

ПРИНЯТО:

На педагогическом совете
МБДОУ – детский сад № 406
Протокол № 1 от 24.08.2020г.

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий
МБДОУ – детский сад № 406
Н.В. Кондровина
Приказ № 124 от 31.08.2020г.



СОГЛАСОВАНО:

С первичной профсоюзной организацией
Председатель первичной профсоюзной
организации МБДОУ – детский сад № 406

Ирина / И.И. Кремлева
Протокол № 11 от 31.08.2020г.

С учетом мнения
Совета родителей МБДОУ –
детский сад № 406

Протокол № 1 от 31.08.2020г.



Рабочая программа на 2020 – 2021 образовательный период по физическому развитию (1 – 8 лет)

Разработал: инструктор по физической культуре

Приложение к ООП ДО МБДОУ – детский сад №406

г. Екатеринбург, 2020

СОДЕРЖАНИЕ

№	Название главы	Стр.
1.	Целевой раздел	3
	<i>Обязательная часть Программы</i>	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Основные характеристики особенностей развития детей	4
1.3.	Планируемые результаты освоения Программы	6
	<i>Часть, формируемая участниками образовательных отношений Программы</i>	8
2.	Содержательный раздел	10
	<i>Обязательная часть</i>	
2.1.	Описание образовательной деятельности	10
2.2.	Формы, способы, методы и средства реализации Программы	17
2.3.	Взаимодействие с семьями воспитанников	25
2.4.	Способы и направления поддержки детской инициативы	26
	<i>Часть, формируемая участниками образовательных отношений Программы</i>	29
3.	Организационный раздел	30
3.1.	Материально-техническое обеспечение Программы	30
3.2.	Обеспеченность методическими материалами, средствами обучения и воспитания	31
3.3.	Режим дня	32
3.4.	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	39
3.5.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	39
	Приложение	
	Система педагогической диагностики результатов освоения обучающимися Программы детьми по физическому развитию для детей от 1 до 8 лет	42
	Список используемой литературы при календарно-тематическом планировании	48
	Календарно-тематическое планирование на образовательный период	

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа модуля физическое развитие МБДОУ – детский сад № 406 (далее Программа) является составным компонентом основной общеобразовательной программы МБДОУ, характеризует систему организации образовательной деятельности педагогов, определяет ценностно-целевые ориентиры, образовательную модель и содержание образования для детей дошкольного возраста.

Цель и задачи Программы определяются ФГОС дошкольного образования, Уставом ДОУ, потребностями детей и родителей, социума, в котором находится дошкольное образовательное учреждение и с учетом специфики национальных и социокультурных условий.

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

Цель Программы: сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья, создание условий для становления творческой, интеллектуальной, духовно и физически развитой личности, способной к осознанному саморазвитию.

Задачи программы:

- содействовать приобретению двигательного опыта детей, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость;
- создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки), овладения подвижными играми с правилами;
- развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта;
- способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Реализуемая Программа строится на принципах:

1) поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства – понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;

2) личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей;

3) уважение личности ребенка;

4) реализация Программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

Реализуемая Программа учитывает **основные принципы** дошкольного образования, указанные в ФГОС ДО:

- 1) полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (индивидуализация дошкольного образования);
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) сотрудничество детского сада с семьёй;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития)
- 9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

1.2. Значимые характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

При организации образовательного процесса учитываются реальные потребности детей различной этнической принадлежности, которые воспитываются в семьях с разными национальными и культурными традициями. С учетом этих особенностей определяются формы, средства образовательной деятельности с детьми, организация развивающей предметно-пространственной среды.

Природно-климатические условия города Екатеринбурга сложны и многообразны. Достаточно длинный весенний и осенний периоды, уральская холодная зима. График образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов:

- холодный период – образовательный (сентябрь – май), составляется определенный режим дня и осуществляется планирование непрерывной образовательной деятельности с детьми в разнообразных формах работы;
- теплый период – оздоровительный (июнь – август), для которого составляется другой режим дня, осуществляется оздоровительная и культурно-досуговая деятельность.

При планировании образовательной деятельности вносятся коррективы в физкультурно-оздоровительную работу. Учитывая климатические и природные особенности Уральского региона, два раза непрерывная образовательная деятельность по физическому развитию проводится в зале и один раз – на воздухе для детей старшего дошкольного возраста.

Возрастные особенности детей.

Дошкольный возраст является важнейшим в развитии человека, так как он заполнен существенными физиологическими, психологическими и социальными изменениями. Это период жизни, который рассматривается в педагогике и психологии как самоценное явление со своими законами, субъективно переживается в большинстве случаев как счастливая, беззаботная, полная приключений и открытий жизнь. Дошкольное детство играет решающую роль в становлении личности, определяя ход и результаты её развития на последующих этапах жизненного пути человека.

1-3 года. В развитии ребенка третьего года жизни двигательная деятельность занимает особое место. Она является необходимым условием формирования основных структур и функций организма, познания мира, развития воли и мотивов, создания позитивного эмоционального состояния. Культура движений ребенка третьего года жизни начинается с обогащения его двигательного опыта. На третьем году происходит

существенный перелом в отношениях ребенка с окружающими, который проявляется в появлении, с одной стороны, ярко выраженного стремления к самостоятельности, а с другой – желания быть похожим на взрослых, подражать им. Сотрудничество и сотворчество детей и взрослого в двигательной деятельности развивают воображение детей, побуждают их к свободным и естественным движениям. Это положительно сказывается на самостоятельной двигательной деятельности.

3-4 года. Именно в этом возрасте дети чаще всего начинают посещать организации дошкольного уровня образования. Начало посещения дошкольной образовательной организации зачастую является первым выходом для ребёнка в большой мир, в непривычные и не очень знакомые ему условия, где необходимо оставаться на довольно длительное время. В младшем дошкольном возрасте дети продолжают осваивать предметы человеческой культуры и начинают познавать устройство окружающего мира. К четырём годам дети хорошо владеют в общих чертах всеми видами основных движений, возникает необходимость в двигательной импровизации, но они ещё не умеют соразмерять свои силы и возможности. Убедившись в трудности выполнения какого-либо упражнения, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий. Двигательная активность детей во многом обусловлена достаточно большим двигательным запасом и хорошей пространственной ориентировкой. Они стремятся к разным сочетаниям физкультурных пособий. Как чрезмерно подвижным, так и малоподвижным детям необходима помощь взрослого, который поможет показать разнообразные действия с пособиями: мячом, обручем, скакалкой и т.д. Важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Ребёнку трёх лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений.

4-5 лет. В этом возрасте дети направлены на освоение устройства окружающего мира. Чем разнообразнее представления детей об окружающей жизни и опыт взаимодействия с детьми разного возраста, тем лучше развита у них игровая деятельность. На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятие, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Появляется интерес к результатам движения. Потребность выполнять его в соответствии с образцом. Двигательная активность ребёнка этого возраста характеризуется соответствующими изменениями в основных движениях.

5-6 лет. Интересы детей направлены на освоения мира человеческих отношений. Ведущей деятельностью на протяжении всего дошкольного возраста является сюжетно-ролевая игра, в которой формируются основные достижения возраста. На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требование к их качеству, больше внимания уделять развитию морально-волевых и физических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений. В старшем возрасте дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения (ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и высоту с разбега, с приземлением на мягкое; бег с препятствием, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами), учатся спортивным играм и спортивным упражнениям.

6-8 лет. Возраст 6-8 лет имеет особое значение для психического развития детей, в этот год дети из дошкольников превращаются в будущих учеников. Важным становится формирование готовности к переходу на следующую ступень образования – обучение в начальной школе. На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки

самореализации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении задания. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. У детей формируется потребности заниматься физическими упражнениями, развивается самостоятельность.

1.3. Планируемые результаты освоения Программы

Специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка к концу дошкольного образования.

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия, установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Целевые ориентиры выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные (ключевые) характеристики развития личности ребенка. Основные (ключевые) характеристики развития личности представлены в виде характеристик возможных достижений воспитанников на этапе завершения дошкольного образования.

К инвариантным целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка в раннем возрасте:

1) с удовольствием двигается – ходит, бегает в разных направлениях, стремится осваивать различные виды движения (подпрыгивание, лазанье, перешагивание и пр.)

К инвариантным целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения дошкольного образования в области физического развития:

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

Планируемые результаты освоения модуля физическое развитие:

1-3 года

Владеет простейшими навыками самообслуживания.

Умеет:

–ходить прямо

–бегать в разных направлениях

Может:

–перешагивать

–ходить по лестнице

–преодолевать препятствия, расстояния

3-4 года

Замечает непорядок в одежде, устраняет его при помощи взрослых.

Владеет простейшими навыками поведения во время еды, мытья.

Умеет:

- ходить прямо, сохраняя заданное воспитателем направление;
- бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление.

Может:

- ползать на четвереньках;
- лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке;
- катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м;
- бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы;
- метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

4-5 лет

Соблюдает элементарные правила гигиены: моет руки с мылом, пользуется расчёской, носовым платком.

Соблюдает элементарные правила приёма пищи: моет руки перед едой, правильно пользуется столовыми приборами.

Обращается к взрослым при заболевании, травме.

Умеет:

- принимать правильное исходное положение при метании;
- строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу;
- отбивать мяч о пол не менее пяти раз;
- выполнять упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

Может:

- метать предметы разными способами обеими руками;
- ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м;
- скользить самостоятельно по ледяным дорожкам (длина 5 м);
- ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполнять поворот переступанием, подниматься в горку;
- ориентироваться в пространстве, находить левую и правую стороны.

5-6 лет

Умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своём шкафу.

Имеет навыки опрятности.

Владеет элементарными навыками личной гигиены.

Владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилок, ножом.

Имеет начальные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания.

Умеет:

- ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;
- лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;
- может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку;
- метать предметы обеими руками на расстояние 5–9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз;
- перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом;
- кататься на самокате.

Может:

- выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие;

- придумывать, принимать и распознавать выразительные позы, в том числе в рамках игровых сюжетов;
- ходить на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживать за лыжами;
- самостоятельно (по замыслу) воспроизводить эмоциональные состояния, а также распознавать их.

6-8 лет

Имеет сформированные представления о здоровом образе жизни (об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, о правильном питании, о значении двигательной активности в жизни человека, о зависимости здоровья от правильного питания).

Выполняет:

- все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье);
- физические упражнения из разных исходных положений чётко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.

С группой детей перестраивается в три–четыре колонны, в два–три круга на ходу, в две шеренги после расчёта на первый–второй, соблюдая интервалы во время передвижения.

Может:

- прыгать на мягкое покрытие с высоты до 40 см, мягко приземляться, прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега – 180 см, в высоту с разбега – не менее 50 см;
- перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг), бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м, метать предметы в движущуюся цель.

Умеет:

- умываться, насухо вытираться;
- чистить зубы, полоскать рот после еды;
- следить за своим внешним видом;
- пользоваться носовым платком и расчёской;
- быстро одеваться и раздеваться;
- вешать одежду в определённом порядке;
- следить за чистотой одежды и обуви.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений Программы

Цель модуля физическое развитие в части, формируемой участниками образовательных отношений – воспитание у ребенка навыков адекватного поведения в различных ситуациях, самостоятельности и ответственности за свое поведение.

Задачи:

- Формирование ценностей здорового образа жизни.

Значимые характеристики дошкольного возраста, в части формируемой участниками образовательных отношений

В дошкольном возрасте происходит бурное развитие всех познавательных процессов, которые все больше приобретают произвольный характер, расширение границ жизненного опыта. Дошкольники в силу своих возрастных особенностей не могут обеспечить собственную безопасность. Но данный период сенситивен для формирования способности самостоятельно и безопасно действовать в повседневной жизни и неординарных ситуациях, развивать формы личной активности, творчества в различных видах деятельности. К концу дошкольного периода ребенок овладевает навыками социального общения, культурного взаимодействия, имеет общие представления о мире, о себе, достаточные навыки самообслуживания и опыт взаимопомощи.

Принципиальное значение имеют следующие характеристики дошкольников:

1. Анатомо-физиологические особенности: дети имеют маленький рост, из-за чего у них небольшой угол обзора, малое поле зрения. В 6 лет появляется возможность оценить события в десятиметровой зоне, что составляет примерно 0,1 часть поля зрения взрослого человека. До 8 лет дети испытывают сложности с определением направления и источника звука, они не способны перевести взгляд с близких объектов на дальние, и наоборот.

2. Сложности в управлении своим поведением (импульсивность поведения): это связано с высоким уровнем произвольной регуляции, самоконтроля, в результате чего поступки нередко совершаются под влиянием эмоций.

3. Повышенная двигательная активность: в сочетании с импульсивным поведением, эмоциональностью и любопытством при отсутствии контроля со стороны взрослых могут стать причиной попадания детей в опасные ситуации.

4. Трудности распределения и переключения внимания с одного объекта на другой. Обычно оно полностью сосредоточено только на собственных конкретных действиях. Кроме того, дети реагируют на те звуки, которые им интересны.

5. Неадекватность самооценки детей, переоценка ими своих возможностей способны привести к возникновению проблемных ситуаций. Чаще всего возникновение значительной необъективности самооценки связано с выбором взрослыми неверных тактик воспитания. Наиболее значимое влияние на формирование детской самооценки оказывают родители.

Планируемые результаты освоения части, формируемой участниками образовательных отношений

Реализация образовательных целей и задач модуля физическое развитие в части, формируемой участниками образовательных отношений, направлена на достижение основных характеристик развития личности ребенка. Основные характеристики развития личности представлены в виде характеристик возможных достижений воспитанников на этапе завершения дошкольного образования и являются определенным отражением образовательных воздействий при реализации основных образовательных областей.

1) *ребенок признает здоровье как наиважнейшую ценность* человеческого бытия, проявляет готовность заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих, соблюдать правила безопасности жизнедеятельности, самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья в рамках адекватной возрасту жизнедеятельности и общении;

2) *ребенок может оценить себя* (рацион, режим питания, режим дня) с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни;

3) *ребенок может планировать* свой режим дня, учитывая важность физической активности, соблюдения гигиенических правил и норм.

2.Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности модуля *физическое развитие*

Содержание программы направлено на развитие двигательной деятельности.

Задачи модуля физическое развитие в соответствии с требованиями ФГОС ДО направлены на:

- приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, 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 физического развития зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей. *В раннем возрасте* основными задачами в данном модуле являются:

- Создавать условия для гармоничного физического и психического развития ребенка с учетом его индивидуальных особенностей.
- Развивать устойчивый интерес к движениям и физическим упражнениям. Поддерживать двигательную активность.
- Совершенствовать умение ребенка управлять своим телом и движениями в разных условиях, свободно ориентироваться в пространстве и активно осваивать его в процессе разных движений.
- Обогащать и разнообразить двигательный опыт, изменяя способы и характер движений.
- Продолжать развивать основные двигательные умения (ходьба, бег, прыжки, лазание, бросание, ловля и др.), сохраняя индивидуальный темп и ритм.
- Содействовать становлению образа и чувства своего тела (телесности). Продолжать знакомить с телом человека.
- Формировать культурно-гигиенические навыки; развивать потребность в чистоте и опрятности.
- Приобщать к здоровому образу жизни, укреплять здоровье.
- Содействовать формированию физических и личностных качеств.

Основными направлениями физического развития детей в раннем возрасте является: укрепление здоровья детей, становление ценностей здорового образа жизни; развитие различных видов двигательной активности.

Укрепление здоровья детей, становление ценностей здорового образа жизни

Воспитатель организует правильный режим дня, приучает детей к соблюдению правил личной гигиены, в доступной форме объясняет, что полезно и что вредно для здоровья. Поддерживает дальнейшее знакомство ребенка со своим телом (его строением, функционированием – в соответствии с возрастом), развивает ощущение своего тела (состояние здоровья, самочувствие, положение в пространстве, ощущение бодрости или, напротив, усталости, чувство сытости или, напротив, голода и др.)

Инструктор по физической культуре во время двигательной деятельности обращает внимание на положение головы и осанки, частоту дыхания и окраску кожи лица; произвольные положения губ, рук и ступней ног ребенка; положение корпуса тела во время ходьбы, наличие личного пространства, расстояние между ребенком и другими

детьми; владение внешними формами приветствия; образность, пластичность и ритмичность движений.

Телесно-ориентированные практики: дыхательные упражнения, зеркальное отражение, упражнения с образами, работа с жестами, мимикой, дыханием как выражением эмоций, выполнение упражнений в парах, подгруппами, контроль за самочувствием ребенка и др.

Развитие различных видов двигательной активности

Воспитатель создает условия для полноценного физического развития в разных ситуациях: на утренней гимнастике, в процессе занятий физической культурой, в подвижных играх, на прогулке – в естественной двигательной активности ребенка.

Внутри помещений МБДОУ и на внешней территории организуется пространственная среда с соответствующим оборудованием – как для удовлетворения естественной потребности детей в движении, для развития ловкости, силы, координации и т. п. Проводятся подвижные игры, что способствует получению детьми радости от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, правильной осанки. Дети вовлекаются в игры с предметами, стимулирующими развитие мелкой моторики.

Создаются условия для развития основных движений. Дети учатся ходить и бегать по ограниченной площади: индивидуально, небольшими группами, затем всей группой в определенном направлении. Иницируется преодоление препятствий разными способами (подлезать, переползать, спрыгивать и др.). Усложняются способы управления мячом: бросание в заданном направлении, ловля, прокатывание. Проводятся упражнения в прыжках: подпрыгивание на двух ногах, перепрыгивание через линию или шнур, спрыгивание с невысоких предметов, мягко приземляясь. Создаются ситуации для развития умения ориентироваться в пространстве (в групповой комнате, в физкультурном и музыкальном зале, на прогулочной площадке, на улице). Дети учатся согласовывать свои движения с движениями других играющих, двигаться, не наталкиваясь друг на друга. Поддерживаются проявления образной выразительности движений, подражание персонажам потешек, стихов, сказок, театральных постановок.

Ходьба	ходить «стайкой» за воспитателем в заданном направлении, меняя направление; перешагивая через линии, кубики; огибая предметы; парами; по кругу, взявшись за руки; переходить от ходьбы к бегу и от бега к ходьбе. Игры: «К куклам в гости», «По тропинке», «Догоните меня», «Принеси предмет», «Пузырь»
Бег	бегать за воспитателем, убежать от него; бегать в разных направлениях, не сталкиваясь друг с другом; догонять катящиеся предметы; пробегать между линиями (30-25 см), не наступая на них; бегать непрерывно в течение 30-40 секунд; пробегать медленно до 80м. Игры: «Поезд», «Самолеты», «Догони мяч», «Догони собачку», «Курочка-хохлатка», «Автомобиль»
Прыжки	прыгать на двух ногах на месте и слегка продвигаясь вперед; подпрыгивая вверх, стараясь коснуться предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка; перепрыгивать через линию, веревку, положенную на пол; через две параллельные линии (от 10 до 30 см); прыгать на двух ногах как можно дальше. Игры: «Подпрыгни до ладони», «Позвони в колокольчик», «Прыгай, как мячик», «Пробеги-подпрыгни», «Зайка-беленький сидит», «Зайка серый умывается»
Ползание	проползать на четвереньках 3-4 м; в вертикально стоящий обруч; подлезать под препятствия высотой 30-40 см. Игры: «Доползти до погремушки», «Воротики», «Не наступи на линию», «Будь осторожен», «Обезьянки», влезать на лесенку-стремянку
Бросания и	скатывать мячи с горки; катание друг другу мячей, шариков, двумя и

ловля	одной рукой; бросать мяч двумя руками воспитателю; стараться поймать мяч, брошенный воспитателем; бросать предметы (мячи, мешочки с песком, шишки и др.) в горизонтальную цель (расстояние 1 м), двумя руками, поочередно правой и левой рукой. Игры: «Мяч в кругу», «Попади в воротики», «Лови мяч», «Целься верней», «Попади в корзину»
Скольжение	прокатывание детей по ледяным дорожкам взрослыми; скатывание с невысокой ледяной горки на картоне, фанере, клеенчатой подстилке с помощью взрослого
Упражнения для рук и плечевого пояса	руки вниз, вперед, вверх, в стороны, за спину; поднимать; сгибать и разгибать; размахивать вперед-назад; хлопать перед собой, над головой; сжимать и разжимать пальцы, захватывать пальцами мелкие предметы
Упражнения для туловища	из положения стоя, сидя, лежа наклоняться вперед, в стороны; поворачиваться вправо, влево; переворачиваться со спины на живот и обратно
Упражнения для ног	ноги вместе, слегка расставлены; сгибать и разгибать, приподниматься на носки; полуприседать с опорой; сгибать и разгибать стопы

Основными направлениями в физическом развитии детей дошкольного возраста являются: развитие культуры движений и оздоровительная работа.

Общие цели	Основные виды деятельности в соответствии с требованиями ФГОС ДО
Психолого-педагогическая поддержка способностей к двигательному творчеству; создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей на основе формирования эмоционального воображения	Двигательная, игровая, коммуникативная

Развитие культуры движений

Цель данного направления – развитие творчества в различных сферах двигательной активности и на этой основе – формирование осмысленности и произвольности движений, физических качеств, обогащение двигательного опыта.

Центральное направление работы – содействие ребенку в открытии «необыденного мира» движений, приобретающих для него черты «знакомых незнакомцев». Это предполагает выделение таких характеристик движений, благодаря которым со временем они смогут стать для детей особым объектом проектирования, конструирования, преобразования, познания и оценки, а тем самым – по-настоящему произвольными, свободно, внутренне управляемыми. Иначе, речь идет о закладке у ребенка начал творческого отношения к миру движений, без которого невозможно его полноценное физическое развитие. Поэтому на передний план выдвигается задача формирования творческого воображения детей, которое осуществляется разнообразными средствами специально организованной двигательной-игровой деятельности с помощью:

- основных видов движений;
- упражнений и заданий на принятие и сохранение позы;
- упражнений и заданий на развитие мелких мышц руки;
- упражнений на развитие мелких мышц лица и мимики;
- упражнений для разных групп мышц;
- спортивных упражнений и игр;
- силовых упражнений, элементов спортивных игр для мальчиков;
- художественно-спортивных упражнений для девочек;
- подготовки к плаванию;
- музыкально-ритмических упражнений;
- подвижных игр;

- игр-аттракционов для праздников.

Младшая группа

Задача формирования творческого воображения детей решается путем проблемного введения эталонов основных движений в вариативных условиях их построения и выполнения. Особое внимание уделяется, в частности, развитию способности к двигательной инверсии – построению и выполнению «движений-перевёртышей», «движений наоборот» как одной из форм двигательного экспериментирования, поддержка которого, в целом, является стержневой линией образовательной работы в группе.

При этом детям первоначально раскрывается коммуникативный смысл (коммуникативные функции) движения, которое перестает быть для них сугубо исполнительным актом, а становится способом обращения к другому человеку (педагогу, сверстнику), «инструментом» сотрудничества, общения, диалога, взаимопонимания.

<i>Основные виды движений</i>	Развивать двигательное экспериментирование, интерес к движениям, особенностям их построения и выполнения.
<i>Упражнения и задания на принятие и сохранение позы</i>	Формировать произвольность средствами развития двигательного воображения.
<i>Упражнения и задания на развитие мелких мышц руки</i>	Формировать выразительность движения как условие развития осмысленной моторики.
<i>Упражнения на развитие мелких мышц лица и мимики</i>	Развивать умение «экспериментировать» с выражением лица.
<i>Упражнения для разных групп мышц</i>	Укреплять мышечный аппарат. Совершенствовать физические качества как эффект развитие двигательного воображения.
<i>Спортивные упражнения и игры (катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, катание на велосипеде)</i>	Развивать двигательную самостоятельность.
<i>Подготовка к плаванию</i>	Формировать умения имитировать в игре «технику» плавания.
<i>Музыкально-ритмические упражнения</i>	Развивать умение выделять общий эмоциональный тон музыки и передавать его в движении.
<i>Подвижные игры</i>	Формировать предпосылки умений выделять и реализовывать коммуникативные функции движений. Формировать двигательную самостоятельность и находчивость, координацию движений, умение ориентироваться в пространстве.
<i>Игры-аттракционы для праздников</i>	Формировать предпосылки ценностного отношения к движению.

Средняя группа

Ключевым приоритетом работы продолжает оставаться проблемное введение эталонов основных движений и создание условий для их творческого освоения детьми в различных ситуациях одновременно обеспечивает совершенствование физических качеств (скоростных, силовых, выносливости, координации и др.), двигательной умелости. Этому, в частности, способствует гибкое сочетание на занятиях упражнений (обучающих и игровых) с подвижными играми.

Развитие в этом процессе двигательного воображения (в том числе, умения «входить в образ») становится основой для «одушевления» и осмысления движений; тем самым закладывается существенная предпосылка формирования произвольной моторики. Другой предпосылкой этого служит воспитание способности эмоционально переживать

движение в качестве особого, неординарного «события» и, наоборот, – выразить в движении строй своих переживаний и чувств (формирование экспрессии движений). Развивается двигательная самостоятельность – не только как способность выполнять то или иное движение без помощи взрослого, но и как умение фиксировать и осмысливать без этой помощи собственное затруднение при выполнении движения.

<i>Основные виды движений</i>	Формировать выразительность движений, способность вариативно осуществлять их в игровой ситуации. Формирование двигательной находчивости, умение планировать собственные двигательные действия и координировать их с действиями педагога и других детей.
<i>Упражнения и задания на принятие и сохранение позы</i>	Развивать умение воспроизводить выразительные позы, закреплять представление о связи позы и движения.
<i>Упражнения и задания на развитие мелких мышц руки</i>	Формировать изобразительные движения как условие развития осмысленной моторики.
<i>Упражнения на развитие мелких мышц лица и мимики</i>	Развивать умение выражать с помощью мимики эмоциональные состояния, воссоздавать мимику сказочных персонажей и реальных людей в различных ситуациях.
<i>Упражнения для разных групп мышц</i>	Укреплять мышечный аппарат. Совершенствовать физические качества как эффект развития двигательного воображения.
<i>Спортивные упражнения и игры (катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, катание на велосипеде)</i>	Формировать умение использовать вариативные способы построения и выполнения движений в различных условиях.
<i>Подготовка к плаванию</i>	Формировать умения имитировать в игре «технику» плавания. Формировать навыки правильного дыхания в воде.
<i>Музыкально-ритмические упражнения</i>	Закреплять представление о связи экспрессивных характеристик движения и музыки, ориентировки на музыкальный ритм. Развивать умения самостоятельно находить образы, соответствующие заданному ритму и выражать их через движения.
<i>Подвижные игры</i>	Развивать способность ориентироваться на других при построении индивидуального действия, перевоплощаться. Формировать двигательную находчивость, оперативность мышления, изобразительность и произвольность движений, умений использовать слово в качестве опоры при решении двигательных задач, осмысленно выделять правила игры, ориентироваться в пространстве. Формировать навык использования языка движений.
<i>Игры-аттракционы для праздников</i>	Развивать отношение к движению как к событию.

Старшая группа

Продолжается работа, направленная на создание условий для творческого освоения детьми основных моторных умений. Она проводится в контексте более сложных форм двигательной активности, которые предполагают более высокий уровень произвольности

движений по сравнению с предшествующей возрастной группой. Решение соответствующих моторных задач также требует от ребенка самостоятельности, находчивости и импровизации. Особым приоритетом работы становится организация совместной деятельности детей по решению различных двигательных проблем.

Вместе с тем с опорой на накопленный ребенком опыт игровой деятельности специальное внимание уделяется дальнейшему развитию выразительности детских движений, в том числе – их символической функции. Развитие игры и художественного творчества создает почву для формирования у воспитанников старшей группы способности к конструированию и передаче через движения относительно сложных эстетических образов.

Всё это способствует возникновению у детей отчетливо выраженного интереса к собственным двигательным возможностям и стремления к их дальнейшему освоению.

<i>Основные виды движений</i>	Формировать самостоятельность при индивидуальном и групповом построении и выполнении движений, способность к двигательной импровизации; умений строить и выполнять движения с учетом их коммуникативных и эстетических характеристик.
<i>Упражнения и задания на принятие и сохранение позы</i>	Развивать умения придумывать. Принимать и распознавать выразительные позы, в том числе в рамках игровых сюжетов.
<i>Упражнения и задания на развитие мелких мышц руки</i>	Формировать умение использовать экспрессию движений как средство общения.
<i>Упражнения на развитие мелких мышц лица и мимики</i>	Развивать умение самостоятельно (по замыслу) воспроизводить эмоциональное состояние, а также распознавать их.
<i>Упражнения для разных групп мышц</i>	Укреплять мышечный аппарат. Совершенствовать физические качества как эффект развития двигательного воображения. Формировать выразительность исполнительных движений.
<i>Силовые упражнения, элементы спортивных игр для мальчиков (баскетбол, футбол, хоккей)</i>	Формирование силы и ловкости, первоначальное развитие коммуникативных умений в спортивных командных играх и ловкости.
<i>Художественно-спортивные упражнения для девочек (художественная гимнастика, танцевальные и акробатические упражнения)</i>	Развитие элементов двигательной импровизации.
<i>Спортивные упражнения и игры (катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, катание на велосипеде, бадминтон)</i>	Развитие двигательной активности, предполагающей «вхождение в образ», формирование умения проявлять самостоятельность в рамках ее индивидуальных и групповых форм.
<i>Подготовка к плаванию</i>	Формировать выразительность и изобразительность движений как условие их произвольной регуляции.
<i>Музыкально-ритмические упражнения</i>	Развивать умение ориентироваться на ритм, в частности. Формировать умение передавать в движении воображаемый ритм без музыкального сопровождения. Развивать умение ориентироваться на мелодию при построении и выполнении движений.
<i>Подвижные игры</i>	Развивать координацию индивидуальных и групповых

	движений, способность к включению в двигательные игровые сюжеты, «театрализации» движений. Формировать двигательную находчивость, оперативность мышления, изобразительность и произвольность движений; умений осмысленно выделять правила игры, выявлять источники их происхождения и границы применимости, ориентироваться в пространстве.
<i>Игры-аттракционы для праздников</i>	Развивать отношение к движению как к событию, умение придумывать варианты игр-аттракционов.

Подготовительная к школе группа

На последнем этапе работы по программе, с учётом возросших интеллектуально-творческих возможностей детей и с опорой на достаточно высокий уровень развития произвольности движений старших дошкольников, особым предметом работы становятся умения, обеспечивающие построение сложных структур двигательной деятельности, ее когнитивные (познавательные) характеристики. На этой основе у детей воспитывается осмысленное ценностное отношение к движению. Особое внимание уделяется развитию способности к двигательной «режиссуре» – к самостоятельной разработке и воплощению проекта сложной композиции движений в тех или иных условиях. Формируются обобщенные представления о мире и начала двигательной рефлексии.

<i>Основные виды движений</i>	Развивать способность создавать и разыгрывать двигательные игровые сюжеты, элементарные формы двигательной рефлексии – исследовать основания, по которым строятся и выполняются движения в различных условиях. Формировать познавательные функции движения.
<i>Упражнения и задания на принятие и сохранение позы</i>	Развивать способность к «театрализации» позы и умения использовать ее в качестве инструмента общения.
<i>Упражнения и задания на развитие мелких мышц руки</i>	Формировать «сюжетную» моторику.
<i>Упражнения на развитие мелких мышц лица и мимики</i>	Формировать «сюжетную» моторику.
<i>Упражнения для разных групп мышц</i>	Укреплять мышечный аппарат. Совершенствовать физические качества как эффект развития двигательного воображения. Формировать выразительность исполнительных движений.
<i>Силовые упражнения, элементы спортивных игр для мальчиков (баскетбол, футбол, хоккей)</i>	Формировать силу и ловкость, осмысленное отношение к правилам игры в условиях совместной деятельности, освоение позиции игрока (вратарь, защитник, нападающий).
<i>Художественно-спортивные упражнения для девочек (художественная гимнастика, танцевальные и акробатические упражнения)</i>	Развивать способность к «театрализации» движений.
<i>Спортивные упражнения и игры (катание на санках, скольжение, ходьба на лыжах, катание на велосипеде, бадминтон, настольный теннис, городки)</i>	Развивать умение соревноваться в группах и индивидуально.
<i>Подготовка к плаванию</i>	Формировать выразительность и изобразительность

	движений как условие их произвольной регуляции.
<i>Музыкально-ритмические упражнения</i>	Развивать умение ориентироваться на мелодию при построении и выполнении движений.
<i>Подвижные игры</i>	Развивать организаторские и «режиссерские» умения при построении игры. Формировать двигательную находчивость, оперативность мышления, изобразительность и произвольность движений.
<i>Игры-аттракционы для праздников</i>	Развивать проектную деятельность.

Оздоровительная работа

Центральное направление работы этого блока – создание условий для укрепления и сохранения здоровья детей на основе формирования творческого воображения.

Оздоровительная работа строится на следующих принципах:

- развитие воображения, приводящего к достижению системных оздоровительных эффектов;
- приоритет игровых форм оздоровительной работы;
- формирование осмысленной моторики как условия возникновения у ребенка способности к «диалогу» с собственным телом, его возможностями и состояниями, первоначального осознания ценности своего здоровья;
- создание и закрепление целостного позитивного психосоматического (психофизического) состояния при выполнении различных видов деятельности;
- формирование у детей способности к содействию и сопереживанию.

Закаливание. Формировать в игровых ситуациях навыки произвольной терморегуляции организма.

Дыхательные и звуковые упражнения. Развивать дыхание и речевой аппарат на основе формирования осмысленной моторики, эмоциональной регуляции.

Упражнения для формирования и коррекции осанки. Формировать произвольность в процессе смысловых ориентировок, определяющих постановку правильной осанки (в частности, ориентировки на позу как выразительную характеристику положения тела в пространстве).

Упражнения для профилактики плоскостопия. Развивать дифференцированную чувствительность стоп в игровых ситуациях.

Психогимнастика. Формировать умения фиксировать, первоначально анализировать, выражать в действии, образе и слове, корректировать свое психосоматическое состояние. Формировать простейшие навыки само- и взаимопомощи. Развивать эмоциональную регуляцию и выразительность, коммуникативные способности, интерес к своему телу и его возможностям.

2.2. Формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы по физическому развитию

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств, способов и методов, а также – форм организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми.

Средства физического воспитания

<i>Средства</i>	<i>Цель</i>	<i>Условия применения</i>
<u>Физические упражнения.</u> <i>Гимнастика:</i> - основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазание, метание, равновесие) - общеразвивающие упражнения	Используется для решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач физического воспитания	Обеспечивают эффективное решение задач физического воспитания, если выступают в форме целостного двигательного

- построения и перестроения - танцевальные упражнения; <i>Игры:</i> - подвижные игры (сюжетные бессюжетные) - игры с элементами спорта; <i>Спортивные упражнения</i> (летние и зимние)		режима, отмечающего возрастным и индивидуальным особенностям каждого ребенка
<u>Психогигиенические факторы:</u> общий режим занятий, отдыха, питания, сна, гигиена одежды, обуви, физкультурного оборудования, помещения, площадки. Дополнительное средство физического воспитания.	Повышают эффективность воздействия физических упражнений	Психофизиологический комфорт ребенка
<u>Эколого-природные факторы:</u> солнце, воздух, вода	Усиливают положительное влияние физических упражнений на организм и повышают его работоспособность. Используются для закаливания организма	Положительный эффект этого средства достигается только при экологически чистой природе

Методы физического воспитания

<i>Методы обучения</i>	<i>Приемы как часть метода, дополняющие и конкретизирующие его</i>	<i>Цель</i>
Наглядный метод	1. Наглядно-зрительные приемы: - показ физических упражнений; - использование наглядных пособий (картины, рисунки, фотографии); - имитация (подражание); - зрительные ориентиры (предметы, разметка поля). 2. Наглядно-слуховые приемы: - музыка; - песни. 3. Тактильно-мышечные приемы: непосредственная помощь педагога.	Создает зрительное, слуховое, мышечное представление о движении. Важно обеспечить яркость чувственного восприятия и двигательных ощущений ребенка
Словесный метод	Объяснения; Пояснения; Указания; Подача команд, распоряжений, сигналов; Вопросы к детям; Образный сюжетный рассказ; Беседа; Словесная инструкция	Обращение к сознанию детей, помогает осмысленно поставить двигательную задачу, раскрыть содержание и структуру движения
Практический метод	Повторение упражнений без изменения и с изменениями; Проведение упражнений в игровой форме; Проведение упражнений в	Закрепление на практике знания, умения и навыки в основных движениях, способствует созданию

	соревновательной форме	мышечных представлений о движении
--	------------------------	-----------------------------------

Этапы обучения детей физическим упражнениям

<i>Этапы</i>	<i>Цель</i>	<i>Методы обучения</i>
Первоначальное разучивание (длительность этапа 1-3 занятия)	Ознакомить детей с новыми двигательными действиями; создать целостное представление обо всем двигательном акте и начать разучивать его до овладения им в общих чертах	<u>Словесный</u> : название, объяснение <u>Наглядный</u> : правильный, безукоризненно четкий показ образца в надлежащем темпе от начала до конца <u>Практический</u> : расчлененный показ двигательного действия в более медленном темпе; самостоятельное выполнение действия детьми, сопровождаемые указаниями педагога
Углубленное разучивание (длительность этапа 3-6 занятий)	Уточнить правильность выполнения деталей разучиваемого действия; исправить имеющиеся ошибки и добиться правильного выполнения двигательного действия в целом	<u>Словесный</u> : название, частичное объяснение, словесные инструкции, разъяснения, пояснения; во время выполнения движений давать указания, направленные на качественное выполнение отдельных элементов движения <u>Наглядный</u> : расчлененный показ элементов движения <u>Практический</u> : многократное повторение движения
Закрепление навыка и совершенствование техники (длительность этапа 10 занятий и более)	Закрепить и совершенствовать приобретенный навык владения техникой двигательного действия; стимулировать детей к самостоятельному выполнению движения в целом и создать возможность применения его в играх и в жизни	<u>Словесный</u> : название, оценка, вопросы <u>Практический</u> : выполнение движений в играх и соревнованиях; использование усвоенного навыка в игровых и жизненных условиях и выполнение творческих заданий

Этапы обучения можно укорачивать и удлинять. Это зависит от:

- сложности упражнения;
- возраста детей и их физической подготовки;
- уровня развития физических качеств;
- эмоционального состояния детей;
- сознательного отношения детей к двигательной деятельности.

Способы организации детей на занятии

<i>Способ организации</i>	<i>Характеристика способа</i>	<i>Положительные стороны способа</i>
Фронтальный способ	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение или одновременно – разные движения под	Обеспечивает высокую моторную плотность занятия Обеспечивает постоянное взаимодействие педагога и детей в процессе обучения, облегчает

	руководством педагога	руководство процессом обучения; педагог держит в поле зрения всю группу и непосредственно руководит ее деятельностью Повышает физическую нагрузку Способствует закреплению двигательных навыков, развитию физических качеств Дети приучаются коллективно выполнять упражнения
Групповой способ	Педагог распределяет детей на несколько подгрупп (по 2-4), и каждая подгруппа выполняет отдельное задание. После того как дети выполняют упражнение несколько раз, подгруппы меняются местами. Применяется на этапе совершенствования уже приобретенных двигательных навыков	Сохраняется высокая моторная плотность занятия Повышается двигательная активность детей Воспитываются умение самостоятельно выполнять задания; ответственность, сдержанность Дается возможность упражняться в нескольких видах движений Повышается физическая нагрузка Есть возможность осуществлять индивидуальную работу с детьми
Индивидуальный способ	Каждый ребенок выполняет упражнение индивидуально, педагог проверяет качество выполнения и дает соответствующие указания; остальные дети наблюдают за исполнителем и оценивают движение	Достигается воспитание качеств, точности двигательного действия
Посменный способ	Дети выполняют упражнение сменами по несколько человек одновременно, остальные в это время наблюдают и оценивают	Обеспечивается отработка качеств движений Индивидуальный подход к детям
Поточный способ	Все дети делают одно и то же упражнение по очереди, друг за другом, непрерывно-поточно. Для осуществления большой повторяемости упражнения могут быть организованы 2-3 потока. Разновидность поточного способа – круговое выполнение упражнений: ребенок, передвигаясь как бы по	Обеспечивается высокая моторная плотность занятия Достигается воспитание у детей физических качеств – быстроты, ловкости, силы, выносливости и ориентировки в пространстве

	кругу и переходя от одной «станции» к другой, выполняет без перерыва серию упражнений	
--	---	--

Выбор способа организации детей при организации образовательной деятельности зависит от:

- новизны, сложности и характера упражнений;
- задач занятия;
- материальной оснащенности и места проведения занятия;
- размеров помещения (площадка, зал);
- наличия оборудования;
- возраста детей и их подготовленности;
- собственных умений педагога.

Развитие физических качеств

<i>Физические качества</i>	<i>Средства развития физического качества</i>	<i>Методы развития физического качества</i>
Быстрота – способность человека совершать действия в минимальный для данных условий отрезок времени	Упражнения, выполняемые с ускорением (ходьба, бег с постепенно нарастающей скоростью), на скорость (добежать до финиша как можно быстрее), с изменением темпа (бег медленный, быстрый и очень быстрый); подвижные игры; скоростно-силовые упражнения: прыжки, метание; упражнения в размахивании, кружении, ударах, бросании и толкании легких предметов, поворотах, выполняемых с максимальной частотой	Повторный Переменный (с варьирующими ускорениями) Игровой Соревновательной
Ловкость – способность быстро овладеть новыми движениями и их сочетаниями, а также умение действовать в изменяющихся условиях правильно, быстро и находчиво	Физические упражнения в основных движениях (ходьба и бег между предметами; с преодолением различных препятствий; метание, игры в мяч, прыжки, лазание); общеразвивающие упражнения с предметами различной формы, массы, объема; подвижные игры; совместные упражнения – вдвоем, небольшой группой; применение необычных исходных положений, быстрая смена различных положений; изменение скорости или темпа движений, введение разных ритмических сочетаний, различной последовательности элементов	Соревновательный Игровой
Сила – способность преодолевать внешнее	Упражнения с повышенной сопротивляемостью: упражнения, включающие поднятие собственной	Метод серийных упражнений Метод интервальных

сопротивление или противодействовать ему за счет мышечного напряжения	массы (прыжки), преодоление сопротивления партнера (в парных упражнениях); упражнения, отягощенные массой собственного тела: общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами; упражнения в основных движениях (различные прыжки, лазание, ползание)	упражнений
Гибкость – способность достигать наибольшей величины размаха (амплитуды) движений отдельных частей тела в определенном направлении	Выполнение физических упражнений с большой амплитудой; общеразвивающие упражнения с предметами и без них; стретчинг – система упражнений, направленных на повышение гибкости, подвижности суставов	Метод серийных упражнений (только после разминки)
Равновесие – способность человека сохранять устойчивое положение во время выполнения разнообразных движений и поз на уменьшенной и приподнятой над уровнем пола площади опоры	Движения и позы в условиях, затрудняющих сохранение равновесия: упражнения, выполняемые на уменьшенной и приподнятой площади опоры; метание; упражнения, направленные на совершенствование анализаторов, обеспечивающих сохранение равновесия; подвижные игры	Метод повторных упражнений Метод интервальных упражнений
Выносливость – способность к длительному выполнению какой-либо деятельности без снижения ее интенсивности	Циклические упражнения: бег, ходьба	Метод непрерывных упражнений небольшой интенсивности, повторных упражнений или более активных упражнений с небольшими перерывами

Формы работы по физическому воспитанию

Задачи физического воспитания решаются в разнообразных формах:

- непрерывная образовательная деятельность;
- физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня (утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, упражнения после дневного сна, закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями);
- активный отдых (физкультурные досуги и праздники);
- индивидуальные занятия;
- самостоятельные занятия детей (самостоятельные занятия в группе и на прогулке).

Типы физкультурных занятий

<i>Название</i>	<i>Основная характеристика и задачи</i>
Учебно-тренировочное	Решаются задачи формирования двигательных умений и навыков, развития физических качеств, совершенствования умений и

занятие	навыков (50% всех занятий)
Сюжетное физкультурное занятие	Построено на одном сюжете. Решаются задачи совершенствования двигательных умений и навыков, воспитания интереса к физическим упражнениям
Игровое занятие	Построено на основе разнообразных подвижных игр, игр-эстафет, игр-аттракционов. Совершенствуются двигательные умения и навыки, развиваются физические качества, воспитывается интерес к физическим упражнениям, двигательная самостоятельность и т.д.
Комплексное занятие	Направлено на синтез различных видов деятельности. Решаются задачи физического, психического, умственного, нравственного развития
Физкультурно-познавательное занятие	Носит комплексный характер, решает задачи, например, эколого-физического развития ребенка, нравственного и физического развития, умственного и физического развития ребенка и т.д.
Тематическое физкультурное занятие	Посвящено какому-либо одному виду спортивных игр или упражнений. Разучиваются новые виды спортивных упражнений и игр и закрепляются навыки в уже освоенных движениях
Контрольное занятие	Проводится в начале и в конце года и направлено на количественную и качественную оценку двигательной подготовленности детей

Структура физкультурного занятия

<i>Структура занятия</i>	<i>Задачи</i>	<i>Содержание частей занятия</i>	<i>Методика проведения</i>	<i>Длительность частей занятия, мин</i>
Вводная часть	Повышение эмоционального тонуса ребенка, активизация его внимания, подготовка организма к большой физической нагрузке в основной части занятия	Строевые упражнения, ходьба и бег, упражнения на внимание, упражнения на формирование стопы и осанки, танцевальные упражнения, подскоки; могут быть упражнения в равновесии. Завершается перестроением на выполнение комплекса общеразвивающих упражнений	Педагог должен не допускать длительных бесцельных движений; давать четкие, краткие организационно-методические указания, распоряжения, команды; продумать ритмическое сопровождение	Группа раннего возраста – 1 Вторая младшая группа – 1,5-2 Средняя группа – 2-3 Старшая группа – 4-5 Подготовительная группа – 4-5
Основная часть	Тренировка разных мышечных групп для формирования правильной	1.Комплекс общеразвивающих упражнений (для комплекса важно, чтобы в одном занятии	Надо предусмотреть названия упражнений, смену исходных положений для	Группа раннего возраста: ОРУ – 2-3 ОВД – 1-2 (6-7) Игра – 2-3 Вторая младшая

	<p>осанки, обучение новым движениям, повторение и закрепление ранее пройденного материала, воспитание физических и нравственно-волевых качеств, совершенствование всех физиологических функций организма ребенка</p>	<p>были охвачены все группы (крупных мышц) 2.Основные виды движений (они должны быть новыми и знакомыми; сначала надо давать упражнения, требующие большой четкости, сосредоточенности и внимания, а затем – упражнения большой физической нагрузки) 3.Подвижная игра (она должна требовать большой подвижности и активности; в игре не должен повторяться тот вид движения, в котором только что упражнялись дети)</p>	<p>каждого, их разнообразную подачу (показ, название, проговаривание и т.д.), различное ритмическое сопровождение. Надо поставить перед детьми задачу, создать условия для многократного творческого повторения движений, продумать методы обучения, оценку; каждое обращение к детям должно быть четким, кратким, образным, вызывать желание к выполнению движения. Педагог должен объяснить игру (с учетом возраста детей, новизны игры, для старших – выделить правила); распределить роли (на каждом занятии по-разному); использовать всю возможную площадь; добиваться выполнения правил, качественного творческого выполнения движений; регулировать нагрузку.</p>	<p>группа: ОРУ – 3-5 ОВД – 2-3 (6-7) Игра – 1-2 Средняя группа: ОРУ – 5-6 ОВД – 3-4 (12-13) Игра – 2-3 Старшая группа: ОРУ – 6-7 ОВД – 4 (12-13) Игра – 3 Подготовительная группа: ОРУ – 7-8 ОВД – 3-5 (13-14) Игра – 4</p>
<p>Заключительная</p>	<p>Снижение эмоциональной и</p>	<p>Ходьба в спокойном темпе</p>	<p>Нельзя допускать резкой остановки</p>	<p>Группа раннего возраста – 1</p>

часть	физической нагрузки, т.е. постепенный переход от возбужденного состояния к более спокойному	с дыхательным упражнением. Ходьба может быть заменена игрой малой подвижности. Подведение итогов занятия. Упражнения на расслабление.	после бега и других нагрузочных упражнений; восстанавливать дыхание	Вторая младшая группа – 2 Средняя группа – 3 Старшая группа – 3-4 Подготовительная группа – 3-4
-------	---	---	---	--

2.3. Взаимодействие с семьями воспитанников

Помочь ребенку вырасти здоровым возможно лишь в тесном сотрудничестве с родителями. Ведущей целью взаимодействия образовательной организации с семьей является создание необходимых условий для развития ответственных и взаимозависимых отношений с семьями воспитанников, обеспечивающих целостное развитие личности дошкольника, повышение компетентности родителей в области воспитания.

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

Основной задачей взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников является повышение уровня знаний и интересов родителей в области формирования, сохранения и укрепления здоровья детей.

Основные направления взаимодействия с семьями воспитанников:

1. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование.
2. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.
3. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.
4. Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма.
5. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.
6. Педагогическая диагностическая работа с детьми, направленная на определение уровня физического развития детей. Ознакомление родителей с результатами диагностических исследований. Отслеживание динамики развития детей.

Формы работы с родителями

Вид	Формы организации	Организатор деятельности
1	2	3
Пропедевтическая	1. Анкетирование родителей	Инструктор по физической культуре, психолог
	2. Собеседование	Воспитатели, инструктор по физической культуре
	3. Наблюдение	- / / -
Просветительская	1. Наглядная агитация (стенды, памятки, папки-передвижки с	Воспитатели, медсестра, инструктор по физической

	практическим материалом)	культуре
	2. Встречи со специалистами	Заведующей
	3. Практические рекомендации по обретению родителями валеологических знаний, профилактических умений и навыков (собрания и беседы, семинары-практикумы)	Медсестра, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, воспитатели
	4. Показ открытых познавательных, оздоровительных, физкультурных, музыкальных занятий	Педагоги ДОУ
Интегративная	1. Совместное обсуждение проблем (родительские собрания, круглые столы)	Педагоги ДОУ
	2. Совместные мероприятия (спортивные праздники, участие в городских соревнованиях, конкурсах, туристические походы, театрализованные представления, концерты)	Педагоги ДОУ
Индивидуальная	1. Консультативная индивидуальная помощь (по запросам родителей)	Педагоги и медицинский работник ДОУ
	2. Беседы с небольшой группой родителей	

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

Основным принципом дошкольного образования согласно ФГОС ДО является построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится полноценным участником (субъектом) образовательных отношений, а так же поддержка инициативы детей в различных видах деятельности.

Для поддержки детской инициативы важно наличие партнерской позиции взрослого, взаимное уважение между педагогом и детьми. Когда педагог проявляет уважение к каждому ребенку в группе, дети учатся принятию всех остальных детей – и тех, кто отлично прыгает, и тех, кто медленно бежит и даже детей с необычным и конфликтным поведением. Когда дети видят и чувствуют, что каждого из них принимают и уважают, они начинают ощущать себя комфортно и могут вести себя свободно, в соответствии с собственными интересами, делать выбор, то есть проявлять инициативу.

Задача педагога – создание ситуации, побуждающей детей активно применять свои знания и умения, нацеливать на поиск новых творческих решений. Не нужно при первых

же затруднениях спешить на помощь ребёнку, лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребенка прошлый опыт, нацеливать на поиск нескольких вариантов решения, тем самым вызывать у детей чувство радости и гордости от успешных инициативных действий.

Забота о физическом здоровье ребёнка и его психическом благополучии – это первостепенная задача дошкольной образовательной организации. Педагоги так же должны создавать такую среду, которая обеспечивала бы безопасность ребёнка, его физическое развитие, укрепление здоровья, способствовала бы двигательной активности детей.

Формирование самостоятельности – умения действовать по собственной инициативе, выполнять привычные дела без образца, помощи и контроля взрослых – проводится в несколько этапов:

- первый этап – побуждение детей к выделению составных частей физического упражнения, запоминанию последовательности двигательного действия и пониманию взаимосвязи различных элементов (например: взмах руками для увеличения силы толчка). Главное достижение на этом этапе – произвольное управление работой отдельных частей тела и их согласование, умение действовать по плану, предложенному взрослым.

- второй этап – знакомство с различными способами выполнения одного и того же движения. Главное достижение этого этапа – понимание стоящей двигательной задачи, умение руководствоваться в своих действиях определенным планом, предвидеть результат.

- третий этап – формирование самостоятельности при выполнении движений, умении ставить двигательную задачу по собственной инициативе и выбирать нужный способ для ее решения. Главное достижение на этом этапе – движение осознается как средство решения различных игровых задач, а не как самоцель выполнения.

- четвёртый этап – происходит овладение выбором способа двигательного действия в зависимости от условий, ситуации и индивидуальных особенностей (роста, скоростных способностей). Сначала в специально созданных условиях, а затем в игровой обстановке и жизненных ситуациях ребенок приобретает опыт действия известными способами в измененных обстоятельствах, включая и ситуации соревнования.

В ходе такого обучения дети учатся:

- ставить задачу,
- передавать направления движения,
- планировать,
- оценивать себя и других,
- называть упражнения в целом и его элементы,
- сравнивать.

В результате чего, появляется интерес к физическим упражнениям и проявляется самостоятельность дошкольника в их выполнении.

При реализации двигательной деятельности находится место для творческих заданий, для самовыражения каждого ребенка, для проявления инициативы, выдумки, импровизации. Дети становятся старше, возрастает их общий и двигательный опыт. Это дает большую свободу педагогического общения, позволяет побуждать детей к инициативным действиям уже на уровне формирования игрового замысла. На этом этапе ребята любят экспериментировать с движениями, видоизменять их в зависимости от ситуации. Например, можно дать такие задания:

- представьте, что вы идете по горячему песку босиком, покажите, как можно идти, чтобы песок не сильно обжигал ноги;
- подумайте и постройте с помощью своего тела высокий и низкий мостики;
- вы – грациозные кошки, лакающие из миски молоко;
- посмотрите вокруг и выберите предметы, из которых можно построить тоннель, сквозь него мы будем проползать на четвереньках.

Во время общеразвивающих упражнений можно прибегнуть к такому приему: только назвать знакомое упражнение, давая детям возможность вспомнить. Еще ребятам нравится, когда им предлагают самим придумывать упражнения (однако, надо подсказать, для какой части тела они должны быть). Порой дети удивляют и даже поражают своей выдумкой, находчивостью. Но для того, чтобы старшие дети успешно справлялись с подобными заданиями, уже в младших группах надо предлагать во время выполнения упражнений последний повтор сделать самостоятельно, при этом выделяя, похваливая тех детей, у которых получается лучше. Стараться никого вниманием не обойти.

Основные движения: прыжки, метание, лазание, упражнения в равновесии – стержень любого типового физкультурного занятия. Осваивать их нужно не только посредством прямого обучения (используя показ и объяснение), но и через игровые задания. Можно заинтересовать детей интригующими задачами, зрелищностью, возможностью по-разному манипулировать предметами, оборудованием.

Вот примеры некоторых задач:

- кто дальше бросит мешочек через голову назад;
- кто устоит на одной ноге после кружения с закрытыми глазами;
- попадите в катящийся обруч мячом;
- доберитесь до лесенки любым возможным способом, но не шагом и не прыжками;
- выберете любой предмет, который можно забросить в корзину, но сделать это безопасным способом и так далее.

Сразу после занятия подвести с детьми итог. Выяснить, как еще можно было выполнить задания другими способами.

Подвижные игры – самый популярный у детей, самый востребованный вид физической нагрузки и необъятный простор для всяких фантазий. Игра, особенно подвижная, является для ребят радостью. Скучным просто объявлять в конце занятия название игры. Можно сделать начало игры захватывающим, будоражащим веселые мысли:

- для малышей предложить найти заранее спрятанную маску-шапочку и когда дети находят, например, шапочку кота, называют возможные игры с этим персонажем и выбрать игру;

- рассказать короткий стишок про козленка, который потерялся. Ребята находят игрушку и козленок их догоняет;

- старшим детям предложить попробовать изменить правила знакомой игры, усложнить ее, ввести новых персонажей;

- спросить, какие игры подсказывает погода за окном, предложить посоветоваться отдельно мальчикам и девочкам, а потом сыграть по очереди;

- напомнить, что нужно совершенствовать прыжки в длину, и дети сами называют игры, где используется это движение.

Таким образом, в игре дети незаметно для себя, без принуждения, учатся правильно ходить, быстро бегать, высоко и далеко прыгать, ловко лазать, метко бросать. Они совершенствуются не только в двигательном развитии, но и в умении вести себя в коллективе.

Итак, самостоятельность – постоянно развивающееся личностное качество, первоосновы которого закладываются в дошкольном возрасте. В условиях целенаправленной педагогической деятельности, направленной на развитие самостоятельности, дети-дошкольники достигают выраженных показателей самостоятельности в двигательной деятельности.

Самостоятельность – это ценное качество, необходимое человеку в жизни, воспитывать его необходимо с раннего детства. Очень часто дети стремятся выполнять различные действия самостоятельно. И нам, взрослым, важно поддержать их в этом.

Самостоятельность является важной предпосылкой успешного обучения ребенка в школе и формирования личности в целом.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений Программы

Основной **задачей** физического развития в части, формируемой участниками образовательных отношений, является становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами: в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.

Содержание физического развития в части, формируемой участниками образовательных отношений, направлено на формирование у ребенка представления о здоровье как одной из главных ценностей жизни. Ребенок должен знать свое тело, научиться заботиться о нем, не вредить своему организму.

По традиции используются различные формы организации физической активности: утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, физкультминутки, физические упражнения, подвижные игры в помещении и на воздухе, спортивные игры и развлечения, физкультурные праздники, дни здоровья.

Важно привить детям привычку к занятиям физкультурой и спортом, обращая внимание детей на красоту и совершенство человеческого тела, на получаемое удовольствие от движения, используя эмоционально увлекательные формы их проведения:

- музыкальное сопровождение,
- движения в образе (прыгаем, как зайчики; убаюкиваем темп: за деревом показалась лисичка),
- красочные атрибуты (цветы, ленты, обручи).

Необходимо способствовать формированию у детей понимания ценностей здорового образа жизни, развивать представления о полезности, целесообразности физической активности и личной гигиены, о значении профилактики заболеваний, о различных видах закаливания и оздоровительных мероприятиях: дыхательной гимнастике, воздушных и солнечных ваннах, витаминотерапии, гимнастике.

В доступной форме детям рассказывают о том, как свежий воздух, вода, солнце, ветер помогают при закаливании организма.

Физическое воспитание ребенка важно не только само по себе: оно является важным средством развития его личности. Необходимо способствовать формированию у детей осознания ценности здорового образа жизни, развивать представления о полезности, целесообразности физической активности и соблюдения личной гигиены. Например, при проведении физкультурных занятий внимание детей обращается на значение того или иного упражнения для развития определенной группы мышц, для работы различных систем организма. Необходимо поддерживать у детей возникающие в процессе физической активности положительные эмоции, чувство «мышечной радости».

3. Организационный раздел

3.1. Материально-техническое обеспечение Программы

Материально-техническое обеспечение Программы обеспечивает полноценное развитие личности детей в области физического развития.

<i>Функциональная направленность</i>	<i>Вид помещения</i>	<i>Оснащение. Оборудование, в том числе ТСО</i>
Сохранение и укрепление здоровья детей. Безопасность	Музыкально-физкультурный зал: <ul style="list-style-type: none"> • физкультурные занятия • спортивные и тематические досуги • развлечения, праздники и утренники • родительские собрания и прочие мероприятия для родителей • консультативная работа с родителями и воспитателями • индивидуальные занятия 	<ul style="list-style-type: none"> • шкаф для используемых пособий, игрушек, атрибутов и прочего материала • музыкальный центр • видеопроектор • ноутбук • интерактивная доска • туннели • маты • спортивное оборудование для прыжков, метания, лазанья
Образование, развитие детей	Групповые комнаты: <ul style="list-style-type: none"> • физическое развитие 	<ul style="list-style-type: none"> • центр физического развития и здоровья • магнитофон, аудиозаписи, флешки
Информационно-просветительская работа	Раздевальная комната, коридоры ДОУ: информационно-просветительская работа с родителями	<ul style="list-style-type: none"> • информационный уголок • наглядно-информационный материал для родителей
Методическое сопровождение	Методический кабинет: <ul style="list-style-type: none"> • осуществление методической помощи педагогам • организация консультаций, семинаров, педагогических советов 	<ul style="list-style-type: none"> • библиотека педагогической и методической литературы • пособия для образовательной деятельности • опыт работы педагогов • материалы консультаций, семинаров, семинаров-практикумов • демонстрационный, раздаточный материал для занятий с детьми • иллюстративный материал

3.2. Обеспеченность методическими материалами, средствами обучения и воспитания

Образовательные модули (направления развития)	Обязательная часть	Часть, формируемая участниками образовательных отношений
	Учебно-методический комплекс	Парциальные программы
	Для групп детей раннего и дошкольного возраста	
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Волошина Л.Н. Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3 – 7 лет: программа, конспекты занятий, материалы для бесед, методика обучения в разновозрастных группах. – М.: Вентана-Граф, 2015. • Выходи играть! Занятия по физической культуре и подвижные игры с детьми 3 – 7 лет (электронный учебник) <ul style="list-style-type: none"> • Волошина Л.Н., Золотых И.Н., Корнева Л.В., Куринских И.В. Зимние игры и забавы для детей 3 – 7 лет: методическое пособие. – М.: Вентана-Граф, 2016 • Волшина Л.Н., Курилова Т.В. Физическое развитие детей третьего года жизни. Методическое пособие. – М.: Издательский дом «Цветной мир», 2019 • Фатхи О.Г., Сундукова А.Х. Физиология ребенка. Особенности развития. Третий год жизни. – М.: Издательский дом «Цветной мир», 2018 • Касаткина Е.И. Дидактические игры для детей раннего возраста. Методическое пособие/ под ред. И.А. Лыковой, О.С. Ушаковой. – М.: Издательский дом «Цветной мир», 2018 • Барина Е.В. Обучаем дошкольников гигиене. – М.: ТЦ Сфера, 2013 	<ul style="list-style-type: none"> • Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: Учебно-методическое пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-пресс», 2017 • Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: Рабочая тетрадь – 3. ООО «Издательство «Детство-пресс»

3.3. Режим дня

Режим дня соответствует возрастным особенностям воспитанников и действующим санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам (СанПиН).

Циклограмма работы инструктора по физической культуре на 2020 – 2021 образовательный период

Понедельник **07.50 – 16.20 (7,5 ч.)** **(ул. Избирателей, 11)**

Время	Виды работы
07.50 – 08.00	Подготовка музыкально-физкультурного зала (проветривание помещения; подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
08.00 – 08.34	Проведение утренней гимнастики в соответствии с расписанием
08.34 – 08.40	Подготовка к НОД, подготовка музыкально-физкультурного зала (проветривание помещения; подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
9.00 – 11.05	Непрерывная образовательная деятельность в соответствии с расписанием
11.05 – 11.20	Подготовка к НОД (подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
11.20 – 11.50	Непрерывная образовательная деятельность в соответствии с расписанием (на улице)
11.50 – 12.30	Уборка оборудования (обеспечение санитарно-гигиенического режима в музыкально-физкультурном зале)
12.30 – 13.30	Обед
13.30 – 14.15	Взаимодействие с педагогами и специалистами
14.15 – 15.15	Подготовка материалов для координации работы родителей (законных представителей) по вопросам физического развития детей
15.15 – 15.40	Взаимодействие с родителями (консультации/беседы для родителей)

(ул. Стахановская, 53а)

Время	Виды работы
15.40 – 15.50	Подготовка к НОД, подготовка музыкально-физкультурного зала (проветривание помещения; подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
15.50 – 16.10	Непрерывная образовательная деятельность в соответствии с расписанием
16.10 – 16.20	Уборка оборудования (обеспечение санитарно-гигиенического режима в музыкально-физкультурном зале)

Вторник **07.50 – 16.32 (7,6 ч.)** **(ул. Стахановская, 53а)**

Время	Виды работы
07.50 – 08.00	Подготовка музыкально-физкультурного зала (проветривание помещения; подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
08.00 – 08.30	Проведение утренней гимнастики в соответствии с расписанием
08.30 – 09.00	Подготовка к НОД, подготовка музыкально-физкультурного зала (проветривание помещения; подбор и проверка физкультурного

	оборудования и инвентаря)
9.00 – 10.50	Непрерывная образовательная деятельность в соответствии с расписанием
10.50 – 11.05	Уборка оборудования (обеспечение санитарно-гигиенического режима в музыкально-физкультурном зале)

(ул. Избирателей, 11)

Время	Виды работы
11.05 – 11.20	Подготовка к НОД (подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
11.20 – 11.50	Непрерывная образовательная деятельность в соответствии с расписанием (на улице)
11.50 – 12.05	Уборка спортивного оборудования, гигиеническая обработка спортивного оборудования
12.10 – 13.10	Обед
13.10 – 13.30	Планирование педагогической деятельности
13.30 – 14.00	Подготовка материалов для координации работы педагогов по вопросам физического развития детей
14.00 – 15.00	Взаимодействие с педагогами и специалистами
15.00 – 15.40	Разработка сценариев, досугов, развлечений, картотек и т.д.
15.40 – 15.50	Подготовка к НОД (подготовка группового помещения; подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
15.50 – 16.20	Непрерывная образовательная деятельность в соответствии с расписанием
16.20 – 16.32	Уборка оборудования (обеспечение санитарно-гигиенического режима в музыкально-физкультурном зале)

Среда

07.50 – 16.38 (7,7 ч.)

(ул. Избирателей, 11)

Время	Виды работы
07.50 – 08.00	Подготовка музыкально-физкультурного зала (проветривание помещения; подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
08.00 – 08.34	Проведение утренней гимнастики в соответствии с расписанием
08.34 – 09.00	Подготовка к НОД, подготовка музыкально-физкультурного зала (проветривание помещения; подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
9.00 – 11.05	Непрерывная образовательная деятельность в соответствии с расписанием
11.05 – 11.15	Уборка оборудования (обеспечение санитарно-гигиенического режима в музыкально-физкультурном зале)
12.30 – 13.30	Обед
13.30 – 14.15	Планирование педагогической деятельности
14.15 – 15.15	Разработка сценариев, досугов, развлечений, картотек и т.д.
15.15 – 15.40	Взаимодействие с родителями (консультации/беседы для родителей)

(ул. Стахановская, 53а)

Время	Виды работы
11.15 – 11.30	Подготовка к НОД (подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
11.30 – 12.00	Непрерывная образовательная деятельность в соответствии с расписанием (на улице)
12.00 – 12.15	Уборка спортивного оборудования, гигиеническая обработка спортивного оборудования

15.40 – 15.50	Подготовка к НОД, подготовка музыкально-физкультурного зала (проветривание помещения; подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
15.50 – 16.30	Непрерывная образовательная деятельность в соответствии с расписанием
16.30 – 16.38	Уборка оборудования (обеспечение санитарно-гигиенического режима в музыкально-физкультурном зале)

Четверг
07.50 – 16.32 (7,6 ч.)
(ул. Стахановская, 53а)

Время	Виды работы
07.50 – 08.00	Подготовка музыкально-физкультурного зала (проветривание помещения; подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
08.00 – 08.30	Проведение утренней гимнастики в соответствии с расписанием
08.30 – 09.00	Подготовка к НОД, подготовка музыкально-физкультурного зала (проветривание помещения; подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
9.00 – 10.50	Непрерывная образовательная деятельность в соответствии с расписанием
10.50 – 11.05	Уборка оборудования (обеспечение санитарно-гигиенического режима в музыкально-физкультурном зале)

(ул. Избирателей, 11)

Время	Виды работы
11.10 – 11.25	Подготовка к НОД (подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
11.25 – 11.50	Непрерывная образовательная деятельность в соответствии с расписанием (на улице)
11.50 – 12.05	Уборка спортивного оборудования, гигиеническая обработка спортивного оборудования
12.10 – 13.10	Обед
13.10 – 13.30	Планирование педагогической деятельности
13.30 – 14.00	Подготовка материалов для координации работы педагогов по вопросам физического развития детей
14.00 – 15.00	Взаимодействие с педагогами и специалистами
15.00 – 15.40	Разработка сценариев, досугов, развлечений, карточек и т.д.
15.40 – 15.50	Подготовка к НОД (подготовка группового помещения; подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
15.50 – 16.20	Непрерывная образовательная деятельность в соответствии с расписанием
16.20 – 16.32	Уборка оборудования (обеспечение санитарно-гигиенического режима в музыкально-физкультурном зале)

Пятница
07.50 – 15.56 (7,1 ч.)
(ул. Избирателей, 11)

Время	Виды работы
07.50 – 08.00	Подготовка музыкально-физкультурного зала (проветривание помещения; подбор и проверка физкультурного оборудования и инвентаря)
08.00 – 08.34	Проведение утренней гимнастики в соответствии с расписанием
08.34 – 09.00	Подготовка к НОД, подготовка музыкально-физкультурного зала (проветривание помещения; подбор и проверка физкультурного

	оборудования и инвентаря)
9.00 – 11.10	Непрерывная образовательная деятельность в соответствии с расписанием
11.10 – 11.30	Уборка оборудования (обеспечение санитарно-гигиенического режима в музыкально-физкультурном зале)
11.30 – 12.00	Подготовка материалов для координации работы родителей (законных представителей) по вопросам физического развития детей
12.00 – 12.30	Взаимодействие с родителями (консультации/беседы для родителей)
12.30 – 13.30	Обед
13.30 – 14.15	Планирование педагогической деятельности
14.15 – 15.15	Разработка сценариев, досугов, развлечений, картотек и т.д.
15.15 – 15.56	Взаимодействие с родителями (консультации/беседы для родителей)

Работа с детьми	16 ч. 6 мин.	20 ч. 51 мин. = 59,3%
Работа с педагогами	2 ч. 45 мин.	
Работа с родителями	2 ч. 00 мин.	
Работа с документами, подготовка зала, оборудования	16 ч. 39 мин.	40,7%
10 групп – 1,25 ставка	37,5 ч.	

*Расписание непрерывной образовательной двигательной деятельности
на 2020 – 2021 образовательный период*

День недели	Время	Группа	Место проведения (адрес здания МБДОУ)
<i>Понедельник</i>	9.00 – 9.20	Средняя группа №3	Избирателей, 11 зал
	9.30 – 9.50	Средняя группа №2	
	10.00 – 10.25	Старшая группа №5	
	10.35 – 11.05	Подготовительная группа №4	
	11.20 – 11.50	Подготовительная группа №6	Избирателей, 11 улица
	15.50 – 16.10	Средняя группа №9	Стахановская, 53а зал
<i>Вторник</i>	9.00 – 9.15	Младшая группа №7	Стахановская, 53а зал
	9.25 – 9.40	Младшая группа №8	
	9.50 – 10.10	Средняя группа №9	
	10.20 – 10.50	Подготовительная группа №10	
	11.20 – 11.50	Подготовительная группа №4	Избирателей, 11

			<i>улица</i>
	15.50 – 16.00	Группа раннего возраста №1 (подгруппа 1)	Избирателей, 11 группа
	16.10 – 16.20	Группа раннего возраста №1 (подгруппа 2)	
<i>Среда</i>	9.00 – 9.20	Средняя группа №3	Избирателей, 11 зал
	9.30 – 9.50	Средняя группа №2	
	10.00 – 10.25	Старшая группа №5	
	10.35 – 11.05	Подготовительная группа №6	
	11.30 – 12.00	Подготовительная группа №10	Стахановская, 53а улица
	15.50 – 16.05	Младшая группа №7	Стахановская, 53а зал
	16.15 – 16.30	Младшая группа №8	
<i>Четверг</i>	9.00 – 9.15	Младшая группа №7	Стахановская, 53а зал
	9.25 – 9.40	Младшая группа №8	
	9.50 – 10.10	Средняя группа №9	
	10.20 – 10.50	Подготовительная группа №10	
	11.25 – 11.50	Старшая группа №5	Избирателей, 11 <i>улица</i>
	15.50 – 16.00	Группа раннего возраста №1 (подгруппа 1)	Избирателей, 11 группа
	16.10 – 16.20	Группа раннего возраста №1 (подгруппа 2)	
<i>Пятница</i>	9.00 – 9.20	Средняя группа №3	Избирателей, 11 зал
	9.30 – 9.50	Средняя группа №2	
	10.00 – 10.30	Подготовительная группа №4	
	10.40 – 11.10	Подготовительная группа №6	

*Расписание утренней гимнастики в музыкально-физкультурном зале
на 2020 – 2021 образовательный период*

Время	Группа	Место проведения (адрес здания МБДОУ)
8.00 – 8.05	Группа раннего возраста №1 «Лисенок»	Избирателей, 11 групповое помещение
8.00 – 8.06	Средняя группа №3 «Бельчонок»	Избирателей, 11 музыкально- физкультурный зал
8.06 – 8.14	Подготовительная группа №4 «Ежонок»	
8.14 – 8.20	Старшая группа №5 «Совушка»	
8.20 – 8.28	Подготовительная группа №6 «Зайчонок»	
8.28 – 8.34	Средняя группа №2 «Медвежонок»	
8.00 – 8.06	Младшая группа №8 «Ромашка»	Стахановская, 53а групповое помещение
8.00 – 8.06	Младшая группа №7 «Незабудка»	Стахановская, 53а групповое помещение
8.00 – 8.10	Средняя группа №9 «Василек»	Стахановская, 53а музыкально- физкультурный зал
8.20 – 8.30	Подготовительная №10 «Колокольчик»	

План непрерывной образовательной деятельности модуля физическое развитие с детьми дошкольного возраста (учебный план)

Вид деятельности детей	3-й год жизни		4-й год жизни		5-й год жизни		6-й год жизни		7-й год жизни	
	В неделю в содержании и НОД (кол-во периодов/мин)	В учебный год в содержании и НОД (кол-во периодов/мин)	В неделю в содержании НОД (кол-во периодов/мин)	В учебный год в содержании НОД (кол-во периодов/мин)	В неделю в содержании НОД (кол-во периодов/мин)	В учебный год в содержании НОД (кол-во периодов/мин)	В неделю в содержании НОД (кол-во периодов/мин)	В учебный год в содержании НОД (кол-во периодов/мин)	В неделю в содержании НОД (кол-во периодов/мин)	В учебный год в содержании НОД (кол-во периодов/мин)
Двигательная деятельность	2(20)	64 (640)	3(45)	96(1440)	3(60)	108(2160)	3(75)	108(2700)	3(90)	108(3240)

Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей				
		1-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-8 лет
Совместная образовательная деятельность инструктора по физической культуре с детьми	в помещении	2 раза в неделю 10 минут	3 раза в неделю 15 минут	3 раза в неделю 20 минут	2 раза в неделю 25 минут	2 раза в неделю 30 минут
	на улице				1 раз в неделю 25	1 раз в неделю 30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6	Ежедневно 5-6	Ежедневно 5-6	Ежедневно 7-8	Ежедневно 9-10
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 10-15	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20-25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40
	физкультминутки (в середине статического занятия)	1-2 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	2-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	2-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	физкультурный досуг	-	1 раз в месяц 15	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 25	1 раз в месяц 30

	спортивный праздник	-	-	2 раза в год до 30 мин.	2 раза в год до 35 мин.	2 раза в год до 40 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Основными видами культурно-досуговой деятельности являются физкультурно-массовые мероприятия: физкультурные досуги и праздники.

Физкультурные досуги. Задачей физкультурного досуга является создание бодрого настроения, стимулирование активности каждого ребенка с учетом его индивидуальных возможностей, предоставление возможности испытать удовольствие от двигательной деятельности, испытать радость от командных действий.

Физкультурный досуг не требует специальной подготовки, проводится с детьми от 3 до 7 лет. Проводится в обычной обстановке, с обычными атрибутами, как в помещении, так и на воздухе.

По содержанию могут быть различными:

- строится на хорошо знакомых играх и игровых упражнениях;
- строится на упражнениях в основных видах движений и спортивных упражнениях;
- строится в основном на играх-эстафетах типа «Веселые старты»;
- строится на элементах одной из спортивных игр;
- музыкально-физкультурный досуг.

В содержание досуга может быть введен сказочный персонаж или можно использовать занимательный сюжет. Следует использовать музыкальное сопровождение.

Физкультурные праздники. Это массовые зрелищные мероприятия показательного и развлекательного характера, способствующие пропаганде и приобщению к физической культуре и спорту, совершенствованию движений, воспитывают такие черты характера, как коллективизм, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам.

Содержание праздника составляют подвижные игры и спортивные упражнения, эстафеты, музыкально-ритмические движения, знакомые детям и обновленные путем введения неожиданных условий, необычных пособий, способов организации. В программу физкультурного праздника включаются также занимательные викторины и загадки. Содержание праздника во многом зависит от сезона, условий, в которых он проходит.

В праздники принимают участие дети всего дошкольного учреждения.

Праздники приобретают большое оздоровительное и воспитательное значение при условии насыщения их мероприятиями, в которых могут принимать активное участие все зрители.

3.5. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает систему условий, необходимых для развития разнообразных видов детской деятельности, коррекции отклонений в развитии детей и совершенствование структуры детской личности.

В настоящее время в ФГОС ДО заявлено, что дошкольное образование должно быть ориентировано не на формальную результативность, а на поддержку интересов, способности ребёнка, на его самореализацию. Как известно, развитие ребёнка происходит в деятельности. Никакое воспитывающее и обучающее влияние на ребёнка не может осуществляться без реальной деятельности его самого. Для удовлетворения своих потребностей ребёнку необходимо пространство, то есть та среда, которую он воспринимает в определённый момент своего развития.

<i>Задачи</i>	<i>Центры развития, активности</i>	<i>Предметное насыщение</i>
Физическое развитие		
1. Развитие физических качеств 2. Накопление и обогащение двигательного опыта	<i>Физкультурный зал (Избирателей 11)</i>	Скакалки – 22 шт. Туннель – 1 шт. Кольца – 12 шт. Фишки – 50 шт. Шайба – 13 шт. Гантели пластиковые – 23 шт.

<p>детей (овладение основными движениями) 3. Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании 4. Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами 5. Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере 6. Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами</p>		<p>Кегли – 10 шт. Клюшка пластиковая – 2 шт. Клюшка деревянная – 12 шт. Кубик пластиковый – 25 шт. Маты гимнастические – 5 шт. Степ платформы – 15 шт. Коврики – 5 шт. Сетка волейбольная – 1 шт. Лесенка координационная – 2 шт. Ракетка для бадминтона – 14 шт. Воланчик – 6 шт. Городки – 2 шт. Ракетка для настольного тенниса – 12 шт. Мяч для настольного тенниса – 20 шт. Мяч теннисный – 12 шт. Флажки цветные – 52 шт. Скамейка гимнастическая – 2 шт. Канат – 2 шт. Конусы оранжевые – 10 шт. Конусы синие (seven) – 6 шт. Конусы желтые (seven) – 6 шт. Конусы оранжевые (seven) – 6 шт. Палки гимнастические синие – 8 шт. Палки гимнастические желтые – 10 шт. Мячи цветные – 24 шт. Мяч массажный – 30 шт. Кольцо баскетбольное 1 шт. Мини-мяч для баскетбола – 4 шт. Мяч для фитнеса (фитбол) – 1 шт. Обруч для фитнеса – 1 шт. Обруч синий d-90 – 13 шт. Обруч разноцветный d-70 – 10 шт. Обруч оранжевый d-57 – 6 шт. Обруч сборный d-60 – 3 шт. Шведская стенка – 2 шт. Мяч футбольный – 10 шт. Мяч баскетбольный – 10 шт. Ворота футбольные складные – 2 шт. Насос – 1 шт. Крепеж для палок – 6 шт. Мишень деревянная – 1 шт. Гимнастический коврик – 10 шт. Гимнастическая доска – 1 шт. Массажная деревянная дорожка – 1 шт.</p>
	<p><i>Физкультурный зал (Стахановская 53а)</i></p>	<p>Скакалки – 22 шт. Щайба – 10 шт. Гантели пластиковые – 25 шт. Клюшка деревянная – 10 шт. Кубик пластиковый – 28 шт. Ракетка для бадминтона – 10 шт. Воланчик – 5 шт. Городки – 2 шт. Канат – 1 шт. Ракетка для настольного тенниса – 11 шт. Мяч для настольного тенниса – 20 шт. Мяч теннисный – 12 шт. Палка гимнастическая зеленая – 21 шт. Палка гимнастическая синяя – 8 шт. Крепеж для палок – 4 шт. Обруч d-70 – 18 шт. Обруч сборный – 3 шт. Обруч железный – 2 шт.</p>

		<p> Конус оранжевый – 5 шт. Конус оранжевый (seven) – 5 шт. Конус желтый (seven) – 5 шт. Конус синий (seven) – 5 шт. Степ-платформа – 10 шт. Фишки – 50 шт. Кольца – 12 шт. Лесенка координационная – 2 шт. Дорожка массажная деревянная – 1 шт. Туннель – 1 шт. Батут – 1 шт. Мат (дорожка) – 2 шт. Мат – 2 шт. Шведская стенка – 3 шт. Кольцо баскетбольное 1 шт. Бревно гимнастическое – 1 шт. Скамейка гимнастическая – 4 шт. Мяч мягкий – 28 шт. Футбольный мяч – 2 шт. Баскетбольный мяч – 1 шт. Мяч цветной d-21 – 15 шт. Мяч футбольный – 10 шт. Мяч баскетбольный – 10 шт. Ворота футбольные складные – 2 шт. Насос – 1 шт. Городки – 2 шт. </p>
--	--	--

Система педагогической диагностики результатов освоения обучающимися модуля физическое развитие детьми 1 – 8 лет

В соответствии с п.3.2.1 ФГОС ДО «при оценке реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе дальнейшего планирования).

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

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей».

С целью оценки эффективности педагогических действий мониторинг образовательной деятельности в МБДОУ проводится в конце образовательного периода. Осуществляется сбор данных о степени реализации образовательных целей, поставленных в Программе, в том числе, об индивидуальных особенностях развития каждого ребенка.

Следствием педагогической диагностики является дальнейшее планирование работы педагога для более результативного развития каждого диагностируемого ребенка.

Система педагогической диагностики результатов освоения обучающимися Программы детьми от 1 до 8 лет разработана на основе педагогической диагностики индивидуального развития ребенка Ю.В. Карповой («Педагогическая диагностика индивидуального развития ребенка 1 – 8 лет: методическое пособие/Ю.В. Карпова. – М.: Вентана-Граф, 2015. – 440 с. – (Тропинки)), где подобраны диагностические методики, позволяющие оценить уровень физического развития ребенка в оптимально короткие сроки (примерно 2 – 3 недели) путем использования методов, обеспечивающих объективность и точность получаемых данных.

1-3 года

Критерий по ФГОС	Показатель	Динамика развития (характеристики)	Метод диагностики
1. Физическое развитие			
1.1. Целенаправленность и саморегуляция в двигательной сфере	1.1.1. Интерес к занятиям физической культурой	1. С удовольствием двигается под музыку. 2. Испытывает радость от двигательной активности	Наблюдение
	1.1.2. Потребность ребенка в двигательной активности	Двигательная активность соответствует возрастным и физиологическим нормам	Хронометрирование

1.2. Развитие физических качеств	1.2.1. Физические качества: (равновесие, скоростно-силовые качества, ловкость и координационные способности, выносливость)	Физические качества соответствуют возрастным и физиологическим нормам	Тестирование физических качеств
1.3. Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни	1.3.1. Выполнение доступных возрасту гигиенических процедур	1. Владеет простейшими навыками поведения во время еды, умывания. 2. Знает о предметах личной гигиены (зубная щётка, полотенце, носовой платок, расчёска); о необходимости соблюдать порядок и чистоту в групповых помещениях и на участке детского сада, убирать игрушки и строительный материал. 3. Замечает беспорядок в одежде, устраняет его при помощи взрослых. 4. Самостоятельно одевается и раздевается в определённой последовательности. 5. Испытывает радость от соблюдения гигиенических норм	Наблюдение
1.4. Становление ценностей здорового образа жизни	1.4.1. Начальные представления о здоровом образе жизни	1. Стремится правильно (безопасно) организовать свою двигательную активность и игры со сверстниками. 2. Способен к осторожному поведению в незнакомой ситуации	Наблюдение

3-4 года

Критерий по ФГОС	Показатель	Динамика развития (характеристики)	Метод диагностики
1. Физическое развитие			
1.1. Целенаправленность и саморегуляция в двигательной сфере	1.1.1. Интерес к занятиям физической культурой	1. С удовольствием двигается под музыку. 2. Испытывает радость от двигательной активности	Наблюдение
	1.1.2. Потребность ребенка в двигательной активности	Двигательная активность соответствует возрастным и физиологическим нормам	Хронометрирование
1.2. Развитие физических качеств	1.2.1. Физические качества: (быстрота, сила, гибкость, ловкость)	Физические качества соответствуют возрастным и физиологическим нормам	Тестирование физических качеств
1.3. Приобретение опыта двигательной	1.3.1. Основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазание, метание,	Основные движения соответствуют возрастным и физиологическим нормам	Наблюдение, тестирование

деятельности	равновесие)		
1.4. Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни	1.4.1. Выполнение доступных возрасту гигиенических процедур	1. Владеет простейшими навыками поведения во время еды, умывания. 2. Знает о предметах личной гигиены (зубная щётка, полотенце, носовой платок, расчёска); о необходимости соблюдать порядок и чистоту в групповых помещениях и на участке детского сада, убирать игрушки и строительный материал. 3. Замечает беспорядок в одежде, устраняет его при помощи взрослых. 4. Самостоятельно одевается и раздевается в определённой последовательности. 5. Испытывает радость от соблюдения гигиенических норм	Наблюдение
1.5. Становление ценностей здорового образа жизни	1.5.1. Начальные представления о здоровом образе жизни	1. Стремится правильно (безопасно) организовать свою двигательную активность и игры со сверстниками. 2. Способен к осторожному поведению в незнакомой ситуации	Наблюдение

4-5 лет

Критерий по ФГОС	Показатель	Динамика развития (характеристики)	Метод диагностики
1. Физическое развитие			
1.1. Целенаправленность и саморегуляция в двигательной сфере	1.1.1. Интерес к занятиям физической культурой	1. С удовольствием двигается под музыку. 2. Испытывает радость от двигательной активности	Наблюдение
	1.1.2. Потребность ребенка в двигательной активности	Двигательная активность соответствует возрастным и физиологическим нормам	Хронометрирование
1.2. Развитие физических качеств	1.2.1. Физические качества: (быстрота, сила, гибкость, ловкость)	Физические качества соответствуют возрастным и физиологическим нормам	Тестирование физических качеств
1.3. Приобретение опыта двигательной деятельности	1.3.1. Основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазание, метание, равновесие)	Основные движения соответствуют возрастным и физиологическим нормам	Наблюдение, тестирование
1.4. Овладение элементарными	1.4.1. Выполнение доступных возрасту гигиенических процедур	1. Соблюдает элементарные правила гигиены: моет руки с мылом, пользуется расчёской, носовым платком. 2. Соблюдает элементарные правила приёма пищи: моет руки перед едой,	Наблюдение

нормами и правилами здорового образа жизни		правильно пользуется столовыми приборами. 3. Правильно надевает обувь. 4. Замечает непорядок в одежде и при помощи взрослого приводит её в порядок	
1.5. Становление ценностей здорового образа жизни	1.5.1. Начальные представления о здоровом образе жизни	1. Стремится соблюдать элементарные правила гигиены, приёма пищи, поведения в детском саду, на улице, в транспорте, бережного отношения к природе. 2. В случае опасности может обратиться за помощью к взрослому. 3. Понимает простейшие причинно-следственные связи (холодно – надо тепло одеваться). 4. Называет грибы и ягоды: отличает съедобные части растений от несъедобных; узнает мухомор как несъедобный гриб	Беседа

5-6 лет

Критерий по ФГОС	Показатель	Динамика развития (характеристики)	Метод диагностики
1. Физическое развитие			
1.1. Целенаправленность и саморегуляция в двигательной сфере	1.1.1. Интерес к занятиям физической культурой	1. Проявляет заинтересованность в выполнении каких-либо физических упражнений. 2. Имеет любимое упражнение	Наблюдение, беседа
	1.1.2. Потребность в двигательной активности	Двигательная активность соответствует возрастным и физиологическим нормам	Хронометрирование
1.2. Развитие физических качеств	1.2.1. Физические качества (быстрота, сила, гибкость, ловкость)	Физические качества соответствуют возрастным и физиологическим нормам	Наблюдение, тестирование
1.3. Приобретение опыта двигательной деятельности	1.3.1. Основные движения (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание, равновесие)	Основные движения соответствуют возрастным и физиологическим нормам	Наблюдение, тестирование
1.4. Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни	1.4.1. Выполнение доступных возрасту гигиенических процедур	1. Умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своём шкафу; имеет навыки опрятности; владеет элементарными навыками личной гигиены. 2. Владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом. 3. Получает удовлетворение от соблюдения правил личной гигиены, поведения во время еды, в детском саду, на улице, в транспорте, на природе. 4. Умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, поддерживать порядок в своём шкафу. 5. Имеет навыки опрятности.	Наблюдение

		6. Владеет элементарными навыками личной гигиены. 7. Владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом	
1.5. Становление ценностей здорового образа жизни	1.5.1. Начальные представления о здоровом образе жизни	1. Имеет начальные представления о здоровом образе жизни, о зависимости здоровья от правильного питания. 2. Имеет представления о роли гигиены, закаливания и режима дня для здоровья человека. 3. Стремится следить за одеждой и обувью (сушить мокрые вещи, ухаживать за обувью); соблюдать правила поведения во время еды; выполнять поручения по уходу за растениями и животными в уголке природы; поддерживать порядок на рабочем месте во время занятий аппликацией, лепкой и другими видами деятельности; аккуратно убирать игрушки в отведённое для них место. 4. Понимает, что в определённых опасных ситуациях надо обращаться за помощью к взрослому, вызывать «скорую помощь», пожарных, полицейских. 5. Стремится соблюдать правила во время оздоровительных мероприятий, гигиенических процедур; правила поведения в детском саду, на улице, в транспорте, на природе. 6. Знает и соблюдает элементарные правила бережного отношения к природе и животным, проявляет заботу о них	Беседа

6-8 лет

Критерий по ФГОС	Показатель	Динамика развития (характеристики)	Метод диагностики
1. Физическое развитие			
1.1. Целенаправленность и саморегуляция в двигательной сфере	1.1.1. Интерес к занятиям физической культурой	1. Проявляет заинтересованность в выполнении каких-либо физических упражнений. 2. Имеет любимое упражнение	Наблюдение, беседа
	1.1.2. Потребность ребенка в двигательной активности	Двигательная активность соответствует возрастным и физиологическим нормам	Хронометрирование
1.2. Развитие физических качеств	1.2.1. Физические качества (выносливость, быстрота, сила, ловкость, гибкость)	Физические качества соответствуют возрастным и физиологическим нормам	Тестирование
1.3. Приобретение	1.3.1. Основные движения (ходьба,	Основные движения соответствуют возрастным и	Тестирование

опыта двигательной деятельности	бег, прыжки, лазание, метание, равновесие)	физиологическим нормам	
1.4. Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни	1.4.1. Выполнение доступных возрасту гигиенических процедур	<ol style="list-style-type: none"> 1. Положительно относится к выполнению гигиенических процедур. 2. Проявляет выраженное желание выполнить бытовое действие как можно лучше. 3. Правильно использует бытовые предметы (принадлежности для умывания, еды и пр.). 4. Самостоятельно выполняет гигиенические процедуры. 5. Наблюдается осмысленность моторики при выполнении гигиенических процедур. 6. Наблюдается позитивное психосоматическое (психофизическое) состояние при выполнении гигиенических процедур. 7. Во время выполнения гигиенических процедур проявляет способность к содействию, помощи сверстнику. 8. Проявляется интерес к возможностям своего организма, частей тела. 9. Качественно выполняет гигиенические процедуры. 10. Сформирована привычка выполнять культурно-гигиенические процедуры 	Наблюдение
1.5. Становление ценностей здорового образа жизни	1.5.1. Начальные представления о здоровом образе жизни	<ol style="list-style-type: none"> 1. Имеет устойчивые представления о правилах безопасного поведения в различных ситуациях, об основах здорового образа жизни, проявляет активность в ответах на вопросы здоровьесберегающего содержания, дает адекватные, однозначные ответы. 2. Мотивирован к здоровому образу жизни, представления носят целостный характер. 3. Некоторые ответы на вопросы здоровьесберегающего содержания позволяют ребенку продемонстрировать практическое применение полученных знаний 	Беседа

Список используемой литературы при календарно-тематическом планировании

Источник № 1 – «Выходи играть!» Занятия по физической культуре и подвижные игры с детьми 3-7 лет. Под ред. Л.Н. Волошиной (эл.учебник).

Источник № 2 – Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова. Физическое развитие детей третьего года жизни. Методическое пособие для реализации образовательной программы «Теремок» / Под ред. И.А. Лыковой, Е.А. Сагайдачной. – М.: Издательский дом «Цветной мир».

Источник № 3 – Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова – «Играйте на здоровье!». Физическое воспитание детей 3-7 лет.: программа, конспекты занятий, материалы для бесед, методика обучения в разновозрастных группах/ Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова.– М.: Вентана-Граф, 2015.

Источник № 4 – Спортивные развлечения и походы

Источник № 5 - Спортивные развлечения для детей 6-7 лет