продуктивной деятельности;
13. Помогать ребёнку найти способ реализации собственных поставленных целей.

Средний дошкольный возраст (от 4 до 5 лет)

Приоритетная сфера инициативы – познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, игровая деятельность со сверстниками.

Деятельность воспитателя по поддержке детской инициативы:

1. Способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относиться к попыткам внимательно, с уважением;
2. Обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеться и наряжаться, примеривать на себя разные роли. Иметь в группе набор атрибутов и элементов костюмов для переодевания, а также технические средства, обеспечивающие стремление детей петь и двигаться под музыку;
3. Создавать условия, обеспечивающие детям возможность строить дом, укрытия для сюжетных игр;
4. При необходимости осуждать негативный поступок, действие ребенка, но не допускать критики его личности, его качеств. Негативные оценки давать только поступкам ребенка и только с глазу на глаз, а не перед всей группой;
5. Не допускать диктата, навязывания в выборе детьми сюжета игры. Развивающий потенциал игры определяется тем, что это самостоятельная, организуемая самими детьми деятельность;
6. Обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнера, равноправного участника, но не руководителя игры. Участие взрослого в играх детей полезно при выполнении следующих условий: дети сами приглашают взрослого в игру или добровольно соглашаются на его участие; сюжет и ход игры, а также роль, которую взрослый будет играть, определяют дети, а не педагог; характер исполнения роли также определяется детьми;
7. Привлекать детей к украшению группы к праздникам, обсуждая разные возможности и предложения;
8. Побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнения взрослых;
9. Привлекать детей к планированию жизни группы на день;

10. Читать и рассказывать детям по их просьбе, включать музыку. Обеспечить условия для музыкальной импровизации, пения и движений под популярную музыку.

Старший дошкольный возраст (от 5 до 6 лет)

Приоритетная сфера инициативы – внеситуативно-личностное общение с взрослыми и сверстниками, а также *информационная познавательная деятельность*, расширение информационного кругозора, *игровая деятельность со сверстниками*.

Деятельность воспитателя по поддержке детской инициативы:

1. Создавать в группе 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;
2. Уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;
3. Поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу);
4. Создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
5. При необходимости помогать детям в решении проблем организации игры;
6. Привлекать детей к планированию жизни группы на день и более отдаленную перспективу. Обсуждать выбор спектакля для постановки, песни, танца и т.д.;
7. Создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам;

Подготовительный к школе группа (от 6 до 7 лет)

Приоритетная сфера инициативы – *научение, расширение сфер собственной компетентности* в различных областях практической предметной, в том числе орудийной, деятельности, а также *информационная познавательная деятельность*.

Деятельность воспитателя по поддержке детской инициативы:

1. Вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта деятельности;
2. Спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей и т.п. Рассказывать детям о трудностях, которые педагоги испытывали при обучении новым видам деятельности;
3. Создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;
4. Обращаться к детям с просьбой показать воспитателю те индивидуальные достижения, которые есть у каждого, и научить его добиваться таких же результатов;
5. Поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами;
6. Создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
7. При необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры;
8. Привлекать детей к планированию жизни группы на день, неделю, месяц. Учитывать и реализовывать их пожелания и предложения;
9. Создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой или познавательной деятельности детей по интересам;
10. Устраивать выставки и красиво оформлять постоянную экспозицию работ;
11. Организовывать концерты для выступления детей и взрослых.

2.1.5 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Программой предусмотрено взаимодействие с родителями обучающихся по вопросам воспитания и развития дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс ДОО.

Ведущая цель взаимодействия ДОО с семьями воспитанников:

создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием детей); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада (своего ребенка)

Основные задачи взаимодействия ДОО с семьей:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в ДОО и семье;

- знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях ДОО и семьи в решении данных задач;
- создание в ДОО условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в городе;
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье..
- ознакомление родителей с результатами работы ДОО на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни ДОО;
- ознакомление родителей с содержанием работы ДОО, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
- участие родителей в организации культурно-массовых мероприятий;
- целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах;
- обучение конкретным приемам и методам воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности через их информирование и открытых показов образовательной деятельности.

В основу совместной деятельности семьи и дошкольного учреждения заложены следующие *принципы*:

- единый подход к процессу воспитания ребёнка;
- открытость дошкольного учреждения для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- уважение и доброжелательность друг к другу;
- дифференцированный подход к каждой семье;
- равно ответственность родителей и педагогов.

Модель взаимодействия с семьями воспитанников:

Направления вз/я с семьёй	Формы работы
Информационно-аналитическое	Анкетирование Опрос Обратная связь на сайте ДОО (<i>идеи и предложения, обращения с вопросами к специалистам и администрации детского сада</i>),
Наглядно-информационные	Информационные стенды (<i>наиболее важные события – праздники и развлечения, дни рождения детей, походы и экскурсии, встречи гостей, интересные занятия, конкурсы, продукты коллективного детского творчества, сочинения детей.</i>) Информация на сайте МБДОУ Компьютерные презентации для родителей
Познавательные	Родительские собрания (<i>беседы, круглые столы, видеозаписи деятельности детей, фрагменты ООД, конкурсных выступлений.</i>) Устные журналы Акции Практическая деятельность с детьми Выставки Конкурсы совместного творчества детей с родителями Дни открытых дверей
Досуговые	Праздники Совместные развлечения

Планируемые результаты сотрудничества дошкольного учреждения с семьями воспитанников

1. Сформированность у родителей представлений о сфере педагогической деятельности.
2. Овладение родителями практическими умениями и навыками воспитания и обучения детей дошкольного возраста.

3. Формирование устойчивого интереса родителей к активному включению в общественную деятельность.

4.

2.1.6 Иные характеристики содержания Программы, наиболее существенные с точки зрения авторов Программы

Характеристика физкультурно-оздоровительной деятельности с воспитанниками в ДОО:

Условия для физкультурно-оздоровительной работы в ДОО:

- В дошкольном учреждении функционирует отдельно выделенный физкультурный зал, в котором имеются мягкие спортивные модули, спортивный комплекс, детские тренажеры, разные виды массажных дорожек и ковриков, спортивный инвентарь для организации непосредственной образовательной деятельности по физической культуре с воспитанниками.

- На территории дошкольного учреждения имеется спортивная площадка оснащенная: ямой для прыжков в длину, дугами для подлезания, дуги-упоры для отжимания, гимнастическими стенками, футбольными воротами (выносные), турниками для подтягивания, мишенями для разного вида метания, лабиринтом «зигзак», бревном для ходьбы (бум-бревно).

- В групповых помещениях имеются мини-центры развития движений детей, которые оснащены спортивным инвентарем соответственно возрастным особенностям детей.

Работа по физическому воспитанию и оздоровлению в ДОО ведётся в комплексе, который включает в себя:

Комплексное использование средств физического воспитания:

- организация гибкого режима,
- рационально сбалансированное питание,
- оздоровительные мероприятия (в повседневной жизни; система оздоровления),
- организация оптимального двигательного режима (утренняя гимнастика, физкультминутка, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, индивидуальная работа по развитию движений, гимнастика после дневного сна в сочетании с ходьбой по «дорожкам здоровья», организованная образовательная деятельность по физической культуре, дни Здоровья, физкультурные досуги, спортивные праздники, спортивные игры).

Система профилактической работы по оздоровлению воспитанников:

1. Осмотр детей узкими специалистами ДГБ №8 города Дзержинска
2. Комплексы упражнений по профилактике плоскостопия и нарушений осанки (в рамках ООД по физической культуре)
3. Утренняя гимнастика
4. Гимнастика после дневного сна в сочетании с ходьбой по «дорожкам здоровья»
5. Снятие умственной усталости во время ООД (релаксационные паузы, физкультминутки)
6. Прогулки на воздухе, в любое время года
7. ООД по физической культуре на воздухе (старший дошкольный возраст)
8. Система оздоровительных мероприятий
9. Оптимальный двигательный режим

2.1.7 Модель физического воспитания МБДОУ «Детский сад №10»

№	Формы организации	Первая гр.ран. возраста	Вторая гр.ран. возр.	Младша я гр.	Средня я гр.	Старша я гр.	Подготовител. к шк .гр.
1	<i>Физкультурно - оздоровительная деятельность в режимных моментах:</i>						
1.1	Утренняя гимнастика /Харченко Т.Е.-ран.в; Пензулаева Л.И.-дош.в./	---	Еж-но 10 мин	Еж-но 10 мин	Еж-но 10 мин	Еж-но 10 мин	Еж-но 10 мин
1.2	Физкультминутки /Нищева Н.Е./	---	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от содержания и вида занятий				
			1-2 мин	2-3 мин	3-4 мин	3-5 мин	3-5 мин
1.3	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке, группе /Пензулаева Л.И., Борисова М.М., Степаненкова Э.Я./	Еж-вно 2-3 р/в 10 – 15 мин	Еж-но 2-3 р/в 10 – 15 мин	Еж-но 2-3 р/в 15– 20 мин	Еж-но 2-3 р/в 20 – 25 мин	Еж-но 2-3 р/в 25 –30 мин	Еже-но 2-3 р/в 25 –30 мин
1.4	Пальчиковые игры, упражнения	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от содержания и вида занятий					

	/Нищева Н.В/	от 2-3 мин					
1.5	Оздоровительные процедуры: /Агаджанова А.С/ <i>Осенне-зимний период:</i>						
	-прогулка	Ежедневно, 1,5-2 часа в день					
	-общая воздушная ванна	Ежедневно, до и после сна					
	-сон в проветренном помещении	Ежедневно					
	-гимнастика после сна /Харченко Т.Е/		Ежедневно после дневного сна				
	-хождение босиком по массажной поверхности	---	Ежедневно во время гимнастики после сна				
	-полоскание рта	---	---	Ежедневно			
	<i>Летний период:</i>						
	-световоздушные ванны	Ежедневно					
	-солнечные ванны	Ежедневно					
	-сон в проветриваемом помещении	Ежедневно					
	-игры с водой		Ежедневно на прогулке				
	-сон с доступом свежего воздуха	---	---	---	Ежедневно		
	-хождение босиком по массажному коврику	---	Ежедневно во время гимнастики после сна				
	-полоскание рта	---	--	Ежедневно			
	Элементы дыхательной гимнастики, самомассажа /Харченко Т.Е./	--	Во время бодрящей гимнастики (гимнастики после сна)				
Гимнастика для глаз/Базарный В.Ф.	---	---	Ежедневно, во время ООД, в перерывах между ООД в зависимости от вида. 2-5 мин				
2	Организованная образовательная деятельность (игры-занятия, занятия)						
2.1	ООД «Физической культуре» в физкультурном зале /группе /Пензулаева Л.И-дош.в., Лайзане С.Я., Федорова Т.С - ран.возр /	2 раза в неделю 10мин.	3 раза в неделю 10мин.	3 раза в неделю 15 мин	3 раза в неделю 20 мин.	2 раза в неделю 25 мин	2 раза в неделю 30 мин.
	ООД «Физическое развитие» на свежем воздухе /Пензулаева Л.И./	--	---	---	---	1 раз в нед. 25 мин	1 раз в неделю 30 мин.
3	Физкультурно- массовые мероприятия:						
3.1	Физкультурный досуг /В.Н.Зимонина-дошк.возраст/	---	1 раз в мес.15-20 мин	1 раз в мес.20-25 мин	1 раз в мес.25-30мин	1 раз в мес.30 мин	1 раз в мес.30 мин
3.2	Физкультурные праздники	---	---	----	2 раза в год		
3.3	День здоровья	---	---	1 раз в квартал			
4.	Самостоятельная деятельность:						
	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.					

Система оздоровительных мероприятий:

В ДОО используется система оздоровления, которая разработана на холодный и теплый период, в соответствии с рекомендациями (пособием) С.Н.Агаджановой «Закаливание организма дошкольника. Советы врача», Издательство «Детство-Пресс», которая организуется при непосредственном соблюдении следующих условий:

- осуществляются только при полном здоровье детей;

- перерыв на 2-3 недели и более, снижает сопротивляемость организма ребенка простудным факторам;
- избегать перегревающей одежды;
- постепенное увеличение интенсивности оздоровляющих воздействий;
- систематическое и последовательное проведение;
- мероприятия организуются только при положительных эмоциональных реакциях детей

1. Система оздоровления на холодный период года

Возраст детей	Мероприятия	Температура	Время
Младшая группа (3-4 года)	Прогулка	До -15	1,5-2 часа 2 раза в день
	Общая воздушная ванна	+19+20	От 5 до 10 мин. (ежедневно, до и после сна)
	Хожение босиком по массажному коврику	+19 +20	2-3 мин. (до и после сна)
	Сон в проветренном помещении	+ 19 + 20	Широкая аэрация помещения (в соответствии с графиком)
	Бодрящая гимнастика после сна	+ 19 + 20	2-3 мин (после сна)
Средняя группа (4-5 лет)	Прогулка	До -20	1,5-2 часа 2 раза в день
	Общая воздушная ванна	+17+18	От 10 до 15 мин. (ежедневно, до и после сна)
	Хожение босиком по массажному коврику	+18 +19	2-3 мин. (до и после сна)
	Сон в проветренном помещении	+ 19 + 20	Широкая аэрация помещения (в соответствии с графиком)
	Бодрящая гимнастика после сна	+ 17 + 18	4-5 мин. (после сна)
	Полоскание рта	Не ниже +20 +22	После сна
Старшая группа (5-6 лет)	Прогулка	До -20	1,5-2 часа 2 раза в день
	Общая воздушная ванна	+16+17	От 15 до 20 мин. (ежедневно, до и после сна)
	Хожение босиком по массажному коврику	+16 +18	2-3 мин. (до и после сна)
	Полоскание рта	+ 20 +22	После сна
	Сон в проветренном помещении	+ 19 + 20	Широкая аэрация помещения (в соответствии с графиком)
	Бодрящая гимнастика после сна	+ 16 + 17	4-5 мин (после сна)
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	Прогулка	До -20	1,5-2 часа 2 раза в день
	Общая воздушная ванна	+16+17	От 5 до 20 мин. (ежедневно, до и после сна)
	Хожение босиком по массажному коврику	+16 +18	2-3 мин. (до и после сна)
	Полоскание рта	+ 20 +22	После сна
	Сон в проветренном помещении	+ 19 + 20	Широкая аэрация помещения (в соответствии с графиком)
	Бодрящая гимнастика после сна	+ 16+ 17	5-7 мин. (после сна)

2. Система оздоровления на теплый период года

Возраст детей	Мероприятия	Температура	Время/ примечания
	Световоздушн	+ 20 +21	с 1 мин.+1 мин. ежедневно, до 10 мин

Младшая группа 3-4 года	ые ванны (25-30 процедур)		Световоздушные ванны на открытом воздухе являются более сильным раздражителем, т.к. помимо воздействия воздухом, включают действие солнечной радиации и атмосферной ионизации. Детям со 2,3 группой здоровья световоздушные ванны проводят щадящим способом в виде спокойной игры в панаме, в трусах и обуви.
	Солнечные ванны (после освоения световоздушного закаливания)	+20 +25	с 1 мин.+ 1 мин. ежедневно, до 8 мин., (чередовать с пребыванием в тени)
			Солнечные ванны проводятся с 10 до 12 часов во время спокойной игры детей под прямыми солнечными лучами и в после полуденное время с 16 до 18 часов. Детям со 2, 3 группой здоровья солнечные ванны начинают принимать с 2-3 мин., увеличивая каждые 2-3 дня до 20-30 минут в зависимости от возраста ребенка, состояния здоровья, с частичным обнажением тела или заменяют на световоздушные.
	Хождение босиком	+22 и более	3-4 мин. по массажному коврику
	Игры с водой	+ 23(воздух) +20 (вода)	с 1 мин.+ 1 мин. ежедневно до 10 мин. Исключить намочение одежды
	Бодрящая гимнастика после сна	+19 +20	2-3 мин. после сна
Сон в проветриваемом помещении	+ 19 + 20	Широкая аэрация помещения (в соответствии с графиком)	
Средняя группа (4-5 лет)	Световоздушные ванны (25-30 процедур)	+ 20 +21	с 1 мин.+1 мин. ежедневно, до 15 мин
			Световоздушные ванны на открытом воздухе являются более сильным раздражителем, т.к. помимо воздействия воздухом, включают действие солнечной радиации и атмосферной ионизации. Детям со 2,3 группой здоровья световоздушные ванны проводят щадящим способом в виде спокойной игры в панаме, в трусах и обуви.
	Солнечные ванны (после освоения световоздушного закаливания)	+20 +25	с 1 мин.+ 1 мин. ежедневно, до 10 мин., (чередовать с пребыванием в тени)
			Солнечные ванны проводятся с 10 до 12 часов во время спокойной игры детей под прямыми солнечными лучами и в после полуденное время с 16 до 18 часов. Детям со 2, 3 группой здоровья солнечные ванны начинают принимать с 2-3 мин., увеличивая каждые 2-3 дня до 20-30 минут в зависимости от возраста ребенка, состояния здоровья, с частичным обнажением тела или заменяют на световоздушные.
	Хождение босиком	+22 и более	5-6 мин. по массажному коврику
	Полоскание рта	Не ниже +20 +22	После сна
	Игры с водой	+ 23 (воздух) +20 (вода)	с 1 мин.+ 1 мин. ежедневно до 15 мин Исключить намочение одежды
Бодрящая гимнастика после сна	+17 +18	4-5 мин. после сна	
Сон в проветриваемом помещении	+ 19 + 20	Широкая аэрация помещения (в соответствии с графиком)	
Старшая	Световоздушн	+ 20 +21	с 1 мин.+1 мин. ежедневно, до 20 мин.

группа (5-6 лет)	ые ванны (25-30 процедур)		Световоздушные ванны на открытом воздухе являются более сильным раздражителем, т.к. помимо воздействия воздухом, включают действие солнечной радиации и атмосферной ионизации. Детям со 2,3 группой здоровья световоздушные ванны проводят щадящим способом в виде спокойной игры в панаме, в трусах и обуви.
	Солнечные ванны (после освоения световоздушн ого закаливания)	+20 +25	С 1 мин.+ 1 мин. ежедневно, до 15 мин., (чередоватьс пребыванием в тени)
			Солнечные ванны проводятся с 10 до 12 часов во время спокойной игры детей под прямыми солнечными лучами и в после полуденное время с 16 до 18 часов. Детям со 2, 3 группой здоровья солнечные ванны начинают принимать с 2-3 мин., увеличивая каждые 2-3 дня до 20-30 минут в зависимости от возраста ребенка, состояния здоровья, с частичным обнажением тела или заменяют на световоздушные.
	Хождение босиком	+22 и более	6-7 мин. по массажному коврику
	Полоскание рта	Не ниже +20 +22	После сна
	Игры с водой	+ 23 (воздух) +20 (вода)	с 1 мин.+ 1 мин. ежедневно до 20 мин .Исключить намокание одежды
	Бодрящая гимнастика после сна	+16 +17	4-5 мин.после сна
Сон в проветриваем ом помещении	+ 19 + 20	Широкая аэрация помещения (в соответствии с графиком)	
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	Световоздушн ые ванны (30 процедур)	+ 20 +21	с 1 мин.+1 мин. ежедневно, до 20 мин
			Световоздушные ванны на открытом воздухе являются более сильным раздражителем, т.к. помимо воздействия воздухом, включают действие солнечной радиации и атмосферной ионизации. Детям со 2,3 группой здоровья световоздушные ванны проводят щадящим способом в виде спокойной игры в панаме, в трусах и обуви.
	Солнечные ванны (после освоения световоздушн ого закаливания)	+20 +25	с 1 мин.+ 1 мин. ежедневно, до 15 мин., (чередоватьс пребыванием в тени)
			Солнечные ванны проводятся с 10 до 12 часов во время спокойной игры детей под прямыми солнечными лучами и в после полуденное время с 16 до 18 часов. Детям со 2, 3 группой здоровья солнечные ванны начинают принимать с 2-3 мин., увеличивая каждые 2-3 дня до 20-30 минут в зависимости от возраста ребенка, состояния здоровья, с частичным обнажением тела или заменяют на световоздушные.
	Хождение босиком	+22 и более	6-7 мин. по массажному коврику
	Полоскание рта	Не ниже +20 +22	После сна
	Игры с водой	+ 23 (воздух) +20 (вода)	с 1 мин.+ 1 мин. ежедневно до 20 мин . Исключить намокание одежды
Бодрящая гимнастика после сна	+16 +17	5-6 мин.после сна	

	Сон в проветриваемом помещении	+ 19 + 20	Широкая аэрация помещения (в соответствии с графиком)
--	--------------------------------	-----------	---

2.1.8. Система оздоровительных технологий

№	Вид технологии:	Время проведения в режиме дня:	Особенности методики /организации:
1	Физкультминутки /Нищева Н.В./	Во время ООД, 2-5 мин., по мере утомляемости детей.	Используется во всех возрастных группах в качестве профилактики утомления.
2	Гимнастика после сна / упражнения после дневного сна-бодрящая гимнастика-Харченко Т.Е./	Ежедневно после дневного сна, 3-10 мин.	Включают в себя упражнения на кроватках; ходьба по дорожкам здоровья, ребристым дощечка.
3	Элементы гимнастики для глаз/Базарный В.Ф./	Ежедневно по 2-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки. Используется с младшего дошкольного возраста.	Используется в перерывах между ООД где от детей требуется длительное зрительное сосредоточение, а также в рамках других ООД по усмотрению педагога.
4	Элементы дыхательной гимнастики, самомассажа /Харченко Т.Е./	Ежедневно, во время бодрящей гимнастики (гимнастики после сна)	Включены в комплексы бодрящей гимнастики.
5	Пальчиковые игры и упражнения /Нищева Н.В./	Ежедневно, между занятий, во время ООД по ОО ХЭР по 2-3 мин	Включают в себя упражнения пальчиками, используются во всех возрастных группах

2.1.9. Режим двигательной активности воспитанников

№	Формы организации	Первая группа раннего возраста	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
1.	1. Организованная образовательная деятельность (занятия):						
1.1	По физической культуре	2 раза в неделю 10 мин.	3 раза в неделю 10 мин.	3 раза в неделю 15 мин.	3 раза в неделю 20 мин.	3 раза в неделю 25 мин.	3 раза в неделю 30 мин.
2.	2. Физкультурно - оздоровительная деятельность в режимных моментах:						
2.1	Утренняя гимнастика	---	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин
2.2	Физкультурные минутки	Ежедневно по мере необходимости, в зависимости от содержания и вида занятий					
		1-2 мин	2-3 мин	2-3 мин	3-4 мин	3-5 мин	3-5 мин
2.3	Пальчиковые игры, упражнения	Ежедневно в перерывах между занятиями, на занятиях по мере необходимости					
		2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин	2-3 мин
2.4	Гимнастика после сна / упражнения после дневного сна	---	Ежедневно 5 мин	Ежедневно 5 мин	Ежедневно 6-8 мин	Ежедневно 8-10 мин	Ежедневно 10-12 мин
		в сочетании с хождением по массажной поверхности					
2.5	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке, группе	Ежедневно 2-3 р/в 10 – 15 мин	Ежедневно 2-3 р/в 10-15 мин	Ежедневно 2-3 р/в 15– 20 мин	Ежедневно 2-3 р/в 20 – 25 мин	Ежедневно 2-3 р/в 25 –30 мин	Ежедневно 2-3 р/в 25 –30 мин
2.6	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно 5 мин (утром и вечером)	Ежедневно 5 мин (утром и вечером)	Ежедневно 7-10 мин(утром и вечером)	Ежедневно 10-12 мин(утром и вечером)	Ежедневно 12-15мин (утром и вечером)	Ежедневно 12-15 мин (утром и вечером)
3.	3. Самостоятельная деятельность:						
3.1	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.					
4.	4. Физкультурно–массовые мероприятия:						
4.1	Физкультурный досуг	---	1 раз в месяц 15-20 мин	1 раз в месяц 20-25 мин	1 раз в месяц 25-30 мин	1 раз в месяц 30 мин	1 раз в месяц 30мин
4.2	Физкультурно-спортивные праздники	---	---	---	2 раза в год (летом и зимой)	2 раза в год (летом и зимой)	2 раза в год (летом и зимой)

					до 45 мин.	50-60 мин	50-60 мин
4.3	День здоровья	--	--	--	1 раз в квартал		
4.2	Прогулки-походы	--	--	--	В теплый период, 1 раз в месяц, с организованными воспитателем играми		
5	5. Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДОУ и семьи:						
5.1	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, «Дней здоровья», посещения открытых ООД					

2.2.10. Модель взаимодействие инструктора по физической культуре с педагогами ДОО

№	Должность	Направления взаимодействия	Формы
1	Ст.воспитатель	-координация взаимодействия педагогов ДООУ; -анализ организации педагогами физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, анализ эффективности физкультурно-оздоровительной работы	- педагогические советы, организационные совещания; - совместный просмотр и анализ режимных моментов, открытых мероприятий
2	Музыкальный руководитель	- определение и согласование деятельности по организации физкультурно-оздоровительной работы (утренней гимнастики, занятий по физической культуре с музыкальным сопровождением) , по организации физкультурно-массовых мероприятий(спортивно-музыкальных праздников, досугов); - определение и согласование деятельности по взаимодействию с семьями воспитанников (участие в родительских собраниях, организации открытых, совместных мероприятий)	-организационные совещания; -совместное составление планов (праздников, мероприятий с участием семей и т.п.)
3	Воспитатели	-организация физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, определение их содержания; -планирование воспитательно-образовательной работы с детьми по физическому развитию; -организация педагогической диагностики физического подготовленности детей дошкольного возраста; -определение и согласование деятельности по организации физкультурно-оздоровительной работы (утренней гимнастики, занятий по физической культуре), по организации физкультурно-массовых мероприятий(спортивных праздников, досугов); - определение и согласование деятельности по взаимодействию с семьями воспитанников (участие в родительских собраниях, организации открытых, совместных мероприятий. консультирования)	-организационные совещания; -консультирование (в консультационные дни) ; -совместное составление планов (праздников, мероприятий с участием семей и т.п.)
4	Медицинская сестра	-анализ физического развития и состояния здоровья детей и определение групп детей требующих индивидуального подхода в подборе упражнений и дозировании физической нагрузки; -анализ организации закаляющих мероприятий в группах, организации оздоровительно-профилактических мероприятий;	-медико-педагогические совещания по проблемам физического развития детей; -организационные совещания; -совместный просмотр и анализ режимных моментов

2.2 Часть, формируемая участниками образовательных отношений

2.2.1 Описание образовательной деятельности, в части формируемой участниками образовательных отношений

-*Парциальная программа Зимонина В.Н.«Расту здоровым»-*

Программа содержит два блока:

1. «Здоровье»-представлен конспектами оздоровительных занятий в каждой возрастной группе по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни. Данный раздел реализуется ДОУ в образовательной деятельности в ходе режимных моментов.
2. «Азбука движений»- представлен конспектами физкультурных занятий игрового типа в каждой возрастной группе(по несколько занятий), на основе которых авторы Программы разработали физкультурные досуги, они реализуются в образовательной деятельности в ходе режимных моментов.

Содержание образовательной деятельности:

Раздел ОО	ООД (занятия, игры-занятия)	Образовательная деятельность в ходе режимных моментов, самостоятельная деятельность детей
Младшая группа (3-4 года)		
- <i>Активный отдых</i>		- <u>Зимонина В.Н.</u> «Расту здоровым.Программно- методическое пособие для детского сада:в2ч.Часть2»М:ТЦ Сфера,2013 Всего 9 досугов(1 раз в месяц) Сентябрь: стр. 116 «Веселые кузнечики»; Октябрь: стр.118 «На лесной полянке»; Ноябрь: стр. 120 «Теремок»; Декабрь: стр.123 «Путешествие зайки»; Январь: стр. 121 «Приключение кота Леопольда и мышей» Февраль: стр. 125 «Путешествие на паровозике» №1; Март: стр. 126 «Веселые зверюшки» №2; Апрель: стр. 129 «Путешествие в зоопарк» №3; Май: стр. 130 «В гостях у Ежика»№4
- <i>Форм-е основ ЗОЖ</i>		- <u>Зимонина В.Н.</u> «Расту здоровым.Программно- методическое пособие для детского сада:в2ч. Часть 2»М:ТЦ Сфера,2013 Всего-6 тем -стр.16 «Кто мы?»; -стр.18 «Пять помощников моих»; -стр.20 «Что такое улыбка?»; -стр.23 «Знакомимся со своим телом»; -стр.24 «Надо, надо умываться по утрам и вечерам..»; -стр.26 «Очень нужен людям сон»
Средняя группа (4-5 лет)		
- <i>Активный отдых</i>		- <u>Зимонина В.Н.</u> «Расту здоровым.Программно- методическое пособие для детского сада:в2ч.Часть2»М:ТЦ Сфера,2013 Всего 9 досугов(1 раз в месяц) Сентябрь: стр.135 «Как я провел день в детском саду»; Октябрь: стр.137 «Волк и семеро козлят»; Ноябрь: стр. 138 «Три поросенка»; Декабрь: стр.140 «Зайки в гостях у волка» №1; Январь: стр. 142 «Снежная карусель» №2; Февраль: стр. 144 «Лесная сказка» №3; Март: стр. 146 «Цветочная полянка» №4; Апрель: стр. 148 «Ловкие зайчата» №5; Май: стр. 150 «Волшебное путешествие»
- <i>Форм-е основ ЗОЖ</i>		- <u>Зимонина В.Н.</u> «Расту здоровым.Программно- методическое пособие для детского сада:в2ч. Часть 2»М:ТЦ Сфера,2013 Всего-4 темы -стр.28«Сказочное путешествие»; -стр.30 «Встреча с Незнайкой»; -стр.32 «Кто мы?»; -стр.34 «Транспорт
Старшая группа (5-6 лет)		
- <i>Активный отдых</i>		- <u>Зимонина В.Н.</u> «Расту здоровым.Программно- методическое пособие для детского сада:в2ч.Часть2»М:ТЦ Сфера,2013 Всего 9 досугов(1 раз в месяц) Сентябрь: стр. 153 «Волшебник изумрудного города»;

		<p>Октябрь: стр.155 «Цирк»;</p> <p>Ноябрь: стр. 158 «38 попугаев»;</p> <p>Декабрь: стр.160 «Птички невелички» №1;</p> <p>Январь: стр. 161 «Снежная карусель» №2;</p> <p>Февраль: стр. 163 «Гуси-гуси» №3;</p> <p>Март: стр. 166 «Веселые зайчата» №4;</p> <p>Апрель: стр. 156 «Русские красавицы» ;</p> <p>Май: стр. 168 «Мой веселый звонкий мяч»№1</p>
-Форм-е основ ЗОЖ		<p>-<u>Зимонина В.Н.</u>«Расту здоровым. Программно- методическое пособие для детского сада:в2ч. Часть 2»М:ТЦ Сфера,2013</p> <p>Всего-7 тем</p> <p>-стр.35«Мимика и жесты»</p> <p>-стр.38 «Мое имя»;</p> <p>-стр.39«Это плохо очень для ребячей кожицы..»;</p> <p>-стр.41«Учимся доставлять радость другим»;</p> <p>-стр.43 «Я понимаю»(1);</p> <p>-стр.44 «Я понимаю (2);</p> <p>-стр.50 «Мы исследователи, мы следопыты...»</p>
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)		
-Активный отдых		<p>-<u>Зимонина В.Н.</u>«Расту здоровым.Программно- методическое пособие для детского сада:в2ч.Часть2»М:ТЦ Сфера,2013</p> <p>Всего 9 досугов(1 раз в месяц)</p> <p>Сентябрь:стр.168 «Мой веселый звонкий мяч» №1;</p> <p>Октябрь: стр.169 «Спортивная карусель» №2;</p> <p>Ноябрь: стр. 171 «Спортики» №3;</p> <p>Декабрь: стр.176 «Форт Боярд»№1;</p> <p>Январь: стр. 174 «О, сей загадочный Восток...»;</p> <p>Февраль: стр. 178 «Мяч мой друг»№2;</p> <p>Март: стр. 180 «Мячи разные несем» №3;</p> <p>Апрель: стр. 173 «Космическое путешествие»;</p> <p>Май: стр. 181 «Веселые эстафеты» №4</p>
-Форм-е основ ЗОЖ		<p>-<u>Зимонина В.Н.</u>«Расту здоровым.Программно- методическое пособие для детского сада:в2ч. Часть 2»М:ТЦ Сфера,2013</p> <p>Всего-4 темы</p> <p>-стр.51«Мои чувства»;</p> <p>-стр.55 «Не радуйтесь чужой беде, ищите лишь добро везде»;</p> <p>-стр.57 «Учимся быть осторожными»;</p> <p>-стр.66 «Звездное небо- великая книга природы»;</p>

-*Парциальная программа Зимонина В.Н. «Расту здоровым»*

ОО «Физическое развитие»			
Младшая группа(3-4 года)			
Формы:	Способы:	Методы:	Средства реализации Программы:
<p>- Образовательная деятельность в ходе режимных моментов</p> <p>- Самостоятельная деятельность детей</p>	<p>-Групповая</p> <p>-Подгрупповая</p> <p>- Индивидуальная</p>	<p>-Физкультурные досуги</p> <p>- Оздоровительные упражнения (пальчиковые игры)</p> <p>-Беседы</p>	<p>-Веревочки (косички), фишки (ориентиры), гимнастические скамейки, обручи, лесенка, корзины, канат, кегли, шнуры, куклы Бибабо, погремушки, дуги, туннель, массажные коврики, гимнастические доски, флажки, ребристая доска, мячи, набивные мячи, ленточки, кубики, маски)</p>
Средняя группа (4-5 лет)			

<p>- Образовательная деятельность в ходе режимных моментов - Самостоятельная деятельность детей</p>	<p>-Групповая -Подгрупповая - Индивидуальная</p>	<p>-Физкультурные досуги -Оздоровительные упражнения (психогимнастика) -Беседы</p>	<p>-Кегли, наклонная лестница, массажные коврики, гимнастические доски, гимнастические скамейки, ворота, обручи, колокольчики, шведская стенка, наклонная доска, туннель, маты, ленточки, дуги, набивные мячи, легкие мячи (из сухого бассейна), маски, тренажеры, мячи</p>
Старшая группа (5-6 лет)			
<p>- Образовательная деятельность в ходе режимных моментов - Самостоятельная деятельность детей</p>	<p>-Групповая -Подгрупповая - Индивидуальная</p>	<p>-Физкультурные досуги -Оздоровительные упражнения (психогимнастика) -Беседы</p>	<p>-Гимнастические палки, канат, колокольчики, туннель, гимнастические скамейки, наклонная доска, мячи, шнуры, дуги, набивные мячи, мешочки с песком, скакалки, мячи –хопперы, веревочная лестница, ребристая доска, резиновые коврики, корзины, тренажеры для ног, ленточки, кегли, баскетбольное кольцо, туннель</p>
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)			
<p>- Образовательная деятельность в ходе режимных моментов - Самостоятельная деятельность детей</p>	<p>-Групповая -Подгрупповая - Индивидуальная</p>	<p>-Физкультурные досуги -Беседы</p>	<p>-Обручи, мячи разных диаметров, гимнастические скамейки, массажные коврики, ленточки на кольцах, скакалки, ракетки бадминтона и воланы, шнуры, набивные мячи, наклонная доска, лесенка-стремянка, кегли, пластмассовые мячи, мешки для прыжков, канат, туннель, шведская стенка, флажки, корзины, тренажеры, ворота, баскетбольное кольцо, волчки, эмоциональные карточки, мешочки с песком, гантели,</p>

III Организационный раздел

3.1 Обязательная часть

3.1.1 Материально-техническое обеспечение Программы

Дошкольное учреждение оборудовано необходимым оборудованием для своего полноценного функционирования и реализации Программы в полном объеме.

Материально-техническая база соответствует требованиям:

- санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам (*СанПиН 2.3/2.4.3590-20*)
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- СанПин 2.1.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
- правилам пожарной безопасности;
- охране здоровья воспитанников и охране труда работников ДОУ;
- средства обучения и воспитания соответствуют возрасту и индивидуальным особенностям развития детей;
- содержание развивающей предметно-пространственной средой соответствует требованиям ФГОС ДО.

№	Составляющие МТБ	Характеристика оснащения объектов
1	Территория детского сада	Территория детского сада занимает 8596 кв.м. Территория ДОО обнесена забором, за территорией ДОО установлено видеонаблюдение. Территория ДОО озеленена деревьями и кустарниками. На территории размещены 10 прогулочных площадок, на каждом из которых имеется теневой навес, стационарное игровое и спортивное оборудование, закрытая песочница. На территории ДОО отдельно выделена спортивная площадка для проведения физкультурных мероприятий, огород, цветник.
2	Здание детского сада	Здание типовое, отдельно стоящее, в нем имеется горячее и холодное водоснабжение, в рабочем состоянии вентиляция, канализация и централизованное отопление. В ДОО имеется пожарная сигнализация и тревожная кнопка, установлен домофон.
2.1	Групповые, дополнительные помещения	В здании дошкольного учреждения имеются следующие помещения: десять <i>групповых ячеек</i> с отдельно выделенными раздевальными, групповыми, спальнями, буфетными, туалетными. Развивающая предметно-пространственная среда в помещениях ДОО (предназначенных для образовательной деятельности) помогает детям осваивать все виды детской деятельности в соответствии ФГОС ДО. Игровые (групповые) помещения оборудованы по направлениям: 1. Социально-коммуникативное развитие. 2. Речевое развитие. 3. Познавательное развитие. 4. Физическое развитие. 5. Художественно-эстетическое развитие. 6. Игровая деятельность.
2.3	Физкультурный зал	Физкультурный зал находится на первом этаже. В нем имеется синтезатор, музыкальный центр, шведские центры, спортивный комплекс стены лазания, спортивное оборудование, музыкальный центр
2.6	Методический кабинет	Методический кабинет находится на втором этаже. В нем имеются библиотека методической литературы и периодических изданий, наглядно-демонстрационные материалы. Компьютер, принтер, ноутбук, ламинатор
2.7	Медицинский кабинет	Находится на первом этаже. Оснащен мебелью, оборудованием, необходимыми медикаментами.

3.1.2. Обеспеченность средствами обучения и воспитания

Образовательная область «Физическое развитие»

УМК	Наименование	Количество
Младшая группа (3-4 года)		
Л.И. Пензулаева. Физическая культура в детском саду: Младшая группа. – М.: Мозаика – Синтез, 2016	Кубики	50
	Шнуры дна 2,5-3 метра	1
	Мячи диаметром 25-20 см	25
	Мячи диаметром 15-20 см	25
	Стойки для подлезания	4
	Погремушки	50
	Гимнастические скамейки высота 30 см	2
	Гимнастические скамейки высота 25 см	2
	Гимнастические скамейки высота 20 см	2
	Гимнастические доски шириной 25 см	2
	Гимнастические доски шириной 20 см	2
	Гимнастические доски шириной 15см	2
	Обручи плоские диаметром 30-40 см	20
	Обручи диаметром 1 м.	6
	Набивные мячи	25
	Ленточки	25
	Флажки	50
	Гимнастические маты	4
	Дуги для подлезания высотой 50 см	2
	Платочки	52
	Кегли	60
	Кольца от игры «Серсо»	10
Мешочки с песком	25	
Санки	15	
Трехколесные велосипеды	2	
Лыжи	30	
Средняя группа (4-5 лет)		
Л.И. Пензулаева. Физическая культура в детском саду. Средняя группа. – М.: Мозаика – Синтез, 2016	Кубики	50
	Кегли	60
	Набивные мячи	25
	Флажки	50
	Мячи диаметром 25-20 см	25
	Мячи диаметром 15-20 см	25
	Мячи диаметром 6-8 см	10
	Стойки для натягивания шнура (прыжки в высоту)	2
	Обручи	25
	Стойки для подлезания	4
	Дуги для подлезания высотой 50 см	2
	Гимнастическая стенка	4
	Гимнастические доски шириной 25 см	2
	Гимнастические доски шириной 20 см	2
	Гимнастические доски шириной 15см	2
	Гимнастические скамейки высота 25 см	2
	Гимнастические скамейки высота 20 см	2
	Мешочки с песком	25
	Санки	15
	Трехколесные велосипеды	2
	Лыжи	30
	Плоские обручи	20
	Корзины для метания	2
	Платочки	52
Канат	2	
Вертикальная цель	2	

	Гимнастические палки	25
	Скакалки	25
Старшая группа (5-6 лет)		
Л.И. Пензулаева. Физическая культура в детском саду. Старшая группа. – М.: Мозаика – Синтез, 2016	Гимнастические скамейки высота 30 -40 см	1
	Набивной мяч	1
	Флажки	50
	Кольцо пластмассовое диаметр - 20 см	25
	Гимнастические скамейки высота 25 см	1
	Гимнастические скамейки высота 20 см	1
	Кубики пластмассовые	50
	Мячи диаметром 25-20 см	25
	Мячи диаметром 15 см	25
	Мячи диаметром 10 см	25
	Мячи диаметром 7,5 см	25
	Мешочки с песком	25
	Стойки для натягивания шнура (прыжки в высоту)	2
	Кегли	60
	Канат 1,75 м. и 5 м.	2
	Дуги для подлезания высотой 30, 50 см	3
	Гимнастические палки деревянные длина 75 см	10
	Гимнастические палки пластмассовые длина 75 см	10
	Гимнастические палки пластмассовые длина 65 см	25
	Обручи диаметром 70-90см	2
	Обручи диаметром 50 см	50
	Обруч плоский	30
	Коробка для оборудования	5
	Гимнастическая стенка	3
	Бруски мягкие	10
	Мячи футбольные	2
	Гимнастические маты	4
	Ленточки длина -25- 30, 50- 60 см	25
	Веревка 5метров диаметр – 3 см	1
	Веревка 10 метров диаметр - 0,5 см	1
	Щит навесной баскетбольный с корзиной	2
	Мяч баскетбольный большой	2
	Скакалки 1200 см	25
	Лесенка стремянка 2 пролета	1
	Короткие скакалки	15
	Конус с отверстиями	6
	Лестница деревянная с зацепами	2
	Доска гладкая с зацепами	2
	Доска с ребристой поверхностью 3 метра	1
	Щит навесной для метания	2
Лестница веревочная деревянная	1	
Шнур плетенный короткий длина- 25см	50	
Платочек 20/20см	25	
Гантели пластмассовые	50	
Пластины мягкие	10	
Полусферы пластмассовые с отверстием	20	
Оборудование для занятий на воздухе	Спортивный комплекс "Джунгли"	1
	Тоннель кольцевой	1
	Спортивный комплекс для лазания	1
	Бревно для ходьбы (бум-бревно)	1
	Баскетбольные стойки	2
	Стенка для метания со стойкой	1
	Мостик гнутый	1

	Санки	15
	Лыжи	25
	Ракетки и валаны для игры в бадминтон	15
	Клюшки и шайбы	25
	Городки	набор
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)		
Л.И. Пензулаева. Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа. – М.: Мозаика – Синтез, 2016	Гимнастические скамейки высота 30 -40 см	1
	Набивной мяч	1
	Флажки	50
	Кольцо пластмассовое диаметр - 20 см	25
	Гимнастические скамейки высота 25 см	1
	Гимнастические скамейки высота 20 см	1
	Кубики пластмассовые	50
	Мячи диаметром 25-20 см	25
	Мячи диаметром 15 см	25
	Мячи диаметром 10 см	25
	Мячи диаметром 7,5 см	25
	Мешочки с песком	25
	Стойки для натягивания шнура (прыжки в высоту)	2
	Кегли	60
	Канат 1,75 м. и 5 м.	2
	Дуги для подлезания высотой 30, 50 см	3
	Гимнастические палки деревянные длина 75 см	10
	Гимнастические палки пластмассовые длина 75 см	10
	Гимнастические палки пластмассовые длина 65 см	25
	Обручи диаметром 70-90см	2
	Обручи диаметром 50 см	50
	Обруч плоский	30
	Коробка для оборудования	5
	Гимнастическая стенка	3
	Брусочки мягкие	10
	Мячи футбольные	2
	Гимнастические маты	4
	Ленточки длина -25- 30, 50- 60 см	25
	Веревка 5метров диаметр – 3 см	1
	Веревка 10 метров диаметр - 0,5 см	1
	Щит навесной баскетбольный с корзиной	2
	Мяч баскетбольный большой	2
	Скакалки 1200 см	25
	Лесенка стремянка 2 пролета	1
	Короткие скакалки	15
	Конус с отверстиями	6
	Лестница деревянная с зацепами	2
	Доска гладкая с зацепами	2
	Доска с ребристой поверхностью 3 метра	1
	Щит навесной для метания	2
	Лестница веревочная деревянная	1
	Шнур плетенный короткий длина- 25см	50
	Платочек 20/20см	25
Гантели пластмассовые	50	
Пластины мягкие	10	
Полусферы пластмассовые с отверстием	20	
Оборудование для занятий на воздухе	Спортивный комплекс "Джунгли"	1
	Тоннель кольцевой	1
	Спортивный комплекс для лазания	1

	Бревно для ходьбы (бум-бревно)	1
	Баскетбольные стойки	2
	Стенка для метания со стойкой	1
	Мостик гнутый	1
	Санки	15
	Лыжи	30
	Ракетки и валаны для игры в бадминтон	15
	Клюшки и шайбы	25
	Городки	набор

Наглядно-дидактические пособия

Образовательная область «Физическое развитие»		
Серия Рассказы по картинкам:		
«Летние виды спорта»		1
«Зимние виды спорта»		1
Серия Рассказы детям:		
Об олимпийских чемпионах		1
Об Олимпийских играх		1
О зимних видах спорта		1
Серия Мир в картинках:		
«Спортивный инвентарь»		2

3.1.3 Методическое обеспечение Программы

Младшая группа(3-4)		
5.	Физическое развитие	<p>1.БорисоваМ.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез),2016г</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика Комплексы упражнений для детей 3-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез2017)</p> <p>3.В.В. Гербова, Н.Ф. Губанова, О.В. Дыбина «Примерное комплексно-тематическое планирование к программе «От рождения до школы». Младшая группа/– М:Мозаика-Синтез, 2017</p> <p>4.Т.Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников. ФГОС».СПб:ООО «Издательство «Детство-Пресс»,2017</p> <p>5.КостюченкоМ.П.«Образовательная деятельность на прогулках.Картотека прогулок на каждый день по программе « От рождения до школы» под ред. Н.Е вераксы, Т.С. Комаровой М.А. Васильевой .Младшая группа (от 3-4 лет)-Волгоград:Учитель, 2016г</p> <p>7.Степаненкова Э.Я. «Сборник подвижных игр 2-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез).2017г</p> <p>8.БелаяК.Ю. «Формирование основ безопасности у дошкольников.Для занятий с детьми 3-7 лет»ФГОС (Мозаика-синтез),2016г</p> <p>9.Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Младшая группа/ ФГОС (Мозаика-синтез).2017г</p> <p>10.Нищева Н.В. «Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковых гимнастик. Изд. 2-е, дополненное. – СПб.: ООО «Детство-Пресс», 2013</p>

№ Средняя группа(4-5 лет)		
5.	Физическое развитие	<p>1.БорисоваМ.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез),2017г</p> <p>2.Л.И.Пензулаева«Оздоровительная гимнастика Комплексы упражнений для детей 3-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез)2017</p> <p>3.Степаненкова «Сборник подвижных игр 2-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез).2017г</p> <p>4.Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа/ ФГОС (Мозаика-синтез)2016г.</p> <p>5.Т.Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников.</p>

		<p>ФГОС».СПб: ООО «Издательство «Детство-Пресс»,2017</p> <p>6.НебыковаО.Н.,БатоваИ.С.«Образовательная деятельность на прогулках.Картотека прогулок на каждый день по программе « От рождения до школы» под ред. Н.Е Вераксы, Т.С. Комаровой М.А. Васильевой . Средняя группа (от 4-5 лет)-Волгоград:Учитель, 2018г</p> <p>7.БелаяК.Ю. «Формирование основ безопасности у дошкольников.Для занятий с детьми 3-7 лет»ФГОС (Мозаика-синтез),2016г</p> <p>10.Нищева Н.В. «Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковых гимнастик. Изд. 2-е, дополненное. – СПб.: ООО «Детство-Пресс», 2013</p>
--	--	---

№	Старшая группа(5-6 лет)	
5	Физическое развитие	<p>1.БорисоваМ.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез),2016г</p> <p>2.Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика Комплексы упражнений для детей 3-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез)2017</p> <p>3.Степаненкова «Сборник подвижных игр 2-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез).2017г</p> <p>4.Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа»/ ФГОС (Мозаика-синтез).2017г</p> <p>5.Кочанская И.П. «Полезные сказки.Беседы с детьми о хороших привычках»М: ТЦ Сфера,2015</p> <p>6.Т.Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников. ФГОС».СПб: ООО «Издательство «Детство-Пресс»,2017</p> <p>7.БелаяК.Ю. «Формирование основ безопасности у дошкольников.Для занятий с детьми 3-7 лет»ФГОС (Мозаика-синтез),2016г</p> <p>8.Кочанская И.П. «Полезные сказки.Беседы с детьми о хороших привычках»М: ТЦ Сфера,2015</p> <p>9.Нищева Н.В. «Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковых гимнастик. Изд. 2-е, дополненное. – СПб.: ООО «Детство-Пресс», 2013</p> <p>10.С.В.Кузнецова «Туризм в детском саду»-Москва: Обруч, 2013</p>

№	Подготовительная к школе группа(6-7)	
5	Физическое развитие	<p>1.БорисоваМ.М.«Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез),2017г</p> <p>2.Л.И.Пензулаева«Оздоровительнаягимнастика.Комплексы упражнений для детей 3-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез)2017</p> <p>3.СтепаненковаЭ.Я.«Сборник подвижных игр 2-7 лет»/ФГОС (Мозаика-синтез).2017г</p> <p>4.Л.И.Пензулаева «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа»/ ФГОС (Мозаика-синтез),2017г</p> <p>5.Кочанская И.П. «Полезные сказки.Беседы с детьми о хороших привычках»М: ТЦ Сфера,2015</p> <p>6.Т.Е. Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников. ФГОС» СПб: ООО «Издательство «Детство-Пресс»,2017</p> <p>7.КостюченкоМ.П. «Образовательная деятельность на прогулках.Картотека прогулок на каждый день по программе « От рождения до школы» под ред. Н.Е вераксы, Т.С. Комаровой М.А. Васильевой .Подготовительная группа(от6-7лет)-Волгоград: Учитель, 2016г</p> <p>8.БелаяК.Ю.«Формирование основ безопасности у</p>

	дошкольников.Для занятий с детьми 3-7 лет»ФГОС (Мозаика-синтез),2016г 9.Нищева Н.В. «Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковых гимнастик. Изд. 2-е, дополненное. – СПб.: ООО «Детство-Пресс», 2013 10.С.В.Кузнецова «Туризм в детском саду»-Москва: Обруч, 2013
--	---

3.1.4 Особенности организации развивающей предметно- пространственной среды

Важнейшим условием реализации Программы является создание развивающей и эмоционально комфортной для ребенка образовательной среды. Пребывание в детском саду должно доставлять ребенку радость, а образовательные ситуации -увлекательными. Важнейшие образовательные ориентиры: обеспечение эмоционального благополучия детей; создание условий для формирования доброжелательного и внимательного отношения детей к другим людям; развитие детской самостоятельности (инициативности, автономии и ответственности); развитие детских способностей, формирующихся в разных видах деятельности.

Цель создания развивающей предметно-пространственной среды в дошкольном образовательном учреждении — обеспечить жизненно важные потребности формирующейся личности. Развивающая предметно-пространственная среда в МБДОУ направлена на выполнение образовательной, развивающей, воспитывающей, стимулирующей, организационной, коммуникационной, социализирующей и другие функции. Она направлена на развитие инициативности, самостоятельности, творческих проявлений ребёнка. Окружающий предметный мир необходимо пополнять, обновлять в соответствии с возрастными возможностями ребёнка.

Для реализации образовательной *области «Физическое развитие»* имеется определённое оборудование: дидактические материалы, средства, соответствующие психолого-педагогическим особенностям возраста воспитанников, предусматривающее реализацию принципа интеграции образовательных областей, развития детских видов деятельности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, изобразительной, конструктивной, восприятия художественной литературы и фольклора, музыкальной, двигательной.

Развивающая предметно-пространственная среда /далее РППС/ в ДОУ обеспечивает реализацию Программы и создается педагогами для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей, уровня активности и интересов, поддерживая формирование его индивидуальной траектории развития (индивидуальные выставки, коллекции).

При организации РППС педагоги следуют основным принципам ФГОС ДО:

- принцип насыщенности;*
- принцип трансформируемости;*
- принцип полифункциональности;*
- принцип доступности* - обеспечивает свободный доступ воспитанников (в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

- *безопасность среды* - все элементы РППС соответствуют требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы и правила пожарной безопасности.

-*принцип стабильности и динамичности* окружающих ребенка предметов в сбалансированном сочетании традиционных (привычных) и инновационных (неординарных) элементов, что позволяет сделать образовательный процесс более интересным, формы работы с детьми более вариативными, повысить результативность дошкольного образования и способствовать формированию у детей новых компетенций, отвечающих современным требованиям.

Группы младшего дошкольного возраста (от 3 до 4 лет, от 4 до 5 лет) :

В младших группах в основе замысла детской игры лежит предмет, поэтому взрослый каждый раз должен обновлять игровую среду (постройки, игрушки, материалы и др.), чтобы пробудить у малышей любопытство, познавательный интерес, желание ставить и решать игровую задачу. В групповой комнате необходимо создавать условия для самостоятельной двигательной активности детей: предусмотреть площадь, свободную от мебели и игрушек, обеспечить детей

игрушками, побуждающими к двигательной игровой деятельности, менять игрушки, стимулирующие двигательную активность, несколько раз в день.

Группы старшего дошкольного возраста(от 5 до 6 лет, от 6 до 7 лет):

В старших группах замысел основывается на теме игры, поэтому разнообразная полифункциональная предметная среда пробуждает активное воображение детей, и они всякий раз по-новому перестраивают имеющееся игровое пространство, используя гибкие модули, ширмы, занавеси, кубы, стулья. Трансформируемость предметно-игровой среды позволяет ребенку взглянуть на игровое пространство с иной точки зрения, проявить активность в обустройстве места игры и предвидеть ее результаты.

Организация пространства в группе при реализации Программы

-спортивный центр обеспечивает двигательную активность и организацию здоровьесберегающей деятельности детей

-центр безопасности обеспечивает решение задач по формированию основ безопасного поведения(макеты, игры, демонстрационные альбомы)

Развивающая предметно-пространственная среда должна выступать как динамичное пространство, подвижное и легко изменяемое. При проектировании предметной среды следует помнить, что «застывшая» (статичная) предметная среда не сможет выполнять своей развивающей функции в силу того, что перестает пробуждать фантазию ребенка. В целом принцип динамичности — статичности касается степени подвижности игровых пространств, вариантности предметных условий и характера детской деятельности. Вместе с тем, определенная устойчивость и постоянство среды —это необходимое условие ее стабильности, привычности, особенно если это касается мест общего пользования (ящик с полифункциональным материалом и т. п.).

-Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития. Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

3.1.5 Учебный план

Учебный план является механизмом реализации Программы , состоит из двух частей – обязательной и части, формируемой участниками образовательных отношений

Реализация части формируемой участниками образовательных отношений (парциальной программы Зимониной В.Н. «Расту здоровым) предполагается в следующих формах:

-Зимонина В.Н. «Расту здоровым» через образовательную деятельность в ходе режимных моментов по разделу «Формирование начальных представлений о ЗОЖ» в младшей, средней, старшей, подготовительной к школе группе; через культурно-досуговую деятельность(по разделу «Физическая культура»)- физкультурные досуги в младшей, средней, старшей, подготовительной к школе группе.

Дошкольный возраст (от 3 до 7 лет)

Виды организованной образовательной деятельности (занятий)	младшая группа			средняя группа			старшая группа			подготовительная к школе группа		
	ООД в неделю	ООД в месяц ц	ООД в год	ООД в недел ю ООД	ООД в месяц ц	ООД в год	ООД в нед елю	ООД в мес яц	ООД в год	ООД в недел ю	ООД в месяц ц	ООД в год
1.ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ												
Физическое развитие												

Физическая культура : -физкультурный зал -на воздухе	3	12	108	3	12	108	2 1	8 4	72 36	2 1	8 4	72 36
2. ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА												
-Природа	0,5	2	18	0,5	2	18	1	4	36	1	4	36
Общее количество	10	40	360	10	40	360	13,5	54	482	14,5	58	518
Итого по обязательной части и части формируемой участниками ОО:	10	40	360	10	40	360	13,5	54	482	14,5	58	518

Примерная сетка оздоровительной работы детей

Виды деятельности	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Утренняя гимнастика	<i>ежедневно</i>	<i>ежедневно</i>	<i>ежедневно</i>	<i>ежедневно</i>	<i>ежедневно</i>
Комплексы закаливающих процедур	<i>ежедневно</i>	<i>ежедневно</i>	<i>ежедневно</i>	<i>ежедневно</i>	<i>ежедневно</i>
Гигиенические процедуры	<i>ежедневно</i>	<i>ежедневно</i>	<i>ежедневно</i>	<i>ежедневно</i>	<i>ежедневно</i>

3.1.6 Распорядок дня

Распорядок дня /режим дня/ строится в строгом соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями. Он предусматривает разнообразную совместную образовательную деятельность дошкольников с педагогом и самостоятельную деятельность по интересам и выбору детей.

Примерный режим дня воспитанников в холодный период год.

Режимные моменты	I группа раннего возраста	II группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
<i>Дома (рекомендуемый режим) подъем, утренний туалет Прогулка по дороге в детский сад</i>	7.00-7.30	7.00-7.30	7.00-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30	6.30-7.30
В детском саду: <i>Прием, осмотр, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная и групповая работа с детьми, дежурства</i>	6.00-8.20	6.00-8.10	6.00-7.40	6.00-7.50	6.00-8.00	6.00-8.10
<i>Утренняя гимнастика</i>	-----	8.10-8.20	7.40-7.50	7.50-8.00	8.00-8.10	8.10-8.20
<i>Подготовка к завтраку</i>	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.20-8.30	8.10-8.30	8.20-8.30
<i>Завтрак</i>	8.30-8.50 (0,20)	8.30-8.50 (0,20)	8.30-8.50 (0,20)	8.30-8.50 (0,20)	8.30-8-50 (0,20)	8.30-8.50 (0,20)
<i>Самостоятельная деятельность в центрах активности</i>	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00 (0,5)	8.50-9.00

<i>Организованная образовательная деятельность(занятия) -1</i>	1п.9.00-9.10 (0,10) 2п.9.15-9.20 (0,10)	1п.9.00-9.10 (0,10) 2п.9.15-9.20 (0,10)	9.00-9.15 (0,15)	9.00-9.20(0,20)	9.00-9.25 (0,25)	9.00-9.30(0,30)
-2	1п.9.30-9.40 (0,10)	1п.9.30-9.40 (0,10)	9.25-9.40 (0,15) /	9.30-9.50 (0,20) /	9.35 -10.00 (0,25)	9.40-10.10 (0,30)
-3	2п.9.45-9.55 (0,10)	2п.9.45-9.55 (0,10)	9.35-9.50 (0,15)-пт	9.45-10.05 (0,20)-чт., 9.40-10.00 (0,20)-пт.	11.35-12.00 (0,25) (чт/пят на воздухе) / 9.55-10.20 (0,25) ср./пт. 9.40-10.05 (0,25)-вт. 9.45-10.10 (0,25)-чт.	10.20-10.50 (0,30) / 11.45-12.15 (0,30) (ср/чт. на воздухе)
<i>Самостоятельная деятельность в центрах активности, игры</i>	9.55-10.30	9.55-10.30	9.40-10.30/ 9.50-10.30 -пт.	9.50-10.20 / 10.05-10.20-чт., 10.00-10.20 -пт.	10.00-10.25	-----
<i>Второй завтрак</i>	10.30-10.40 (0,10)	10.30-10.40 (0,10)	10.30-10.40(0,10)	10.25-10.35(0,10)	10.25-10.35(0,10)	10.50-11.00
<i>Подготовка к прогулке</i>	10.40-10.50	10.40-10.50	10.40-10.50	10.35-10.45	10.35-10.45	11.00-11.10
<i>Прогулка (игры, наблюдения, труд ,самостоятельная деятельность, физическая культура на воздухе) (продолжительность)</i>	10.50-11.50 (1час)	10.50-11.50 (1час)	10.50-11.50 (1час)	10.45-11.50 (1ч.05мин)	10.45-12.15 (1ч.30 мин)	11.10-12.30 (1час. 20 мин)
<i>Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры</i>	11.50-12.00	11.50-12.00	11.50-12.00	11.50-12.00	12.15-12.25	12.30-12.40
<i>Обед</i>	12.00-12.20 (0,20)	12.00-12.20 (0,20)	12.00-12.25 (0,25)	12.00-12.25(0,25)	12.25-12.40(0,15)	12.40-12.55(0,15)
<i>Дневной сон</i>	12.20-15.20(3ч)	12.20-15.20(3ч)	12.25-15.00 (2ч.35м)	12.25-15.00 (2ч.35м)	12.40-15.10 (2ч.30 мин)	12.55-15.25 (2ч 30 мин)
<i>Постепенный подъем, гигиенические процедуры</i>	15.20-15.30	15.20-15.30	15.00-15.15	15.00-15.15	15.10-15.25	15.25-15.30
<i>Самостоятельная деятельность в центрах активности,игры</i>	----	----	15.15-15.30	15.15-15.30	15.25-15.30	----
<i>Полдник</i>	15.30-15.50(0,20)	15.30-15.50(0,20)	15.30-15.50(0,20)	15.30-15.50(0,20)	15.30-15.50(0,15)	15.30-15.50 (0,15)
<i>Подготовка к ООД, ООД в группах (занятия)</i>	-----	-----	-----	-----	16.00-16.25 (0,25) (пн,вт.,ср.,чт)	-----
<i>Труд, самостоятельная деятельность детей в центрах активности, игры</i>	15.50- 16.00	15.50- 16.00	15.50-16.00	15.50-16.00	16.25-16.30 (вт.,пт.)/ 15.50-16.30 (пн.,ср., чт)	15.50-16.20
<i>Подготовка к прогулке, прогулка(игры, наблюдения. труд ,самостоятельная деятельность)(продолжительность)</i>	16.00-18.00 (2 часа)	16.00-18.00 (2 часа)	16.00-18.00 (2 часа)	16.00-18.00 (2 часа)	16.30-18.00 (1ч.30мин)	16.20-18.00 (1ч.40мин)
<i>Дома (рекомендуемый) Подготовка к ужину,</i>	18.20 18.45	18.20	18.20 18.45	18.20	18.20 18.45	18.20

<i>ужин</i> <i>Спокойные игры</i> <i>Гигиенические процедуры</i> <i>Ночной сон</i>	19.00-7.00 (12 час)	18.45 19.00-7.00 (12час)	19.00- 7.00(12 час)	18.45 20.15 20.30(10 час)	20.15 20.30(10 час)	18.45 20.15 20.30(10 час)
---	------------------------	--------------------------------	---------------------------	---------------------------------	------------------------	---------------------------------

3.1.7 Календарный учебный график

	Первая группа раннего возраста	Вторая группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Режим работы ДОО	6.00 – 18.00					
Продолжительность учебного года	01.09 – 31.05					
Каникулярное время	Новогодние каникулы: 01.01. – 09.01. Летний оздоровительный период: 01.06.- 31.08.					
Продолжительность учебного года	36 недель					
Продолжительность 1 полугодия	с 01.09-31.12					
Продолжительность 2 полугодия	с 09.01-31.05					
Продолжительность учебной нагрузки	5 дней					
Объем недельной нагрузки	10	10	10	10	13,5	14,5
Начало ОД 1 половина дня	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00
Начало ОД 2 половина дня	---	---	--	--	16.00	--
Максимальное количество и продолжительность ОД 1 половина дня	2×10 мин	2×10 мин	2×15 мин	2×20 мин	2×25 мин	3×30 мин
Максимальное количество и продолжительность ОД 2 половина дня	---	---	---	---	1х25 (3 раза в неделю-1, 3 нед/ 2 раза в неделю-2,4нед)	---
Объем еженедневной образовательной нагрузки ОД	20 мин	20 мин	30 мин	40 мин	50 мин – 1 половина дня 25 мин.-2 половина дня (3 раза в неделю-1, 3 нед/ 2 раза в неделю-2,4 нед)	1 час 30
Объем еженедельной образовательной нагрузки ОД 1 половина дня	1 час 40 мин.	1 час 40 мин	2 часа 30 мин	3 часа 20 мин.	4 часа 10 мин	7ч. 30 мин часов – 1,3 нед.; 7 час- 2,4 нед.

Объем еженедельной образовательной нагрузки ОД 2 половина дня	---	---	---	---	1 час 40мин-1,3 неделя.; 50 мин.-2,4 нед.	---
Всего в неделю	1 час 40 мин	1 час 40мин	2 часа 30 мин	3 часа 20 мин	5 часов 50 мин-1, 3 нед/5 часов 2,4 нед	7 часов 30мин
Минимальный перерыв между ОД	10мин	10мин	10мин	10мин.	10мин.	10мин.
Сроки проведения индивидуального учета результатов освоения воспитанникамиОО П (диагностический период)	2-4 неделя мая (мониторинговые мероприятия проводятся в обычном режиме работы ДОУ, без специально отведенного времени)					
Праздничные (нерабочие дни) -Новогодние каникулы; -Международный женский день; -Праздник Весны и Труда; -День Победы; -День России -День народного единства.	В соответствии с производственным календарем на учебный год с 31.12-08.01 8 марта; 1 -3мая; 9-10 мая; 12 июня; 4 ноября					
	<i>Праздники и развлечения , проводимые в рамках образовательного процесса:</i>					
Сентябрь	Дню Знаний,(5-7 лет)					
Октябрь	Осенние праздники (3-7 лет)					
Ноябрь	День матери (3-7 лет)					
Декабрь	Новогодние праздники (1,6-7 лет)					
Февраль	Дню Защитника Отечества(с 4 до 7 лет)					
Март	Широкая Масленица (с 4 до 7 лет)					
Март	Международный Женский День (с 3 до 7 лет)					
Апрель	Весенние праздники (3-7 лет)					
Май	«День Победы»(5-7 лет)					
Май	До свидания, детский сад! (6-7 лет)					
Май	День семьи(3-7 лет)					
Июнь	Дню защиты детей (3-7 лет)					
Июнь	День защиты от экологической опасности»(5-7 лет)					
Июнь	День России (5-7 лет)					

Календарный план воспитательной работы

Календарный план воспитательной работы разработан в свободной форме с указанием: содержания дел, событий, мероприятий; участвующих дошкольных групп; сроков, в том числе сроков подготовки; ответственных лиц.

При формировании календарного плана воспитательной работы Организация вправе включать в него мероприятия по ключевым направлениям воспитания детей.

Все мероприятия должны проводиться с учетом Федеральной программы, а также возрастных, физиологических и психоэмоциональных особенностей воспитанников.

Январь:

27 января: День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады.

Февраль:

21 февраля: Международный день родного языка

23 февраля: День защитника Отечества

Март:

8 марта: Международный женский день

27 марта: Всемирный день театра

Апрель:

12 апреля: День космонавтики

22 апреля: Всемирный день Земли

Май:

1 мая: Праздник Весны и Труда

9 мая: День Победы

24 мая: День славянской письменности и культуры

Июнь:

1 июня: Международный день защиты детей

5 июня: Всемирный день защиты от экологической опасности

12 июня: День России

22 июня: День памяти и скорби

Июль:

8 июля: День семьи, любви и верности

30 июля: День Военно-морского флота

Август:

2 августа: День Воздушно-десантных войск

22 августа: День Государственного флага Российской Федерации

Сентябрь:

1 сентября: День знаний

27 сентября: День воспитателя и всех дошкольных работников

Октябрь:

1 октября: Международный день пожилых людей; Международный день музыки

5 октября: День учителя

16 октября: День отца в России

Ноябрь:

4 ноября: День народного единства

27 ноября: День матери в России

30 ноября: День Государственного герба Российской Федерации

Декабрь:

3 декабря: Международный день инвалидов

9 декабря: День Героев Отечества

12 декабря: День Конституции Российской Федерации

31 декабря: Новый год.

3.2 Часть, формируемая участниками образовательных отношений

3.2.1 Материально-техническое обеспечение Программы, в части формируемой участниками образовательных отношений

-Парциальная программа Зимониной В.Н.«Расту здоровым»

В ДОУ имеется отдельно выделенный **физкультурный зал**, который находится на первом этаже, общей площадью 67,1 кв.м. В котором имеется система пожарной безопасности, система отопления. Предусмотрена возможность проветривания помещения, поверхность пола удобна для обработки, освещение соответствует нормам(естественное освещение-3 окна, искусственное-лампы дневного света с противоударной защитой) .

Физкультурный зал используется для реализации Программы , нем осуществляются следующие разные **формы работы с воспитанниками, с семьями воспитанников:**

- организованная образовательная деятельность (группы дошкольного возраста);
- развлечения, праздники;
- утренняя гимнастика.

Образовательное пространство физкультурного зала оснащено спортивным оборудованием, подбор которого определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. В зале имеется достаточное количество физкультурного оборудования для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников. Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов. Зал оснащен техническими средствами обучения (музыкальный центр).

Гимнастические стенки(2) с дополнительными пособиями прочно крепится к стене. Дополнительно в физкультурном зале установлен спортивный комплекс, к которому крепится канат, веревочная лестница, спортивные кольца. . А также в зале установлена стационарно стена с зацепами («скалодром»). Крупные предметы оборудования (мягкие модули, гимнастические скамейки, кубы, и т. д.) размещаются вдоль стен помещения. Для гимнастических досок, лестниц предусмотрено отдельное место для хранения (где они положены таким образом, чтобы не мешать детям проявлять свою двигательную активность). Мелкое физкультурное оборудование (мячи, кольца, мешочки с грузом, кубики, и т.д.) хранятся в секционном шкафу, на специальных полках, стеллажах. Обручи, шнуры, скакалки также хранятся в специально размещены на стенах на специальных крюках в специально отведенном месте.

Для растягивания сеток (для игр с мячом), натягивания шнуров, резинок (для подвешивания мелких предметов, для подлезания, перепрыгивания) расположены крепления в виде скоб на разных уровнях противоположных стен.

На стене физкультурного зала оформлен стенд для воспитанников, на котором размещаются демонстрационные материалы по знакомству детей с различными видами спорта, отдельными спортивными достижениями воспитанников, их семей. Пространство физкультурного зала *трансформируется* в зависимости от образовательной ситуации, с том числе от меняющихся интересов и возможностей детей. Наличие переносного спортивного оборудования позволяет видоизменять его пространство. Оборудование, пособия в физкультурном зале *полифункциональны* и пригодны для использования в разных видах детской деятельности. Активно используются детьми разнообразное спортивное оборудование, атрибуты для подвижных игр и др.

Содержание развивающей предметно-пространственной среды физкультурного зала насыщено и соответствует возрастным возможностям детей дошкольного возраста и содержанию Программы.

У физкультурного зала оформлен стенд для родителей «Со спортом мы дружны!», куда помещаются информационные материалы о физическом воспитании, анонсы мероприятий, фотоотчеты, достижения воспитанников в различных конкурсах и др.

На территории дошкольного учреждения имеется **спортивная площадка**(общей площадью 726,56 кв.м) оснащенная: ямой для прыжков в длину, дугами для подлезания, дуги-упоры для отжимания, гимнастическими стенками, футбольными воротами (выносные), турниками для подтягивания , мишенями для разного вида метания, лабиринтом «зигзак», бревном для ходьбы (бум-бревно), баскетбольная стойка «Жираф»

Спортивная площадка используется для реализации Программы ,на ней осуществляются следующие **формы работы с воспитанниками, с семьями воспитанников:**

- организованная образовательная деятельность (группы старшего дошкольного возраста занятия на воздухе по физической культуре);
- развлечения, праздники;
- лыжная подготовка (в зимний период средняя, старшая, поготовительная группы).
- спортивные, подвижные игры (в рамках организации самостоятельной деятельности детей на прогулке)

3.2.2 Методическое обеспечение Программы, в части формируемой участниками образовательных отношений

-Парциальная программа Зимониной В.Н.«Расту здоровым»

Часть, формируемая участниками образовательного процесса:Дошкольный возраст		
Образовательные области	Разделы ООП ДО	Автор, название:
Физическое развитие	-Физическая культура -Формирование ЗОЖ	-Зимонина В.Н. «Расту здоровым.Программно-методическое пособие для детского сада: в 2 частях»- М.: ТЦ Сфера, 2013