

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Управление образования Железнодорожного района
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 146
(МБДОУ – детский сад № 146)

Принято решением
Педагогического совета
Протокол №1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ – детский сад № 146

Ю.В. Дементьева



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по освоению детьми 3-7 лет
образовательной программы дошкольного образования
модуля образовательной области «Физическое развитие»
Срок реализации: один год.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цели и задачи программы
- 1.3. Принципы и подходы к формированию программы
- 1.4. Значимые характеристики особенностей развития детей
- 1.5. Планируемые результаты освоения программы

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

- 2.1. Описание образовательной деятельности в направлении «Физическое развитие»
- 2.2. Оценка индивидуального развития детей
- 2.3. Вариативные методы, средства и формы реализации программы
- 2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы
- 2.5. Коррекционно-развивающая работа
- 2.6. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

- 3.1. Особенности организации режима дня
- 3.2. Планирование образовательного процесса
- 3.3. Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды
- 3.4. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников
- 3.5. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений
- 3.6. Краткая презентация программы

4. ЛИТЕРАТУРА

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа, по развитию детей от 2 до 7 лет разработана в соответствии с основной общеобразовательной программой дошкольного образования МБДОУ детского сада № 146 г. Екатеринбурга с учетом Федеральной образовательной программы дошкольного образования.

Программа определяет единые для Российской Федерации базовые объем и содержание ДО, осваиваемые обучающимися ДОУ, осуществляющую образовательную деятельность, и планируемые результаты освоения образовательной программы. Программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный N 30384), с изменением, внесенным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. N 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный N 53776) и требованиями [СП 2.4.3648-20](#) и [СанПиН 1.2.3685-21](#).

Программа состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений.

Обязательная часть Программы предполагает комплексность подхода, обеспечивая развитие детей во всех взаимодополняющих образовательных областях (социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое, физическое развитие).

В части, формируемой участниками образовательных отношений, представлена выбранная участниками образовательных отношений программа, направленная на приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в то числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость. Способствующих правильному формированию опорно – двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим 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.).

1.2. Цели и задачи реализации программы

Цель:

Разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, через формирование начальных представлений о здоровом образе жизни и физическая культура

Задачи:

- Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- Обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания,

обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;

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

Срок реализации 2023-2024 учебный год.

1.2 Принципы и подходы к формированию Программы

В основе Программы заложены следующие основные принципы:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), 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;
- 3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые);
- 4) признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 6) сотрудничество ДОО с семьей;
- 7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 10) учет этнокультурной ситуации развития детей.

В Программе учитываются следующие подходы:

Деятельностный подход: организация образовательного процесса строится на основе ведущих видов детской деятельности: общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмов развития ребенка. Деятельность развивается от возраста к возрасту, меняются ее содержание и форма.

Индивидуально-дифференцированный подход: все воспитательные мероприятия, приемы обучения дошкольников направлены на утверждение самооценки личности ребенка, на создание условий для включения в успешную деятельность каждого ребенка. Обучение и воспитание соматически ослабленных детей в образовательно-воспитательном процессе ОУ имеют реабилитационную направленность. Педагог владеет информацией о состоянии здоровья, знанием возрастных и индивидуальных особенностей, специфических возможностей развития каждого ребенка.

Компетентностный подход позволяет структурировать содержание и организацию образовательного процесса в соответствии с потребностями, интересами воспитанников.

Интегративный подход дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребенка.

Программа сформирована на основе требований ФГОС ДО, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования и ее объёму.

1.4. Значимые характеристики особенностей развития детей.

Соответствуют федеральной программе дошкольного образования

От 2 до 3 лет п.15.2

От 3 до 4 лет п.15.3.1

От 4 до 5 лет п. 15.3.2

От 5 до 6 лет стр.15.3.3

От 6 до 7 лет стр. 15.3.4

1.5. Планируемые результаты освоения программы.

Целевые ориентиры.

Результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Целевые ориентиры программы 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 к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей ([Пункт 4.3](#) ФГОС ДО).

Целевые ориентиры образования в раннем возрасте:

- ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
- у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Описание образовательной деятельности в направлении «Физическое развитие».

Приобретение опыта в следующих видах поведения детей: двигательном, в том числе, связанном с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму:

- удовлетворять потребность детей в движении;
- повышать устойчивость организма к воздействию различных неблагоприятных факторов;
- расширять у детей представления и знания о различных видах физических упражнений спортивного характера;
- целенаправленно развивать физические качества (скоростные, скоростно-силовые, силу, гибкость, ловкость и выносливость);
- развивать координацию движений, чувства равновесия, ориентировку в пространстве, скоростную реакцию, силу и гибкость;
- обеспечивать тренировку мелкой мускулатуры тонких движения рук через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;
- развивать у детей возможность самостоятельного выполнения детьми всех гигиенических процедур и навыков самообслуживания;
- формировать у детей потребность в регулярных занятиях физической культуры.

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

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

Заключительная часть, в ходе которой выравнивается функциональное состояние организма детей. В ней дети выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания. Особое значение в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей в ходе непрерывной образовательной деятельности по физической культуре. Причём, в каждом возрастном периоде образовательная деятельность имеют разную направленность:

- маленьким детям они должны доставлять удовольствие, научить их ориентироваться в пространстве, правильно работать с оборудованием, обучить приёмам элементарной страховки
- в среднем возрасте – развить физические качества (прежде всего выносливость и силу)
- в старших группах – сформировать потребность в движении, развивать двигательные способности и самостоятельность и т.д.

Воспитательно-образовательный процесс строится с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, гендерного подхода, социального заказа родителей, преемственности детского сада и школы. При организации воспитательно-образовательного процесса необходимо обеспечить единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, при этом следует решать поставленные цели и задачи, избегая перегрузки детей, на необходимом и достаточном

материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму». Построение образовательного процесса на комплексно-тематическом принципе с учетом интеграции образовательных областей дает возможность достичь этой цели.

Построение всего образовательного процесса вокруг одной центральной темы дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

Выделение основной темы периода не означает, что абсолютно вся деятельность детей должна быть посвящена этой теме. Цель введения основной темы периода — интегрировать образовательную деятельность и избежать неоправданного дробления детской деятельности по образовательным областям

Система воспитательно-образовательной работы:

Задачи и направления физического развития в соответствии с ФГОС ДО	
<p>Приобретение опыта в следующих видах деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> – двигательной, направленной на развитие силы, выносливости, быстроты, координации и гибкости; – способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук; – связанных с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в сторону, метание, лазание). 	<ul style="list-style-type: none"> – Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами. – Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере – Становление ценностей ЗОЖ, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Задачи и направления физического развития в соответствии с методикой физического развития		
Оздоровительные задачи:	Воспитательные задачи:	Образовательные задачи:
<ul style="list-style-type: none"> – Формирование правильной осанки (своевременное окостенение опорно - двигательного аппарата, формирование изгибов позвоночника, развитие свода стопы, укрепление связочно-суставного аппарата); – Развитие гармоничного телосложения; – Развитие мышц лица, туловища, ног, рук, плечевого пояса, кистей, 	<ul style="list-style-type: none"> – Формирование потребности в ежедневных физических упражнениях; – Воспитание умения рационально использовать физические упражнения самостоятельной двигательной деятельности; – Приобретение грации, пластичности, 	<ul style="list-style-type: none"> – Формирование двигательных умений и навыков; – Развитие психофизических качеств (быстроты, силы, гибкости, выносливости, глазомера, ловкости); – Развитие двигательных способностей (функции равновесия, координации движений)

пальцев, шеи, – глаз, внутренних органов	выразительности движений; – Воспитание самостоятельности, инициативности, самоорганизации, взаимопомощи	
--	---	--

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

Младшая группа (с 2-3 лет)

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

Младшая группа (с 3-4 лет)

- Обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- Развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- Формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- Закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Средняя группа

- Обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
- Формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;

- Воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- Продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- Укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- Формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

Старшая группа

- Обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- Развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- Воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- Продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- Укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- Расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
- Воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

Подготовительная к школе группа

- Обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;
- Развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;

- Поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимодействие в команде;
- Воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- Формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- Сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;
- Воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

Содержание образовательной деятельности

Основная гимнастика: (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения), подвижные игры, спортивные упражнения, формирование основ здорового образа жизни, активный отдых, соответствуют федеральной программе дошкольного образования см.:

От 2 до 3 лет п.22.3.2

От 3 до 4 лет п.22.4.2

От 4 до 5 лет п.22.5.2

От 5 до 6 лет п.22.6.2

От 6 до 7 лет п.22.7.2

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

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

2.2. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребенка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и

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

Цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями [ФГОС ДО](#). При реализации Программы проводится оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется в рамках педагогической диагностики.

Направленность педагогической диагностики, определяет эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются 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.

Проведение на начальном этапе освоения ребенком образовательной программы в зависимости от времени его поступления в дошкольную группу (стартовая диагностика) и на завершающем этапе освоения программы его возрастной группой (заключительная, финальная диагностика). При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребенка в группе. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка. Предлагаемая система оценки физических качеств, проводится два раза в год (сентябрь и май) при участии инструктора по физической культуре, медицинской сестры, воспитателя ДОУ, учитывая индивидуальные особенности ребенка, его психофизическое здоровье, эмоциональное состояние, состояния здоровья (медицинские отводы и ограничения).

Обследование необходимо проводить в течение нескольких дней. Все данные обследования заносятся в карту развития ребенка (или протокол) по каждой возрастной группе отдельно. Форма протоколов должна быть удобной для педагогов и показывать динамику развития каждого качества у каждого ребенка. Общую динамику продвижения детей в группе, общую динамику развития физических качеств детей в дошкольном учреждении.

Работа проводится на основе критериев уровня развития физических качеств, инструментарии: «Гигиенические основы воспитания детей от 3-7 лет» автор В.И. Теленчи и «Оценка двигательной и физической подготовленности детей (автора Э.Я.Степаненковой).

Система предназначена для определения 3 уровней (высокий, средний, низкий) развития по 7 видам физических качеств детей от 3 до 7 лет, и их среднего уровня физической подготовленности. Она так же определяет общий средний уровень физической подготовленности детей (группы, параллелей групп дошкольного учреждения) по видам тестирования и по всем испытаниям в целом

По итогам года составляется годовой отчет. Форма отчета постоянно совершенствуется. Результаты заслушиваются на итоговом педсовете.

Результаты диагностики считаются точкой отчета для прогнозирования особенностей развития ребенка и подбора оптимального содержания обучения и воспитания.

Тесты физической подготовленности ребенка-дошкольника

Бег на 30, м со старта (тестируются скоростные качества).

Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40 м, ширина 3 м). на дорожке отмечается линия старта и линия финиша. Тестирование проводят двое взрослых,

один находится с флажком на линии старта, второй (с секундомером) – на линии финиша. За линией финиша на расстоянии 5-7 м ставится яркий ориентир. По команде воспитателя «внимание» ребенок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «марш» - взмах флажком (он должен даваться сбоку от ребенка). В это время воспитатель, стоящий на линии финиша, включает секундомер.

Во время короткого отдыха (3-5 минут) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями. Предлагается две попытки, фиксируется наилучший результат.

Внимание! Во время бега не следует торопить ребенка, корректировать его бег.

Бег на 90, 120, 150 м со старта (тестируются выносливость).

Задание проводится на беговой дорожке (длина не менее 40 м, ширина 3 м). на дорожке отмечается линия старта и линия финиша. Тестирование проводят двое взрослых, один находится с флажком на линии старта, второй (с секундомером) – на линии финиша. За линией финиша на расстоянии 5-7 м ставится яркий ориентир. По команде воспитателя «внимание» ребенок подходит к линии старта и принимает стартовую позу. Затем следует команда «марш» - взмах флажком (он должен даваться сбоку от ребенка). В это время воспитатель, стоящий на линии финиша, включает секундомер.

Во время короткого отдыха (3-5 минут) проводится спокойная ходьба с дыхательными упражнениями. Предлагается две попытки, фиксируется наилучший результат.

Внимание! Во время бега не следует торопить ребенка, корректировать его бег.

Методика обследования бега на 10 м. с хода

На дорожке намечаются линии старта и финиша. За линией ставится ориентир (яркий предмет), чтобы ребенок, пересекая линию финиша, не делал резкой остановки. Ребенок по команде «На старт!» подходит к черте и занимает удобную позу. Инструктор стоит сбоку от линии старта с секундомером.

После взмаха флажком ребенок делает разбег. В момент пересечения линии старта инструктор включает секундомер и выключает его, когда ребенок добежит до линии финиша.

Предлагаются две попытки, отдых между ними 5 минут. Фиксируется лучший результат.

Качественная оценка (младший, средний и старший дошкольный возраст)

1. Положение корпуса - небольшой наклон вперед, голова приподнята.
2. Согласованность движений рук и ног - правая рука выносится одновременно с левой ногой, а левая - одновременно с правой ногой. Руки полусогнуты в локтях, энергично отводятся назад.
3. Бег легкий, с отрывом от почвы, быстрый, свободный.

Методика обследования метания мешочка вдаль.

Проводится на участке или зале.

Выбирается дорожка, длина которой 15 -20 м, ширина 4-5 м.

Отмечается начальная черта, к которой встает метаящий ребенок.

Для метания берутся мешочки весом 150 гр. для детей средней группы, 200 - 250 гр. для детей старшей и подготовительной группы.

Инструктор предлагает ребенку встать у черты и бросить мешочек с песком как можно дальше правой и левой рукой способом «из - за спины через плечо».

Ребенок производит по три броска каждой рукой, замер осуществляется после каждого броска.

Лучший результат записывается в протокол.

Количественный результат записывается в метрах и сантиметрах, проводится качественная оценка техники метания. Данные вносятся в протокол.

Качественная оценка (младший, средний дошкольный возраст)

1. И. п.: при метании правой рукой стойка ноги врозь левая, туловище повернуто в сторону броска, мешочек в опущенной руке.
2. Прицеливание: наклон туловища вперед, правая рука поднимается вперед - вверх.
3. Замах: рука с мешочком просится вниз - назад около колена и отводится в крайнее заднее положение, туловище слегка отклоняется назад.
4. Бросок: рука с мешочком резко выпрямляется.
5. Сохраняется равновесие.

Качественная оценка (старший дошкольный возраст)

1. И. п.: при метании правой рукой стойка ноги врозь левая, тяжесть тела равномерно распределена, рука с мешочком внизу, туловище повернуто в сторону броска.
2. Прицеливание: туловище немного подается вперед, тяжесть тела переносится на впереди стоящую ногу, правая рука поднимается вперед - вверх, ребенок совмещает видимый ориентир и конец мешочка.
3. Замах: рука проносится вниз - назад около колена и отводится в крайнее заднее положение, туловище отклоняется назад, правая нога сгибается в колене и на нее переносится тяжесть тела, левая ставится на пятку, левая рука выносится вперед - «положение натянутого лука».
4. Бросок: правая нога выпрямляется, тяжесть тела переносится на впереди стоящую ногу, туловище наклоняется вперед, рука проносится около головы, резким маховым движением кистью совершает бросок.
5. Сохранение равновесия, правая нога приставляется к левой.

Методика обследования прыжка в длину с места.

Тест проводится в физкультурном зале на полу, на котором нанесена разметка через каждые 10 см.

Инструктор следит за тем, как ребенок принял и. п. для прыжка, дает команду «Прыжок!». Ребенок встает у линии старта, отталкивается двумя ногами, делая интенсивный взмах руками, и прыгает на максимальное расстояние (при приземлении нельзя опираться). Измеряется расстояние от линии старта до пятки «ближайшей ноги» с точностью до 1 см. Делаются две попытки, засчитывается лучшая из них. Если ребенок после приземления упал или сделал шаг назад - не беда. Результат отмечается в момент постановки ног на опору.

Для повышения активности и интереса детей целесообразно разместить несколько ярких предметов на расстоянии 15 - 20 см за матом и предложить ребенку допрыгнуть до самого дальнего из них.

Качественная оценка (младший, средний дошкольный возраст)

1. И. п.: узкая стойка, ноги врозь.
2. Замах: руки вперед, затем полуприсед с наклоном туловища и отведением рук назад.
3. Толчок: двумя ногами одновременно с махом руками вперед вверх.
4. Полет: руки вперед - вверх, туловище и ноги выпрямлены.

5. Приземление: одновременно на обе ноги, мягко, с пятки на носок, положение рук свободное.

Качественная, оценка (старший дошкольный возраст)

1. И. п.: узкая стойка, ноги врозь.
2. Замах: руки вперед, подъем на носки, затем - назад с активным полуприседанием и опусканием на всю стопу.
3. Толчок: двумя ногами одновременно с резким махом руками вперед - вверх.
4. Полет: туловище согнуто, вынос ног вперед.
5. Приземление: одновременно на пятки обеих ног с перекатом на всю стопу, колени полусогнуты, руки выносятся вперед - в стороны, равновесие сохранено.

Методика обследования броска набивного мяча.

Проводится в зале. Выбирается дорожка, длина которой 1 - 10 м., ширина 4 - 5 м. Дорожка размечена на метры флажками.

Отмечается начальная черта, к которой встает метаящий ребенок.

Для метания берется мяч весом 1 кг.

Инструктор предлагает ребенку встать у черты и бросить мяч с места двумя руками из-за головы как можно дальше.

Ребенок производит три броска, замер осуществляется после каждого броска. Лучший результат фиксируется.

Количественный результат записывается в метрах, также проводится качественная оценка техники метания.

Качественная, оценка (младший, средний дошкольный возраст)

1. И. п. Стоит лицом в направлении броска. Ноги слегка расставлены. Держит мяч за головой.
2. Бросок: резкое движение рук вдоль вверх.
3. Бросая, руки идут вниз - вперед.
4. Сохранение заданного направления полета предмета. Сохранение равновесия.

Качественная оценка (старший дошкольный возраст)

1. Ноги на ширине плеч. Руки с мячом за головой.
2. Прогибает спину - «положение натянутого лука».
3. Бросок: выпрямляет резко руки, бросает мяч вперед - вверх.
4. Сохранение равновесия.

Методика обследования прыжка вверх с места.

Ребенок подпрыгивает вверх, стараясь достать предмет, находящийся выше поднятой руки (например, инструктор держит флажок над головой ребенка).

Результат определяется с помощью натянутой сантиметровой ленты, прикрепленной к поясу ребенка.

Засчитывается лучший показатель из двух попыток.

Качественная оценка (старший дошкольный возраст)

1. И. п.: ступни параллельно, руки произвольно или на поясе;
2. Полуприседание;
3. Энергичное отталкивание путем выпрямления ног.
4. Полет (при полете ноги прямые).
5. Приземление на полусогнутые ноги (вначале на почву опускается передняя часть ступни, а затем вся ступня).

Условные сравнительные данные по уровню общей физической подготовленности детей (Теленчи В. И.)

После обследования воспитатель анализирует показатели каждого ребенка и сопоставляет их с нормативными данными.

Средние показатели физической подготовленности детей от 3-7 лет

показатели	пол	возраст				
		3 года	4 года	5 лет	6 лет	7 лет
Скорость бега на 10 м с хода (с)	М	3,5-2,8	3,3-2,4	2,5-2,1	2,4-1,9	2,2-1,8
	Д	3,8-2,7	3,4-2,6	2,7-2,2	2,5-2,0	2,4-1,8
Скорость бега на 30 м со старта (с)	М	11,0-9,0	10,5-8,8	9,2-7,9	8,4-7,6	8,07,4
	Д	12,0-9,5	10,7-8,7	9,8-8,3	8,9-7,7	8,7-7,3
Длина прыжка с места (см)	М	47,0-67,5	53,5-78,6	81,2-102,4	86,3-108,7	94,0-122,4
	Д	38,2-64,0	51,1-73,9	66,0-94,0	77,7-99,6	80,0-123,0
Высота прыжка с места (см)	М	-	-	20,2-25,8	21,1-26,9	23,8-30,2
	Д			20,4-25,6	20,9-27,1	22,9-29,1
Дальность броска правой рукой (м)	М	1,8-3,6	2,5-4,1	3,9-5,7	4,4-7,9	6,0-10,0
	Д	1,5-2,3	2,4-3,4	3,0-4,4	3,3-5,4	4,0-6,8
Дальность броска левой рукой (м)	М	2,0-3,0	2,0-3,4	2,4-4,2	3,3-5,3	4,2-6,8
	Д	1,3-1,9	1,8-2,8	2,5-3,5	3,0-4,7	3,0-5,6
Дальность броска набивного мяч (1 кг) Из-за головы (см)	М	119-157	117-185	187-270	221-303	242-360
	Д	97-133	97-178	138-221	156-256	193-311
Скорость бега на 90 м На 120м На 150м (с)	М			30,6-25,0	35,7-29,2	41,2-33,6
	Д					

При проведении физической диагностики необходим стандартный набор спортивного оборудования:

- мешочки с песком 150-200гр. для выявления силовых качеств;
- набивной мяч вес 1 кг. выявления силовых качеств
- беговая дорожка и секундомер для выявления выносливости, скорости.

Всё оборудование имеется в нашем учреждении и в любом другом учебном учреждении города и республики, что позволяет использовать нашу систему для определения физической подготовленности в любом учреждение дошкольного и младшего школьного возраста.

При тестировании детей следует соблюдать определённые правила:

Исследования проводить в первой половине дня, в физкультурном зале, хорошо проветриваемом помещении или на площадке. Одежда детей облегчённая. В день тестирования режим дня детей не должен быть перегружен физически и эмоционально. Перед тестированием следует провести стандартную разминку всех систем организма в соответствии со спецификой тестов. Необходимо обеспечить спокойную обстановку, избегать у ребёнка отрицательных эмоций, соблюдать индивидуальный подход, учитывать возрастные особенности.

Форма проведения тестирования физических качеств детей должна предусматривать их стремление показать наилучший результат: дети могут сделать 2-3 попытки. Время между попытками одного и того же теста должно быть достаточным для ликвидации возникшего после первой попытки утомления.

Порядок теста остаётся постоянным, и не меняется ни при каких обстоятельствах. Как правило, тестирование проводят одни и те же педагоги: инструктор по физкультуре, воспитатель.

Тестирование должно проводиться в стандартных одинаковых условиях, что снизит возможность ошибки в результатах и позволит получить более объективную информацию за исследуемый период.

Во время тестирования важно учитывать:

- индивидуальные возможности ребёнка;
- особенности проведения тестов, которые должны выявлять даже самые незначительные отклонения в двигательном развитии ребёнка.

Наилучшие результаты, полученные в процессе тестирования, заносятся в протокол тестирования. В протокол записываются результаты на начало и конец года всей группы, по которым видна физическая подготовленность всех детей. Также результаты записываются в индивидуальную карту физической подготовленности. По индивидуальной карте прослеживается физическое развитие ребёнка с 3 до 7 лет и корректно сообщается родителям каждого ребёнка, подводится итог в конце каждого года.

Следует отметить большой интерес у детей при выполнении тестовых испытаний. Как показали наблюдения (М.А. Рунова), большая часть детей дошкольного возраста (60%) постоянно стремится сопоставить свои результаты с показателями сверстников, Некоторые дети (30%) даже задумываются над тем, как улучшить свои показатели, стараются неоднократно повторять одно и то же задание, обращаются к педагогу за помощью и стремятся добиться хороших результатов. И лишь немногие дети (10%) остаются пассивными и инертными.

2.3. Формы реализации программы

Цели:

- формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:
- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьёй
Интегрированная детская деятельность	Утренняя гимнастика.		Утренняя гимнастика.
Игры	Подвижные игры.	Самостоятельные подвижные игры и игровые упражнения	Совместные физкультурные досуги и праздники.
Игровые упражнения	Физкультминутки. Подвижные и спортивные игры и упражнения. Гимнастика после дневного сна. Физкультурные досуги. Физкультурные праздники Неделя здоровья. Индивидуальные занятия с ребёнком.	Спортивные игры и упражнения (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.).	Совместные занятия спортом. Семейный туризм.

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений.

Цели и задачи:

(на основе образовательной программы «Мы живем на Урале»):

Цель:

Формирование начал культуры здорового образа жизни на основе национально-культурных традиций.

Задачи:

Младший дошкольный возраст

1. Создать условия для удовлетворения биологической потребности ребенка в движении;
2. Способствовать освоению ребенком простейших правил народных подвижных игр.
3. Создать условия для приобщения ребенка к правилам безопасного, здоровьесберегающего поведения дома, в детском саду, на улице, на водоеме, на дороге, осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека ситуациям.
4. Поддерживать интерес ребенка к народным подвижным играм, играм-забавам, играм-развлечениям;
5. Поддерживать стремления ребенка к творческому самовыражению и импровизации в движении (мимике, пантомимике);

Старший дошкольный Возраст

1. Создать условия для ознакомления ребенка со спортивными упражнениями народов Среднего Урала, обогащая его двигательный опыт: ходьба на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам.
2. Воспитывать потребность вступать в общение с взрослым и другими детьми при выполнении спортивных упражнений, в народных подвижных играх.
4. Создать условия для приобщения ребенка к правилам безопасного, здоровьесберегающего поведения дома, в детском саду, на улице, на водоеме, на дороге, осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека ситуациям.
5. Создать условия для активного накопления ребенком первичных представлений о строении тела человека, его основных частях, их назначении, правилах ухода за ними, умения обращаться за помощью в ситуациях, угрожающих здоровью.
6. Поддерживать собственную созидательную активность ребенка, его способность самостоятельно решать актуальные проблемы и задачи безопасного, разумного поведения в разных ситуациях.
7. Способствовать самостоятельному переносу в игру правила здоровьесберегающего поведения.

Содержание

Способы закаливания, сохранения здоровья с учетом климатических особенностей Среднего Урала. Народные традиции в оздоровлении. Лесная аптека. Оздоровляющие свойства натуральных продуктов питания. Витамины, их влияние на укрепление организма.

Правила выбора одежды в соответствии с конкретными погодными условиями Среднего Урала. Особенности национальной одежды народов Урала. Традиционные для Среднего Урала продукты питания и блюда. Национальная кухня. Традиционные для Урала виды спорта, спортивные, подвижные (народные) игры.

Способы обеспечения и укрепления, доступными средствами, физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала. Спортивные события в своей местности, крае. Знаменитые спортсмены, спортивные команды.

Средства, педагогические методы, формы работы с детьми

Традиционные для Урала виды спорта, спортивные, подвижные (народные) игры.

Способы обеспечения и укрепления, доступными средствами, физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала.

Спортивные события в своей местности, крае. Знаменитые спортсмены, спортивные команды.

Игры народов Среднего Урала:

Русские – «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки», «У медведя во бору», «Фанты».

Башкирские – «Липкие пеньки», «Медный пень», «Палка-кидалка», «Стрелок», «Юрта».

Татарские – «Жмурки», «Займи место», «Кто первый», «Кто дальше бросит?», «Лисичка и курочки», «Мяч по кругу», «Перехватчики», «Продам горшки», «Серый волк», «Скок-перескок», «Спутанные кони», «Тимербай», «Хлопушки».

Удмуртские – «Водяной», «Догонялки», «Игра с платочком», «Охота на лося», «Серый зайка».

Марийские - «Биляша», «Катание мяча».

Кomi – «Ловля оленей», «Невод», «Охота на оленей», «Стой, олень!».

Чувашские – «Штаидерт», «Кто вперед возьмет флажок», «Тума-дуй».

Спортивные игры:

«Городки», «Катание на лыжах», «Катание на санках» и др.

Целевые прогулки, экскурсии по городу обеспечивают необходимую двигательную активность и способствует сохранению и укреплению здоровья ребенка.

Вариативные методы, средства и формы реализации программы

В соответствии с целевыми ориентирами, определенными ФГОС ДО, на этапе завершения дошкольного образования у ребенка должна быть развита крупная и мелкая моторика, он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими. Для достижения этой цели в образовательной деятельности использую современные технологии и методики:

- игровые технологии оздоровительной направленности (игровая гимнастика С. и Е. Железновых, фитбол-гимнастика);
- технологии проектной
- технологии интегративного обучения (при взаимодействии с воспитанниками интегрирую задачи образовательной области «Физическое развитие» с задачами образовательных областей «Познавательное развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие»);
- здоровьесберегающие технологии Е.Г. Сайкиной «Фитнес-данс»
- для развития физических качеств (сила, ловкость, координация) применяю методику Е.Н. Вавилова «Учите бегать, прыгать, лазать, метать»;

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

Для поддержки детской инициативы педагог поощряет свободную самостоятельную деятельность детей, основанную на детских интересах и предпочтениях. Чтобы дети верили в себя, развивались и экспериментировали, взрослые – и педагоги, и родители, должны подкреплять детскую инициативу, даже когда она сопровождается ошибками, поскольку, развитие - это всегда что-то новое, а новое всегда сопровождается и ошибками в том числе.

Любая деятельность ребенка в ДОО может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например: самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений.

Для поддержки детской инициативы учитываются следующие условия:

- 1) уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребенка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы;
- 2) организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребенка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности;
- 3) расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребенок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребенка творчества, сообразительности, поиска новых подходов;
- 4) поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребенка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;
- 5) создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребенка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата;
- 6) поощрять и поддерживать желание детей получить результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребенку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;
- 7) внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к ее дозированию. Если ребенок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности, то целесообразно и достаточно использовать приемы наводящих вопросов, активизировать собственную активность и смекалку ребенка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;
- 8) поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.

Способы поддержки инициативы детей:

- не следует сразу помогать ребенку, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению;
- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности.
- Направления поддержки детской инициативы:
- творческая инициатива – предполагает включенность ребенка в игру как основную творческую деятельность, где развиваются воображение, образное мышление;

- инициатива как целеполагание и волевое усилие – предполагает включенность ребенка в разные виды продуктивной деятельности;
- коммуникативная инициатива – предполагает включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи;
- познавательная инициатива – предполагает любознательность, включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения.

Педагог уделяет особое внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребенка.

2.5. Коррекционно-развивающая работа

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

Наше дошкольное учреждение открывает свои двери для детей с ограниченными возможностями. Успех коррекционно-развивающей работы определяется продуманной системой, скоординированной работой всех специалистов образовательного учреждения: педагога-психолога, учителя-логопеда, воспитателей, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре. В свете новых изменений в Федеральном законодательстве наша деятельность скорректирована в соответствии с введением в действие Федеральных государственных стандартов к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования и условиями ее реализации.

Направленность КРР с обучающимися, имеющими девиации развития и поведения на дошкольном уровне образования:

- коррекция (развитие) социально-коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сферы;
- помощь в решении поведенческих проблем;
- формирование адекватных, социально-приемлемых способов поведения;
- развитие рефлексивных способностей;
- совершенствование способов саморегуляции.

Поставленная цель требует решения задач. Задачи коррекционно-развивающей работы решаются в соответствии с ФГОС на основе интеграции образовательных областей.

Физическая культура:

- совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, зрительно-пространственной координации;
- профилактика и преодоление вторичных отклонений в двигательной сфере. Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни ребенка в семье и в дошкольном учреждении.

В режиме предусмотрены игры, развлечения на воздухе. Решаются задачи развития ориентировки в пространстве, развитие мелкой моторики рук.

Работая в идеологии «команды», каждый специалист и педагог решает свои задачи в образовательной области. Создается оптимальное равновесие между образовательными воздействиями и индивидуальными возможностями ребенка.

2.6. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Образовательная деятельность в ДОО включает:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных
- видов детской деятельности;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы ДО.

Все виды деятельности взаимосвязаны между собой, часть из них органично включается в другие виды деятельности (например, коммуникативная, познавательно-исследовательская). Это обеспечивает возможность их интеграции в процессе образовательной деятельности.

	Образовательные области	Виды детской деятельности	Формы образовательной деятельности
Физическое развитие	«Физическая культура»	Двигательная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, игровая, музыкально-художественная.	Подвижные игры, игровые упражнения, спортивные игры и упражнения, двигательная активность на прогулке, физкультурные занятия (Игровые, соревновательные, контрольно-диагностические), гимнастика, физкультминутки, игры-имитации, физкультурные досуги и праздники, эстафеты, соревнования, дни здоровья, туристические прогулки, экскурсии, реализация проектов.
	«Здоровье»	Двигательная, игровая, продуктивная, коммуникативная, трудовая, познавательно-исследовательская, музыкально-художественная, чтение худ. литературы.	Игровые упражнения, упражнения на развитие мелкой моторики, дидактические игры, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, двигательная активность на прогулке, беседы, игровые проблемные ситуации, викторины, реализация проектов.

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Основные направления физкультурно-оздоровительной работы

Создание условий

1. организация здоровьесберегающей среды в ДОО
2. обеспечение благоприятного течения адаптации
3. выполнение санитарно-гигиенического режима

Организационно-методическое и педагогическое направление

1. пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов

2. изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей
3. отбор и внедрение эффективных технологий и методик систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров
4. определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики

Физкультурно-оздоровительное направление

1. решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
2. коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом здоровье

В Программе на первый план выдвигается *развивающая функция образования*, обеспечивающая становление личности ребенка и ориентирующая педагога на его индивидуальные особенности, что соответствует современным научным концепциям дошкольного воспитания о признании самоценности дошкольного периода детства. Она построена на позициях *гуманно-личностного отношения к ребенку* и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих ценностей, а также способностей и компетенций. В Программе отсутствуют жесткая регламентация знаний детей и предметный центризм в обучении.

Программа опирается на лучшие традиции отечественного дошкольного образования, его фундаментальность: комплексное решение задач по охране жизни и укреплению здоровья детей, всестороннее воспитание, амплификацию (обогащение) развития на основе организации разнообразных видов детской творческой деятельности. Особая роль уделяется игровой деятельности как ведущей в дошкольном детстве.

Содержание программы обеспечивает учет национальных ценностей и традиций в образовании.

Система физкультурно-оздоровительной работы

1. Обеспечение здорового ритма жизни

- щадящий режим / в адаптационный период/
- гибкий режим дня
- определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей
- организация благоприятного микроклимата

2. Двигательная активность

- утренняя гимнастика
- образовательная деятельность по физическому развитию в зале; на улице.
- спортивные упражнения (санки, лыжи, велосипеды и др.)
- элементы спортивных игр
- кружковая работа

3. Активный отдых

- физкультурный досуг;
- туристические походы

4. Физкультурные праздники (зимой, летом)

- «спартакиада»»
- «Весёлые старты», др.

5. Лечебно – профилактические мероприятия

- Витаминотерапия
- Профилактика гриппа (проветривание после занятия)
- Физиотерапевтические процедуры (кварцевание)
- Фитонезидотерапия (лук, чеснок)

6. *Закаливание*

- ходьба босиком
- облегчённая одежда детей
- мытьё рук, лица

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

3.1. Особенности организации режима дня

Режим работы ОУ:

- пятидневная рабочая неделя;
- 10,5-часовое пребывание детей (время работы: с 7.30.00 до 18.00);
- выходные дни - суббота, воскресенье и праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

Режим дня в дошкольном образовательном учреждении - это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток.

В ДО необходимо проводить постоянную работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций. Под руководством медицинского персонала осуществляется комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья детей и местных условий. При проведении закаливающих мероприятий осуществляется дифференцированный подход к детям, учитывая их индивидуальные возможности. Важно обращать внимание на выработку у детей правильной осанки. В помещении обеспечивается оптимальный температурный режим, регулярное проветривание. Необходимо обеспечивать пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня. Важно обеспечивать оптимальный двигательный режим — рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности. Следует поощрять участие детей в совместных подвижных играх и физических упражнениях на прогулке. Развивать инициативу детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений, поощрять самостоятельное использование детьми имеющегося физкультурного и спортивно-игрового оборудования. Воспитывать интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием вне образовательной деятельности (в свободное время). Ежедневно детьми проводится утренняя гимнастика. В процессе образовательной деятельности, требующей высокой умственной нагрузки, и в середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность проводятся физкультминутки длительностью 1 -3 минуты.

Организация режима дня и воспитательно-образовательного процесса в дошкольном образовательном учреждении производится согласно требованиям [СанПиН 1.2.3685-21](#) в режиме дня предусмотрено время для проведения занятий.

Организация двигательного режима в группах

Формы организации	Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст	Подготовительная к школе группа
Образовательная деятельность	3 раза в неделю (10-15 минут)	3 раза в неделю (20 минут)	3 раза в неделю (25 минут)	3 раза в неделю (30 минут)
Утренняя гимнастика	6-8 минут	8-10 минут	10 минут	10 минут
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	8-10 минут	10-12 минут	12 минут	15 минут
Гимнастика после дневного сна	5-10 минут			

Спортивные досуги и развлечения	20 минут 1 раз в месяц	30 минут 1 раз в месяц	30 минут 1 раз в месяц	40-50 минут 1 раз в месяц
---------------------------------	------------------------	------------------------	------------------------	---------------------------

Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) В зависимости от возраста детей			
		младший	средний	старший	подготовит
Физкультурные занятия	а) в помещении	3 раза в неделю 10-15	3 раза в неделю 15-20	2 раза в неделю 20-25	2 раза в неделю 25-30
	б) на улице			1 раз в неделю 20-25	1 раз в неделю 25-30
Физкультурно-Оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 5-6	Ежедневно 6-8	Ежедневно 8-10	Ежедневно 10-12
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	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) 30-35
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 25-30	1 раз в месяц 40
	б) физкультурный праздник			2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) туристские походы			По плану ДОО	По плану ДОО
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

Модель двигательного режима по всем возрастным группам

	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Подвижные игры во время приёма детей	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Утренняя гимнастика	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Физкультмин-ки	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.
Музыкально-ритмические	музыкальное развитие 6-8 мин.	музыкальное развитие 8-10	музыкальное развитие 10-12	музыкальное развитие 12-15 мин.

движения.		мин.	мин.	
ОД по физическому развитию (2 в зале, 1 на улице)	2 раз в неделю 10-15 мин.	3 раза в неделю 15-20 мин.	3 раза в неделю 15-20 мин.	3 раза в неделю 25-30 н.
Подвижные игры: -сюжетные; -бессюжетные; -игры-забавы; -соревнования; -эстафеты; -аттракционы.	Ежедневно не менее двух игр по 5-7 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 7-8 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 8-10 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 10-12 мин.
Оздоровительные мероприятия: -дыхательная гимнастика	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 6 мин.	Ежедневно 7 мин.	Ежедневно 8 мин.
Физические упражнения и игровые задания: Артикуляционная гимнастика; -пальчиковая гимнастика; -зрительная гимнастика.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 10-15 мин.
Физкультурный досуг	1 раз в месяц по 10-15 мин.	1 раз в месяц по 15-20 мин.	1 раз в месяц по 25-30 мин.	1 раз в месяц 30-35 мин.
Спортивный праздник	2 раза в год по 10-15 мин.	2 раза в год по 15-20 мин.	2 раза в год по 25-30 мин.	2 раза в год по 30-35 м.
Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя.			
Физкультурный досуг	1 раз в месяц по 10-15 мин.	1 раз в месяц по 15-20 мин.	1 раз в месяц по 25-30 мин.	1 раз в месяц 30-35 мин.
Спортивный праздник	2 раза в год по 10-15 мин.	2 раза в год по 15-20 мин.	2 раза в год по 25-30 мин.	2 раза в год по 30-35 м.
Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя.			

3.2. Планирование образовательного процесса.

Мною разработаны следующие документы:

1. Тематическое планирование ОД
2. Календарное планирование ОД
3. Планы-конспекты физкультурных занятий
4. Тематическое планирование досугов и развлечений
5. Индивидуальный годовой план

3.3. Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды

Под понятием среды подразумевается окружающая обстановка природного, социально-бытового или культурно-эстетического характера. Оснащение РППС, включающей средства обучения и воспитания, подобранные в соответствии с

возрастными и индивидуальными особенностями детей дошкольного возраста, содержания Федеральной программы;

Основные требования к организации среды

Программа инструктора по физической культуре реализуется с использованием оснащения, которое уже имеется в дошкольной организации, главное, соблюдать требования ФГОС ДО и принципы организации пространства, обозначенные в Программе.

Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала должна быть:

- содержательно-насыщенной, развивающей;
- трансформируемой;
- полифункциональной;
- вариативно-доступной;
- безопасной;
- здоровьесберегающей;
- эстетически-привлекательной

При реализации программы используются различные средства, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов:

- демонстрационные и раздаточные;
- визуальные, аудиальные, аудиовизуальные;
- естественные и искусственные;
- реальные и виртуальные.

Спортивное оборудование.

№п/п	Наименование спортивного инвентаря	Количество:
1.	Ворота футбольные	1
2.	Гантели детские	25
3.	Дуга малая	3
4.	Кегли	25
5.	Кольцеброс	5
6.	Конус (большой)	8
7.	Конус (малый)	4
8.	Кубики пластик	15
9.	Ленты на кольцах	25
10.	Мат	2
11.	Мешочки с песком	15
12.	Мяч большой резиновый	25
13.	Мяч большой кожаный	15
14.	Мяч малый резиновый	25
15.	Мяч набивной (вес 1 кг)	1
16.	Мяч теннисный	25
17.	Мяч большой с ручками	3
18.	Мяч баскетбольный	4
19.	Набор мягких модулей	1
20.	Набор для коррекционной гимнастики	1
21.	Обручи	25

22.	Палка гимнастическая	25
23.	Скакалка	20
24.	Стенка гимнастическая деревянная	2
25.	Тонель	2
26.	Щит навесной	2

Научно-методическое обеспечение Программы определяется в соответствии с направлениями развития детей.

Направления развития детей	Методические пособия	Наглядно-дидактические пособия
Обязательная часть		
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> – Подвижные игры на прогулке ФГОС, Бабенкова Е.А, М:Т.Ц Сфера, 2015 – 96с. – Сборник подвижных игр ФГОС, Степаненкова Э.Я. М:Мозаика-Синтез, 2016 – 144с. – Малоподвижные игры и игровые упражнения ФГОС, Борисова М.М. М:Мозаика-Синтез, 2016 –144с – Физкультурные занятия в детском саду. Младшая группа. Конспекты занятий / Л. И. Пензулаева – М.: Мозаика-Синтез, 2009. – 112с. Физическое развитие детей 2-7 лет: сюжетно-ролевые занятия / авт.-сост. Е. И. Подольская. – Изд. 2-е, перераб. – Волгоград: Учитель, 2013. – 229с. – Методика физической культуры для дошкольников Е.Н.Вавилова «Учите бегать, прыгать, лазать, метать»; М:Т.Ц Сфера, 1985 – 102с 	
Часть, формируемая участниками образовательных отношений		
Дополнительная литература	на основе программы «Мы живем на Урале»	

Для осуществления образовательной деятельности с детьми используются различные средства обучения и воспитания, в том числе технические, визуальные и аудиовизуальные.

В учреждении имеются следующие технические средства обучения и воспитания: музыкальная колонка, интерактивная доска, к использованию которых предъявляется ряд требований, а именно, необходимо избегать длительного применения ТСО в целях предотвращения утомления детей и рационально сочетать их с другими средствами обучения.

Развивающая предметно-пространственная среда должна быть насыщенной, пригодной для совместной деятельности взрослого и ребенка и самостоятельной деятельности детей, отвечающей потребностям детского возраста.

Пространство спортивного зала организуется в виде разграниченных зон, оснащенных большим количеством развивающего спортивного оборудования, которое должны быть безопасным и доступны детям. Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала должна выступать как динамичное пространство, подвижное и легко изменяемое.

3.4. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников

Главными целями взаимодействия педагогического коллектива ДОО с семьями обучающихся дошкольного возраста являются:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования,

охраны и укрепления здоровья детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов;

- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

Основные формы взаимодействия с семьей

- Знакомство с семьей: встречи-знакомства, анкетирование семей.
- Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, приглашение родителей на спортивные праздники, создание памяток, размещение консультаций на сайте ДООУ.
- Образование родителей: «школы для родителей» (лекции, семинары, семинары-практикумы), проведение мастер-классов, тренингов, создание библиотеки (медиаотеки).
- Совместная деятельность: привлечение родителей к организации семейных праздников, прогулок, экскурсий, к участию в детской исследовательской и проектной деятельности.

«Физическая культура»

- Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.
- Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку);
- Стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; Создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.
- Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.
- Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.
- Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом, открывая разнообразные секции и клубы (любителей туризма, плавания и пр.).
- Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).

3.5. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений.

Цели и задачи:

(на основе программы «Мы живем на Урале»):

Цель:

Формирование начал культуры здорового образа жизни на основе национально-культурных традиций.

Задачи:

Младший дошкольный возраст

- Создать условия для удовлетворения биологической потребности ребенка в движении;
- Способствовать освоению ребенком простейших правил народных подвижных игр.
- Создать условия для приобщения ребенка к правилам безопасного, здоровьесберегающего поведения дома, в детском саду, на улице, на водоеме, на дороге, осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека ситуациям.
- Поддерживать интерес ребенка к народным подвижным играм, играм-забавам, играм-развлечениям;
- Поддерживать стремления ребенка к творческому самовыражению и импровизации в движении (мимике, пантомимике);

Старший дошкольный Возраст

- Создать условия для ознакомления ребенка со спортивными упражнениями народов Среднего Урала, обогащая его двигательный опыт: ходьба на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам.
- Воспитывать потребность вступать в общение с взрослым и другими детьми при выполнении спортивных упражнений, в народных подвижных играх.
- Создать условия для приобщения ребенка к правилам безопасного, здоровьесберегающего поведения дома, в детском саду, на улице, на водоеме, на дороге, осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека ситуациям.
- Создать условия для активного накопления ребенком первичных представлений о строении тела человека, его основных частях, их назначении, правилах ухода за ними, умения обращаться за помощью в ситуациях, угрожающих здоровью.
- Поддерживать собственную созидательную активность ребенка, его способность самостоятельно решать актуальные проблемы и задачи безопасного, разумного поведения в разных ситуациях.
- Способствовать самостоятельному переносу в игру правила здоровьесберегающего поведения.

Содержание

Способы закаливания, сохранения здоровья с учетом климатических особенностей Среднего Урала. Народные традиции в оздоровлении. Лесная аптека. Оздоровляющие свойства натуральных продуктов питания. Витамины, их влияние на укрепление организма.

Правила выбора одежды в соответствии с конкретными погодными условиями Среднего Урала. Особенности национальной одежды народов Урала. Традиционные для Среднего Урала продукты питания и блюда. Национальная кухня. Традиционные для Урала виды спорта, спортивные, подвижные (народные) игры.

Способы обеспечения и укрепления, доступными средствами, физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала. Спортивные события в своей местности, крае. Знаменитые спортсмены, спортивные команды.

Средства, педагогические методы, формы работы с детьми

Традиционные для Урала виды спорта, спортивные, подвижные (народные) игры. Способы обеспечения и укрепления, доступными средствами, физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала. Спортивные события в своей местности, крае. Знаменитые спортсмены, спортивные команды. Игры народов Среднего Урала: Русские – «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки», «У медведя во бору», «Фанты». Башкирские – «Липкие пеньки», «Медный пень», «Палка-кидалка», «Стрелок», «Юрта». Татарские – «Жмурки», «Займи место», «Кто первый», «Кто дальше бросит?», «Лисичка и курочки», «Мяч по кругу», «Перехватчики», «Продам горшки», «Серый волк», «Скок-перескок», «Спутанные кони», «Тимербай», «Хлопушки». Удмуртские – «Водяной», «Догонялки», «Игра с платочком», «Охота на лося», «Серый зайка». Марийские - «Биляша», «Катание мяча». Коми – «Ловля оленей», «Невод», «Охота на оленей», «Стой, олень!». Чувашские – «Штаидерт», «Кто вперед возьмет флажок», «Гума-дуй». Спортивные игры: «Городки», «Катание на лыжах», «Катание на санках» и др. Целевые прогулки, экскурсии по городу обеспечивают необходимую двигательную активность и способствует сохранению и укреплению здоровья ребенка.

3.6. Краткая презентация программы

Рабочая программа, по развитию детей от 2 до 7 лет разработана в соответствии с основной общеобразовательной программой дошкольного образования МБДОУ детского сада № 146 г. Екатеринбурга с учетом Федеральной образовательной программы дошкольного образования.

Рабочая программа ориентирована на детей от 2 до 7 лет.

Рабочая программа имеет цели: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Задачи:

- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности; предупреждение утомления.
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.
- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

В основе Программы заложены следующие основные принципы:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости;
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяя решать поставленные цели и задачи при использовании разумного «минимума» материала);
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых

- формируются такие качества, которые являются ключевыми в развитии дошкольников;
- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей;
 - основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
 - предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности дошкольников не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
 - предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с дошкольниками и ведущим видом их деятельности является игра;
 - строится с учетом региональных особенностей организации образовательного процесса;
 - строится с учетом соблюдения преемственности между всеми возрастными дошкольными группами и между детским садом и начальной школой.

В Программе учитываются следующие подходы:

Деятельностный подход: организация образовательного процесса строится на основе ведущих видов детской деятельности: общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмов развития ребенка. Деятельность развивается от возраста к возрасту, меняются ее содержание и форма.

Индивидуально-дифференцированный подход: все воспитательные мероприятия, приемы обучения дошкольников направлены на утверждение самооценки личности ребенка, на создание условий для включения в успешную деятельность каждого ребенка. Обучение и воспитание соматически ослабленных детей в образовательно-воспитательном процессе ДОУ имеют реабилитационную направленность. Педагог владеет информацией о состоянии здоровья, знанием возрастных и индивидуальных особенностей, специфических возможностей развития каждого ребенка.

Компетентностный подход позволяет структурировать содержание и организацию образовательного процесса в соответствии с потребностями, интересами воспитанников.

Интегративный подход дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности ребенка.

Программа сформирована на основе требований ФГОС ДОО и федеральной образовательной программой дошкольного образования.

4. ЛИТЕРАТУРА

перечень	Год издания
1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования	2023
2. СанПиН 2.4.3648-20, и Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21	2020,2021
3. Сборник подвижных игр ФГОС, Степаненкова Э.Я. М:Мозаика-Синтез, – 144с.	2015
4. Подвижные игры на прогулке ФГОС, Бабенкова Е.А, М:Т.Ц Сфера, – 96с	2015
5. Укрепление здоровья ребенка в детском саду. Из опыта работы ДОУ: методическое пособие сост: Е.А.Якимова, М.Е.Верховкина – СПб.: КАРО	2014
6. Малоподвижные игры и игровые упражнения ФГОС, Борисова М.М.. М:Мозаика-Синтез, –144с	2014
7. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе. Сост .Л.И. Пензулаева– М.МОЗАИКА – СИНТЕЗ,	2012
8. Физическая культура в детском саду. Система работы в старшей группе. Сост. Л.И. Пензулаева – М.МОЗАИКА – СИНТЕЗ,	2012
9. Зимние занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет. Сост. Е.В.Сулим– М.:ТЦ Сфера	2011
10. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры\ автор О.М.Литвинова. – Волгоград: Учитель	2007
11. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях.Сост.Т.Л.Богина – М.: М.МОЗАИКА – СИНТЕЗ,	2005
12. Справочник инструктора по физической культуре в детских дошкольных учреждениях \ автор Т.О.Крусева – Ростов нД: Феникс,	2005
13. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста. Автор Л.И.Пензулаева – М.:Гуманист. Изд.центр ВЛАДОС,	2002
14. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. Автор Л.И.Пензулаева – М.:Гуманист. Изд.центр ВЛАДОС,	2002
15. Общеразвивающие упражнения в детском саду. Автор П.П.Буцинская – М.: Просвещение	1990
16. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет. Автор А.В Теленчи, Е.М.Белотская - М.: Просвещение	1987
17. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. Автор Е.Н.Вавилова - М.:Просвещение	1982

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022221

Владелец Дементьева Юлия Валерьевна

Действителен с 18.04.2023 по 17.04.2024