



Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 84
комбинированного вида Калининского района Санкт – Петербурга
195257, Санкт-Петербург, Гражданский проспект, дом 90, кор. 4, литер А, телефон 556-82-88

ПРИНЯТА

Решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада № 84
Калининского района Санкт-Петербурга
Протокол от 31.08.2021 года №1

Учено мнение Совета родителей
(законных представителей) воспитанников
ГБДОУ детского сада № 84
Калининского района Санкт-Петербурга
Протокол от 31.08.2021 № 1

УТВЕРЖДЕНА

Заведующий ГБДОУ детского сада № 84
Калининского района Санкт-Петербурга
_____ Е.В. Барбанова

Приказ от 01.09.2021 № 40-о

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА 2021 – 2022 УЧЕБНЫЙ ГОД

СРЕДНИЕ ГРУППЫ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ № 4, 6 (ВОЗРАСТ 4 - 5 ЛЕТ)



Срок реализации 1 год

РАЗРАБОТАЛА
ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ВЫСШЕЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ КАТЕГОРИИ
ПАВЛОВА СВЕТАНА АЛЕКСАНДРОВНА

| № п\п | СОДЕРЖАНИЕ | СТР. |
|----------|--|------|
| 1. | ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ | 3 |
| 1.1. | Пояснительная записка | 3 |
| 1.1.1. | Цели и задачи реализации рабочей программы | 4 |
| 1.1.2. | Принципы и подходы к формированию рабочей программы | 5 |
| 1.2. | Значимые характеристики особенностей развития детей | 6 |
| 1.2.1. | Планируемые результаты освоения программы | 9 |
| 2. | СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ | 12 |
| 2.1. | Задачи и направления деятельности с детьми по образовательной области «Физическое развитие» | 12 |
| 2.2. | Основное содержание образовательной деятельности | 13 |
| 2.3. | Описание форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов | 14 |
| 2.4. | Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик | 20 |
| 2.5. | Способы и направления поддержки детской инициативы | 24 |
| 2.6. | Взаимодействие с семьями воспитанников | 25 |
| 3. | ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ | 27 |
| 3.1. | Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребёнка с тяжёлыми нарушениями речи в группе компенсирующей направленности | 27 |
| 3.2. | Организация развивающей предметно-пространственной среды | 28 |
| 3.3. | Материально-техническое обеспечение программы | 31 |
| 3.4. | Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания | 34 |
| 3.5. | Режим дня и система физкультурно-оздоровительной работы | 35 |
| 3.6. | Перечень литературных источников | 43 |
| | Приложение. Планирование образовательной деятельности | |

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физическому воспитанию детей 4 - 5 лет (средняя группа) разработана в соответствии с ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММОЙ (ООП) Государственного бюджетного дошкольного учреждения детский сад № 84 комбинированного Калининского района Санкт-Петербурга.

Данная рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом РФ от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования»);
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

Срок реализации рабочей программы 1 год.

Программа разработана на основе ФГОС ДО, с учётом особенностей образовательного учреждения, региона, образовательных потребностей и запросов воспитанников.

Определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса на ступени дошкольного образования.

Программа обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей по физическому развитию от 4 до 5 лет.

1.1.1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

ЦЕЛЬ

Обеспечение гарантий уровня и качества дошкольного образования на основе единства обязательных требований к условиям реализации образовательных программ дошкольного образования, их структуре и результатам их освоения; сохранение единства образовательного пространства Российской Федерации относительно уровня дошкольного образования; организация повышения социального статуса дошкольного образования.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней;
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- обеспечение вариативности и разнообразия организационных форм в работе с детьми; возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ ОБЕСПЕЧИВАЕТ ВАРИАТИВНОСТЬ И РАЗНООБРАЗИЕ СОДЕРЖАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ЗА СЧЁТ:

«От рождения до школы». Инновационная программа дошкольного образования. /под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. — Издание пятое (инновационное), испр. и доп. — М.: Мозаика-Синтез, 2020.

- Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. Для занятий с детьми 2-7 лет. Э. Я. Степаненкова - М: Мозаика-Синтез, 2009 г.
- Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Пензулаева Л. И. - М: Мозаика-Синтез, 2009г.
- Методика физического воспитания Э.Я.Степаненкова - М.: Издательский дом «Воспитание дошкольника» 2005 г.
- Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. Степаненкова Э.Я.– М.: Мозаика-Синтез, 2015

Примерная программа физического образования и воспитания детей логопедических групп с общим недоразвитием речи 3-7 лет Кириллова Ю.А. - СПб.: Детство – Пресс, 2008
Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет. Кириллова Ю.А. - СПб.: Детство – Пресс, 2008
Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. Тарасова Т. А. – М.: ТЦ, 2005

1.1.2. ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Полноценное проживание ребёнком этапов детства (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 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 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 ОСОБЕННОСТЕЙ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА (ОТ 4 ДО 5 ЛЕТ)

ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ:

Общение в 4 - 5 лет становится более отвлеченным, «теоретическим». Ребенок начинает задавать массу вопросов, детей этого возраста иногда называют "почемучками". Это происходит потому, что ведущий мотив такого общения - познавательный. Взрослый для ребенка 4 -5 лет источник знаний, способный ответить на все вопросы.

Игра в середине дошкольного детства проходит иначе, чем у младших дошкольников. Содержанием игры становятся отношения между людьми, роли, которые дети на себя взяли. Роли ярко очерчены и выделены. В 4 - 5 лет дети называют роль до начала игры. Конфликты, возникающие в игровой деятельности, чаще всего вызываются распределением ролей: кто кем будет. Появляются игровые действия, которые передают отношение ребенка к другим участникам игры. Действия в игре становятся свернутыми, короткими, уходят повторы, одно действие сменяется другим. Игровое действие выполняется уже не ради самого действия, а ради отношения к другому играющему в соответствии с взятой на себя ролью.

Воображение играет исключительную роль в психической жизни дошкольника. Отдельные предпосылки воображения складываются еще в раннем возрасте, однако наиболее интенсивно оно развивается именно в дошкольном возрасте. Дошкольник создает в игре воображаемую ситуацию, развивает ее, экспериментирует. Значительный шаг в развитии воображения связан с усвоением речи, задержки в речевом развитии всегда ведут к недоразвитию воображения ребенка. К 4 - 5 годам в процесс воображения включается планирование. Ребенок планирует один шаг своих действий, выполняет его, видит результат, а затем планирует следующий шаг. Можно сказать, что изменяется системное место воображения в общей структуре сознания ребенка. Ребенок дошкольного возраста становится способен действовать в плане общих представлений.

Мышление ребенка 4 лет перестает быть наглядно-действенным, оно освобождается от непосредственной ситуации. Это дает возможность проследить связи предметов, которые не даны в непосредственном опыте. Ребенок может устанавливать простые причинно - следственные отношения между событиями и явлениями.

В данном возрасте психические процессы становятся более опосредованными, в качестве специфических средств восприятия выступают сенсорные эталоны, а в качестве средств образного мышления - наглядные модели. Данный возраст переломный в опосредованных психических процессах, в 4 - 5 лет резко возрастает речевая опосредованность мышления и восприятия.

Для данного возрастного отрезка характерно значительное увеличение активности и самостоятельности познавательной деятельности детей.

Из общей характеристики данного возрастного отрезка становится понятно, что в 4 - 5 лет многие психические процессы и особенности дошкольника приобретают свое качественное своеобразие.

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ:

Темп физического развития ребенка с 4-го по 6-й год жизни примерно одинаков: средняя прибавка в росте за год составляет 5—7 см, в массе тела — 1,5—2 кг. Рост четырехлетних мальчиков — 100,3 см. К пяти годам он увеличивается примерно на 7,0 см. Средний рост девочек четырех лет — 99,7 см, пяти лет — 106,1 см. Масса тела в группах мальчиков и девочек равна соответственно в 4 года 15,9 и 15,4 кг, а в 5 лет — 17,8 и 17,5 кг. Особенности опорно-двигательного аппарата. К пяти годам соотношение размеров различных отделов позвоночника у ребенка становится таким же, как у взрослого, но рост позвоночника продолжается вплоть до зрелого возраста.

Опорно-двигательный аппарат ребенка отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен. В связи с этим детям 4—5 лет нельзя на физкультурных занятиях давать силовые упражнения, необходимо постоянно следить за правильностью их позы. Мышцы развиваются в определенной последовательности: сначала крупные мышечные группы, потом мелкие. Поэтому следует строго дозировать нагрузку, в частности, для мелких мышечных групп.

Органы дыхания. Потребность организма ребенка в кислороде возрастает за период от 3 до 5 лет на 40%. Происходит перестройка функции внешнего дыхания. Преобладающий у детей 2—3 лет брюшной тип дыхания к 5 годам начинает заменяться грудным. К этому же возрасту несколько увеличивается жизненная емкость легких (в среднем до 900—1060 см³), причем у мальчиков она больше, чем у девочек.

Сердечно-сосудистая система. Абсолютный вес сердца в этом возрасте равен 83,7 г, частота пульса — 99 ударов в минуту, а средний уровень кровяного давления 98/60 мм ртутного столба. Впрочем, наблюдаются большие индивидуальные колебания показателей сердечной деятельности и дыхания. Так, в 4 года частота сердечных сокращений (пульса) в минуту колеблется от 87 до 112, а частота дыхания — от 19 до 29. В возрасте 4—5 лет ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется. Признаки утомления выражаются в покраснении или побледнении кожи лица, учащенном дыхании, одышке, некоординированных движениях. Важно не допускать утомления детей, вовремя менять нагрузку и характер деятельности. При переходе на более спокойную деятельность ритм сердечных сокращений быстро нормализуется, и работоспособность сердечной мышцы восстанавливается. Развитие органов чувств.

Зрение. Хрусталик глаза дошкольника имеет более плоскую, чем у взрослого, форму. Отсюда и некоторая дальновзоркость. Однако легко может развиваться и близорукость. Необходимо вырабатывать у детей правильную рабочую позу и осуществлять постоянный контроль за ней как на занятиях, так и в их самостоятельной деятельности.

У ребенка 4—5 лет продолжается процесс развития *органа слуха*. Барабанная перепонка нежна и легкоранима, окостенение слухового канала и височной кости не закончилось. Поэтому в полости уха легко может возникнуть воспалительный процесс. С ранимостью органа слуха и незавершенностью формирования центральной нервной системы связана большая чувствительность дошкольников к шуму. Если жизнь детей в группе постоянно протекает на фоне шума порядка 45—50 децибелов, наступает стойкое снижение слуха и утомление.

Нервные процессы — возбуждение и торможение — у ребенка, как и у взрослого, характеризуются тремя основными свойствами: силой, уравновешенностью и подвижностью. К 4—5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов, повышается их подвижность. Но особенно характерно для детей этого возраста совершенствование межанализаторных связей и механизма взаимодействия сигнальных систем. Постепенно совершенствуется возможность сопровождать речь свою игрой, дети без труда воспринимают указания взрослого в процессе различной деятельности. Это позволяет разнообразить приемы обучения.

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ КОНТИНГЕНТА ДЕТЕЙ 4 - 5 ЛЕТ ГРУПП
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ № 4, № 6**

Списочный состав воспитанников **СРЕДНЕЙ ГРУППЫ № 4** – 25 человек

Из них:

- девочек 8, мальчиков 17
- I группу здоровья имеют -
- II группу здоровья имеют -
- III группу здоровья имеют -

- I основную физкультурную группу имеют -
- II подготовительную физкультурную группу имеют -
- III специальную физкультурную группу имеют -
- освобождены от занятий физическими упражнениями -

Списочный состав воспитанников **СРЕДНЕЙ ГРУППЫ № 6** – 20 человек

Из них:

- девочек 8, мальчиков 12
- I группу здоровья имеют -
- II группу здоровья имеют -
- III группу здоровья имеют -

- I основную физкультурную группу имеют -
- II подготовительную физкультурную группу имеют -
- III специальную физкультурную группу имеют -
- освобождены от занятий физическими упражнениями -

1.2.1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально - нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для педагогов и родителей, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ НА ЭТАПЕ ЗАВЕРШЕНИЯ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.

- Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.
- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликт. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.
- Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности. Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей.
- Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается.
- Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.
- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам. Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать.
- Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности.
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми

и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.

- Проявляет ответственность за начатое дело.
- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.
- Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе.
- Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде.
- Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.).
- Проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях.
- Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу.
- Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших.
- Имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА

В ходе реализации рабочей программы педагог выстраивает индивидуальную траекторию развития каждого ребенка. 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 их дальнейшего планирования). Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности.

В качестве инструментария используются контрольные упражнения (тесты), представленные в пособии Тарасовой Т. А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста – М.: ТЦ, 2005

Результаты педагогической диагностики 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.

Реализация образовательных целей и задач Программы в части, формируемой участниками образовательных отношений, направлены на достижение целевых ориентиров дошкольного образования.

| ОБЪЕКТ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДИАГНОСТИКИ | ФОРМЫ И МЕТОДЫ ПЕД. ДИАГНОСТИКИ | ПЕРИОДИЧНОСТЬ ПРОВЕДЕНИЯ ПЕД. ДИАГНОСТИКИ | ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ПРОВЕДЕНИЯ | СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ |
|--|---|---|-------------------------|------------------|
| Индивидуальные достижения детей в контексте ОО «Физическое развитие» | Наблюдение Анализ продуктов детской деятельности | 2 раза в год | 3-4 недели | Сентябрь-Апрель |

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

К пятилетнему возрасту при успешном освоении данной Программы достигается следующий уровень развития компетенций ребенка:

- владеет соответствующими возрасту основными движениями;
- проявляет интерес к участию в совместных играх и физических упражнениях;
- пользуется физкультурным оборудованием в свободное время;
- имеет элементарные представления о некоторых составляющих здорового образа жизни: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены;
- знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений;
- принимает правильное исходное положение при метании, может метать предметы разными способами правой и левой рукой;
- отбивает мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд;
- может ловить мяч кистями рук с расстояния до 1,5 м;
- умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу;
- может самостоятельно скользить по ледяным дорожкам (длина 5 м);
- ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние до 500 м, выполняет поворот переступанием, поднимается на горку;
- ориентируется в пространстве, находит левую и правую стороны;
- выполняет упражнения, демонстрируя выразительность, грациозность, пластичность движений.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. ЗАДАЧИ И НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ДЕТЬМИ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не 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.).

ФОРМИРОВАНИЕ НАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ.

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА.

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.

(раздел 2, п.2.6 ФГОС ДО);

*Примерная основная образовательная программа дошкольного образования, одобренная решением федерального учебно – методического объединения по общему образованию (протокол от 20 . 05. 2015 года № 2/15) : дошкольный возраст стр.196 – 203

2.2. СОДЕРЖАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ 4 - 5 ЛЕТ

ФОРМИРОВАНИЕ НАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

2.3. ОПИСАНИЕ ФОРМ, СПОСОБОВ, МЕТОДОВ И СРЕДСТВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

ФОРМЫ реализации Программы (организационные формы) — это внешнее выражение согласованной деятельности педагога и воспитанников, осуществляемой в определенном порядке и режиме. Они имеют социальную обусловленность, возникают и совершенствуются в связи с развитием дидактических систем.

МЕТОДЫ реализации Программы — это способ совместной деятельности педагога и воспитанников, в результате которой происходит передача знаний, а так же умений и навыков.

СРЕДСТВА реализации Программы (средства обучения) – это материальные объекты и предметы естественной природы, а также искусственно созданные человеком, используемые в учебно-воспитательном процессе в качестве носителей учебной информации и инструмента деятельности педагога и учащихся для достижения поставленных целей обучения, воспитания и развития. Примером вариативных форм, способов, методов организации образовательной деятельности могут служить такие формы как: образовательные предложения для целой группы (занятия), различные виды игр, в том числе свободная игра, игра-исследование, ролевая, и др. виды игр, подвижные и традиционные народные игры; взаимодействие и общение детей и взрослых или детей между собой; проекты различной направленности, прежде всего исследовательские; праздники, социальные акции т.п., а также использование образовательного потенциала режимных моментов. Все формы вместе и каждая в отдельности могут быть реализованы через сочетание организованных взрослыми и самостоятельно инициируемых свободно выбираемых детьми видов деятельности. При подборе форм, методов, способов реализации Программы для достижения планируемых результатов, учитывались общие характеристики возрастного развития детей и задачи развития для каждого возрастного периода.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

| ФОРМЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ | МЕТОДЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ | СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ |
|---|--|---|
| ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА | | |
| Самостоятельная двигательнo-игровая деятельность детей Физкультурные занятия Подвижные игры Утренняя гимнастика Корригирующая гимнастика Спортивные игры, развлечения, | Наглядный: Наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни); Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя) Словесный: Объяснения, пояснения, указания; Подача команд, распоряжений, сигналов; Вопросы к детям; Образный | Двигательная активность, занятия физкультурой Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода) Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий) |

| | | |
|--|---|---|
| праздники и соревнования Кружки, секции, Закаливающие процедуры; Физминутки Физкультурные упражнения на прогулке. | сюжетный рассказ, беседа; Словесная инструкция. Практический: Повторение упражнений без изменения и с изменениями Проведение упражнений в игровой форме; Проведение упражнений в соревновательной форме. | |
| ФОРМИРОВАНИЕ НАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ | | |
| Беседы, проблемные ситуации НОД рассматривание иллюстраций с обсуждением Закаливающие процедуры | Наглядный: Наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни); Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя) Словесный: Объяснения, пояснения, указания; Подача команд, распоряжений, сигналов; Вопросы к детям; Образный сюжетный рассказ, беседа; Словесная инструкция Практический: Повторение упражнений без изменения и с изменениями; Проведение упражнений в игровой форме; соревновательной форме. | Двигательная активность, занятия физкультурой Эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода) Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий) |

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС СТРОИТСЯ В СЛЕДУЮЩИХ МОДЕЛЯХ:

Совместная деятельность – партнерская позиция взрослого и ребенка, построенная на диалогическом общении, продуктивном взаимодействии со взрослым и сверстниками, основанная на интересе ребенка.

Непрерывная образовательная деятельность – реализуется через организацию различных видов деятельности или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом самостоятельно в зависимости от контингента детей, уровня освоения Программы и решения конкретных образовательных задач.

Самостоятельная деятельность – предполагает свободную деятельность воспитанников в условиях созданной педагогами развивающей предметно - пространственной среды, обеспечивает выбор каждым ребенком деятельности по интересам, содержит в себе проблемные ситуации и направлена на самостоятельное решение ребенком задач. Самостоятельная деятельность позволяет освоить, закрепить материал, изучаемый в совместной деятельности со взрослым.

Индивидуальная работа – это деятельность педагога, осуществляемая с учетом особенностей развития каждого ребенка.

ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ, ОБЕСПЕЧИВАЕТ ВАРИАТИВНОСТЬ И РАЗНООБРАЗИЕ СОДЕРЖАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ЗА СЧЁТ: ИСПОЛЪЗУЕМЫХ ПРОГРАММ И МЕТОДИЧЕСКИХ ПОСОБИЙ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИХ РЕАЛИЗАЦИЮ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ



«ЗДОРОВЬЕ» В.Г. АЛЯМОВСКАЯ / LINKA-PRESS 1993г.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

Комплексная система воспитания ребенка – дошкольника, здорового физически, разносторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства.

ЗАДАЧИ:

- Укрепление здоровья детей.
- Воспитание потребности в здоровом образе жизни.
- Развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности.
- Создание условий для реализации потребности в двигательной активности.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ:

Целевая программа, рассчитана на все возрастные группы. Направлена на развитие позитивной личности, у которой формируется отношение к себе и другим людям, природе и вещам, искусству, а также традициям и обычаям своего народа. Предполагает самостоятельного отбора воспитателем содержания обучения и воспитания.

ИСПОЛЪЗУЕМЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ:

Организация двигательной деятельности (режим двигательной активности)

Лечебно-профилактическая работа, закаливание.

Методики проведения закаливающих процедур:



ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ДЕТСКОМ САДУ. ПРОГРАММА И МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ 2-7 ЛЕТ. Э. Я. СТЕПАНЕНКОВА М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2006.

В пособии представлены программа и методические рекомендации по физическому воспитанию детей дошкольного возраста: физкультурно-оздоровительной работе, физической культуре, воспитанию культурно-гигиенических навыков.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание у него бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов; совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной деятельности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно-волевых качеств.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ:

Программа предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и двигательным действиям.

Важными задачами программы является воспитание психофизических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, выносливости, силы и др.), развитие координации движений, функции статического и динамического равновесия, умения ориентироваться в пространстве, формирование способности к самоконтролю за качеством выполняемых движений.

В физическом воспитании большое место отводится физическим упражнениям и подвижным играм.

ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ:

Физкультурно – оздоровительная работа

Физическая культура



УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКТ К ПРОГРАММЕ «ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ»

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ДЕТСКОМ САДУ: СРЕДНЯЯ ГРУППА

(4-5 ЛЕТ). ПЕНЗУЛАЕВА Л. И. М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2006.

ЗАДАЧИ ПОСОБИЯ

Удовлетворение естественной потребности детей в движении. Содействие своевременному овладению двигательными навыками и умениями.

Подготавливать дошкольников к более сложным заданиям на последующих этапах в старших группах.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПОСОБИЯ.

В настоящем пособии раскрываются особенности организации и планирования физкультурных занятий с детьми 4- 5 лет в определенной последовательности в течение недели, месяца и года. В пособии предлагается определенная последовательность и сочетание основных видов движений для каждого занятия по каждой неделе месяца, включая подвижные игры. Примерные конспекты занятий построены по общепринятой структуре и включают обучение основным видам движений, комплексы упражнений общеразвивающего характера с различными предметами и подвижные игры. Все физкультурные занятия проводятся в игровой и занимательной форме.

ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ РАЗДЕЛЫ МЕТОДИЧЕСКОГО ПОСОБИЯ:

- Особенности развития детей 4 - 5 лет.
- Основные виды движений
- Примерное содержание физкультурных занятий



ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА, СТЕПАНЕНКОВА Э.А.

М.: ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР «АКАДЕМИЯ», 2006.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПОСОБИЯ.

В пособии освещены общетеоретические вопросы физического воспитания раскрыты особенности физической культуры дошкольников, дана методика организации двигательной деятельности детей. В подборе гимнастических упражнений акцент сделан на их общеразвивающей направленности, представлена гимнастика для мозга, включая пальчиковую, для развития вестибулярного аппарата, перекрестная для правого и левого полушарий мозга. Дано описание подвижных игр, обосновано их воспитательное воздействие.

ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ РАЗДЕЛЫ МЕТОДИЧЕСКОГО ПОСОБИЯ:

- Методика физического воспитания и развития ребенка.

- Возрастные особенности развития ребенка от рождения до 7 лет.
- Основы обучения и развития ребенка в процессе физического воспитания.
- Гимнастика для детей дошкольного возраста.
- Подвижные игры. Спортивные игры.
- Формы организации физического воспитания.
- Планирование и организация работы по физическому воспитанию



МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР. ПОСОБИЕ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ Э.А. СТЕПАНЕНКОВА
ИЗДАТЕЛЬСТВО МОЗАИКА-СИНТЕЗ, ГОД 2009

ХАРАКТЕРИСТИКА ПОСОБИЯ

В пособии раскрыты особенности и специфика подвижной игры, методика проведения подвижных игр во всех возрастных группах детского сада.

ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ РАЗДЕЛЫ МЕТОДИЧЕСКОГО ПОСОБИЯ

- Содержание и описание подвижных игр.



КОНТРОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РУКОВОДИТЕЛЕЙ И ПЕДАГОГОВ ДОУ. Т. А. ТАРАСОВА. МОСКВА : ТЦ СФЕРА, 2006

ЗАДАЧИ

Ориентировать педагогов дошкольных учреждений конкретными методиками контроля физического состояния воспитанников.

Создание реальных условий, обеспечивающих реализацию принципа индивидуализации педагогических воздействий в физическом воспитании.

Осуществление единых подходов к оценке физического развития и физической подготовленности детей.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПОСОБИЯ

В настоящем пособии раскрываются общая характеристика, различные методики контроля физического состояния детей до 7 лет, а также контроля организации физического воспитания детей в ДОУ. Представлена обработка его данных.

ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ РАЗДЕЛЫ МЕТОДИЧЕСКОГО ПОСОБИЯ

Методики контроля физического состояния детей в дошкольных образовательных учреждениях. Обработка результатов.



ПАРЦИАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ В ГРУППЕ КОМПЕНСИРУЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ (ОНР) С 3 ДО 7 ЛЕТ. КИРИЛЛОВА Ю. А.
СПБ. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016

ЦЕЛЬ ПАРЦИАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ:

Создание оптимальных условий для всестороннего полноценного физического развития, укрепление здоровья детей с ОНР в дошкольных образовательных организациях путем повышения физиологической

активности органов и систем детского организма.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ Программа представляет собой систематизированную модель педагогического процесса по образовательной области «Физическое развитие».

Программа сопровождается описанием характеристики детей с ОНР, задач физического развития, форм и методов работы. В ней представлены физкультурные занятия, упражнения и подвижные игры на свежем воздухе, медико-педагогические наблюдения и методы контроля состояния здоровья детей, оценка результатов диагностики педагогического процесса. Подробно рассматриваются ППРС физкультурного зала, взаимосвязь в работе педагогов и специалистов, работающих с детьми с ОНР, работа с родителями. Программа расширена приложениями, где приводятся двигательный режим, перспективное планирование итоговых мероприятий, планы-графики распределения программного материала по основным видам движений, описание игровых подражательных движений, перспективное планирование проведения ОРУ и подвижных игр на свежем воздухе, карты результатов диагностики педагогического процесса, а также полный перечень обязательного и дополнительного оборудования для физкультурного зала.

ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ РАЗДЕЛЫ ПРОГРАММЫ

Описание игровых подражательных движений.

Примерное перспективное планирование проведения ОРУ и подвижных игр



КАРТОТЕКА ПОДВИЖНЫХ ИГР В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ И НА ПРОГУЛКЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ТНР С 3 ДО 4 ЛЕТ. КИРИЛЛОВА Ю. А.

СПБ. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2018.

ХАРАКТЕРИСТИКА МЕТОДИЧЕСКОГО ПОСОБИЯ

В методическом пособии представлены подвижные игры в спортивном зале и на прогулке для детей младшей группы компенсирующей направленности с 3 до 4 лет.

Подбор подвижных игр осуществлялся в соответствии с комплексно-тематическим планированием коррекционной и образовательной деятельности.

Подвижные игры рассчитаны на каждую неделю учебного года и соответствуют изучаемым в группах темам. Каждую неделю проводится по 4 игры: подвижная игра в спортивном зале, подвижная игра на прогулке, подвижная игра с речевым сопровождением может быть проведена как в спортивном зале, так и на прогулке, игра малой подвижности включается в физкультурные занятия в спортивном зале и на прогулке.

ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ РАЗДЕЛЫ МЕТОДИЧЕСКОГО ПОСОБИЯ

Подвижные игры в соответствии с комплексно-тематическим планированием образовательной деятельности.



КОМПЛЕКСЫ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ И НА ПРОГУЛКЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ТНР С 3 ДО 7 ЛЕТ

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2019

ХАРАКТЕРИСТИКА МЕТОДИЧЕСКОГО ПОСОБИЯ

В пособии представлены оригинальные комплексы общеразвивающих упражнений и подвижных игр для занятий на свежем воздухе в логопедических группах с детьми.

ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ РАЗДЕЛЫ МЕТОДИЧЕСКОГО ПОСОБИЯ

Комплексы общеразвивающих упражнений и подвижных игр для занятий с дошкольниками

2.4. ОСОБЕННОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗНЫХ ВИДОВ И КУЛЬТУРНЫХ ПРАКТИК

Особенностью организации образовательной деятельности является **ситуационный подход**.

Основной единицей образовательного процесса выступает **образовательная ситуация**, т. е. такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения.

Образовательные ситуации используются в процессе непосредственно организованной образовательной деятельности. Главными задачами таких образовательных ситуаций является формирование у детей новых умений в разных видах деятельности и представлений, обобщение знаний по теме, развитие способности рассуждать и делать выводы. Педагог создает разнообразные образовательные ситуации, побуждающие детей применять свои знания и умения, активно искать новые пути решения возникшей в ситуации задачи, проявлять эмоциональную отзывчивость и творчество. Организованные педагогом образовательные ситуации ставят детей перед необходимостью понять, принять и разрешить поставленную задачу. Активно используются игровые приемы, разнообразные виды наглядности, в том числе схемы, предметные и условно-графические модели. Назначение образовательных ситуаций состоит в систематизации, углублении, обобщении личного опыта детей: в освоении новых, более эффективных способов познания и деятельности; в осознании связей и зависимостей, которые скрыты от детей в повседневной жизни и требуют для их освоения специальных условий. Успешное и активное участие в образовательных ситуациях подготавливает детей к будущему школьному обучению.

Игровая деятельность является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста. В младшей группе детского сада игровая деятельность является основой решения всех образовательных задач. В непрерывной образовательной деятельности игровая деятельность не выделяется в качестве отдельного вида деятельности, так как она является основой для организации всех других видов детской деятельности. Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах - подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации, игры-инсценировки, игры-этюды и пр.

Коммуникативная деятельность направлена на решение задач, связанных с развитием свободного общения детей и освоением всех компонентов устной речи, освоение культуры общения и этикета, воспитание толерантности, подготовки к обучению грамоте (в старшем дошкольном возрасте). В сетке непрерывной организованной образовательной деятельности она занимает отдельное место, но при этом коммуникативная деятельность включается во все виды детской деятельности, в ней находит отражение опыт, приобретаемый детьми в других видах деятельности.

Познавательная деятельность направлена на: развитие у детей интереса к физической культуре; формирование первичных представлений о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форма мяча, материал, размер и т.д.):

- упражнения на ориентировку в пространстве
- подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем (например, имитация поведения животных и т.д.)
- просмотр мультфильмов о спорте, о здоровом образе жизни.

Социально-коммуникативная деятельность направлена на: формирование соответствующих форм поведения, вырабатываемые у ребенка как адекватные для конкретных условий, развитие нравственных качеств:

- проведение подвижных игр
Формирование навыков безопасного поведения в подвижных играх, при выполнении основных движений, при работе со спортивным инвентарем:
- проведение инструктажа на тему «обеспечение безопасности при использовании спортивного оборудования», «правила поведения в спортивном зале» и т.д.
- тематические досуги по правилам: дорожного движения, поведения в природе и т.д.
Приучать детей самостоятельно поддерживать порядок в физкультурном зале и площадке:
- участие детей в уборке физкультурного инвентаря и оборудования
- самообслуживание

Речевая деятельность направлена на: активизацию словарного запаса за счет спортивной терминологии:

- проговаривание действий и название упражнений
- поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности
- подвижные (народные) игры с речевым сопровождением
- тематические (по сказкам) занятия

Художественно-эстетическая деятельность

Использование средств продуктивных видов деятельности для обогащения и закрепления содержания в области «физическая культура»:

- использование в подвижных играх и упражнениях, изготовленных родителями совместно с детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, султанчики)
- построение конструкций для подвижных игр и упражнений из мягких модулей

Использование художественных произведений для обогащения содержания области «Физическая культура»:

- игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок
- сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек
- восприятие литературных произведений

Развитие музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти:

- использование упражнений ритмопластики
- выполнение общеразвивающих движений, основных движений под музыку
- использование музыкально-подвижных игр
- построение занятия на танцевальном материале

Развитие эстетических чувств детей:

- привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида на занятиях физическими упражнениями

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой.

КУЛЬТУРНЫЕ ПРАКТИКИ

В связи с переходом дошкольных образовательных учреждений на ФГОС ДО возникла необходимость формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни. В соответствии с этим стандарт предъявляет требования к общеобразовательной программе, направленной на развитие культурных практик, в том числе практик здорового образа жизни, которые предполагают умение заботиться о своём здоровье и здоровье окружающих, формирование потребности в здоровом образе жизни. В результате включения ребенка в культурные практики он овладевает культурными умениями, а именно владеет основными движениями, контролирует и управляет ими. На основе культурных практик ребёнка формируются его привычки, пристрастия, интересы и излюбленные занятия, а также в известной мере черты характера и стиль поведения.

Во второй половине дня организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на физическое развитие дошкольников.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

«Ветер и красные листочки», «Посади овощи и собери урожай», «Садовник», «Поймай грибок», «Грибы – шалуны», «Серый волк», «По ровненькой дорожке», «Найди себе пару» (платочек), «Бегом по дорожке, прыг скок по тропинке», «Чок-чок, каблучок», «Береги свой снежок», «Мороз»; «Кролики», «Зайцы и волк», «У медведя во бору», «Волшебная снежинка», «Большие и маленькие машины», «Займи место в автобусе», «Береги свой снежок», «Найди свою скамеечку», «Мышки в доме», «Найди пару», «Птички в гнездышках», «Полоса препятствий», «Перепрыгни через ручеек», «Береги свой цветок», «Соберитесь у мячей», «Спрячься за матрешку», «Сказочные герои», «Цветочки в горшочки», «Летучие рыбки», «Найди свой цветок», «Мотылек».

МАЛОПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

«Найди грибок», «Съедобное – несъедобное», «Угадайка», «Мы корзиночку возьмем», «Маша вышла на прогулку», «Веселые снежинки», «За собачкой», «Вокруг снежной бабы», «У скамеечек»; «Летает – не летает», «Самовар», «Гуленьки», «Ловкие солдаты», «Чтобы сильными, ловкими быть», «За весною», «Сколько стоит, расскажи», «Кто живет в речке».

ПЛАНИРОВАНИЕ ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ (4-5 ЛЕТ)

| СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ | ТЕМА | ЗАДАЧИ |
|------------------|---|--|
| Сентябрь | «Осень – чудесная пора! Любит осень детвора!» | Создать благоприятное эмоциональное состояние посредством игровых упражнений и подвижных игр. |
| Октябрь | «Что у осени в корзинке?» | Приобщать детей к здоровому образу жизни, по средствам развития физических качеств и навыков. |
| Ноябрь | «Вот квадратик, треугольник, получился целый домик!» | Совершенствовать основные виды движения, создать радостное настроение |
| Декабрь | «Мы приехали на ферму, Посмотреть, кто там живет» | Развивать физические качества. Создать эмоциональный комфорт для детей. |
| Январь | «Будем весело играть. Зиму русскую встречать!» | Приобщать к ценностям здорового образа жизни. Воспитывать умение действовать в коллективе, выполнять правила в играх и эстафетах. |
| Февраль | «Бравые солдаты весело идут, а девчонки следом радостно бегут!» | Обеспечить оптимальный двигательный режим детей в течение досуга, доставить детям удовольствие от совместной двигательной деятельности в играх. |
| Март | «Мы встречаем зелену девицу, потому что с нею прилетают птицы!» | Обеспечить двигательную активность детей. В процессе веселого соревнования дать ребенку проявить себя. |
| Апрель | «Любим сказки мы читать, думать, мыслить и мечтать!» | Создать условия для физической активности дошкольников. Формировать у детей двигательные навыки и умения, способствовать укреплению здоровья. Вызвать у детей эмоциональный отклик на эстафеты, связанные со сказочными героями. |
| Май | «Нужно слушаться без спора Указаний светофора!» | Формировать знания дошкольников о назначении светофора и его сигналах, о безопасном поведении на улицах города; умение различать дорожные знаки. Развивать внимание, координацию речи с движением, память, зрительное, слуховое и пространственное восприятие. Формировать дружеские, доброжелательные отношения между детьми. |
| Июнь | «Мы маленькие дети на большой планете!» | Закреплять основные движения посредством подвижных игр и игровых упражнений, вызвать эмоциональный отклик на игровое занятие и желание участвовать в нем, воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила игры, ориентироваться в пространстве. |

2.5. СПОСОБЫ И НАПРАВЛЕНИЯ ПОДДЕРЖКИ ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ

4-5- ЛЕТ

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

- способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относиться к их попыткам внимательно, с уважением;
- обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеваться и наряжаться, примеривать на себя разные роли. Иметь в группе набор атрибутов и элементов костюмов для переодевания, а также технические средства, обеспечивающие стремление детей петь, двигаться, танцевать под музыку;
- создавать условия, обеспечивающие детям возможность конструировать из различных материалов себе "дом", укрытие для сюжетных игр;
- при необходимости осуждать негативный поступок ребенка с глазу на глаз, но не допускать критики его личности, его качеств;
- не допускать диктата, навязывания в выборе сюжетов игр;
- обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнера, равноправного участника, но не руководителя игры. Руководство игрой проводить опосредованно (прием телефона, введения второстепенного героя, объединения двух игр);
- привлекать детей к украшению группы к различным мероприятиям, обсуждая разные возможности и предложения;
- побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнение взрослого;
- привлекать детей к планированию жизни группы на день, опираться на их желание во время занятий;
- читать и рассказывать детям по их просьбе, включать музыку.

2.6. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

ЗАДАЧИ:

1. Формирование психолого - педагогических знаний родителей.
2. Приобщение родителей к участию в физкультурно- массовых мероприятиях.
3. Оказание помощи семьям воспитанников в развитии, воспитании и обучении детей по физическому развитию.
4. Изучение и пропаганда лучшего семейного опыта.
5. Совместная деятельность: привлечение и участие родителей к организации вечеров физкультурных развлечений, досугов, викторин, праздников, конкурсов, соревнований, создание творческих работ.

СИСТЕМА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С РОДИТЕЛЯМИ ВКЛЮЧАЕТ:

- ознакомление родителей с результатами работы на общих родительских собраниях;
- ознакомление родителей с содержанием работы, направленной на физическое, психическое развитие ребенка;
- участие в составлении планов работы; спортивных и культурно-массовых мероприятиях;
- целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах;
- обучение конкретным приемам и методам физического воспитания и развития ребенка на семинарах - практикумах, консультациях и открытых занятиях.

ПЛАН ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

| МЕСЯЦ | ТЕМЫ | ФОРМЫ РАБОТЫ | ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ |
|----------|--|--|---|
| Сентябрь | Знакомство с семьями воспитанников групп № 4,6 | Встречи-знакомства, анкетирование семей. | Информационный материал на стенд: Ознакомление с задачами и программным материалом по физическому воспитанию в группе. Ознакомление родителей со спортивной базой детского сада (спортзал, спортплощадка, инвентарь, пособия). Требования к внешнему виду воспитанников, посещающих занятия по физической культуре. |
| Октябрь | Оказание помощи в благоустройстве спортивной площадки – субботник | Участие в субботнике по благоустройству спортивной территории. | Наглядный информационный материал на стенд «Игры с малышом осенью». Информационный материал на стенд: «Здоровье ребенка. Советы по профилактике – закаливание». |
| Ноябрь | Отметить достоинства и недостатки в развитии движений у ребенка. Наметить совместную деятельность. | Индивидуальные консультации. | Информационный материал на стенд: «Комплекс дыхательной гимнастики» (выполняем дома). |
| Декабрь | Значимость формирования правильной осанки. | информация на сайт ДОУ | Информационный материал на стенд: «Как сохранить осанку» Информационный материал на стенд: |

| | | | |
|---------|--|---|--|
| | Новогодние двигательные развлечения. | информация на сайт ДОУ | «Внимание: у ребенка сколиоз» Наглядная информация «Развлечения на Новый год!» |
| Январь | Зимние забавы или как создавать условия для игр в зимний период времени. | информация на сайт ДОУ Выпуск газеты «Зимние забавы с малышом» | Папка – передвижка в групповом помещении «Наука холодного дня». Информационный материал на стенд: «Зимние забавы. Игровые оздоровительные мероприятия» |
| Февраль | Спортивная зима. Как развлечь зимой ребенка? | Выпуск газеты «Зимние забавы с малышом» | Информационный материал на стенд «Подвижные игры зимой» |
| Март | Неделя здоровья. | Участие родителей в изготовлении пособий, поделок, спортивных атрибутов к Неделе здоровья. | Согласно плану мероприятий. |
| Апрель | Оценка мелкой моторики у детей. Значимость уровня развития мелкой моторики руки. | Консультативная помощь в физическом воспитании. День открытых дверей. Открытые занятия. | Ознакомить родителей с упражнениями для развития мелкой моторики руки. Особое внимание уделить играм с мячами и мелкими предметами (шишками, желудями, мозаикой и т.д.). Картотека игр для развития мелкой моторики у детей 3-4л |
| Май | Выступление на родительском собрании по теме «Результаты за год» | Выступление на родительском собрании | Подведение итогов работы по физическому воспитанию дошкольников. Индивидуальные рекомендации для родителей по итогам педагогической диагностики. |
| Июнь | Использование солнечных и воздушных ванн для укрепления здоровья детей. | Консультативная помощь | Наглядно – информационный материал на стенд и на сайт ДОУ. |

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих развитие ребенка в соответствии с его возрастными и индивидуальными возможностями и интересами.

1. **Личностно-порождающее взаимодействие взрослых с детьми**, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр.; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний жизненных навыков.
2. **Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности**, то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка, стимулирование самооценки.
3. **Формирование игры** как важнейшего фактора развития ребенка.
4. **Создание развивающей образовательной среды**, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности.
5. **Сбалансированность репродуктивной** (воспроизводящей готовый образец) **и продуктивной** (производящей субъективно новый продукт) **деятельности**, то есть деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности.
6. **Участие семьи** как необходимое условие для полноценного развития ребенка дошкольного возраста.
7. **Профессиональное развитие педагогов**, направленное на развитие профессиональных компетентностей, в том числе коммуникативной компетентности и мастерства мотивирования ребенка, а также владения правилами безопасного пользования Интернетом, предполагающее создание сетевого взаимодействия педагогов и управленцев, работающих по Программе.

3.2. ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ

Развивающая предметно-пространственная среда спортивного зала соответствует требованиям федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и санитарно-эпидемиологическим требованиям, обеспечивает реализацию рабочей программы.

В соответствии со Стандартом РППС обеспечивает:

- охрану и укрепление физического и психического здоровья и эмоционального благополучия детей, в том числе с учетом специфики информационной социализации и рисков Интернет-ресурсов, проявление уважения к их человеческому достоинству, чувствам и потребностям, формирование и поддержку положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях, в том числе при взаимодействии детей друг с другом и в коллективной работе;
- максимальную реализацию образовательного потенциала пространства Организации, группы и прилегающих территорий, приспособленных для реализации образовательной программы, а также материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учета особенностей и коррекции недостатков их развития;
- построение вариативного развивающего образования, ориентированного на возможность свободного выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения как с детьми разного возраста, так и со взрослыми, а также свободу в выражении своих чувств и мыслей;
- создание условий для ежедневной трудовой деятельности и мотивации непрерывного самосовершенствования и профессионального развития педагогических работников, а также содействие в определении собственных целей, личных и профессиональных потребностей и мотивов;
- открытость дошкольного образования и вовлечение родителей (законных представителей) непосредственно в образовательную деятельность, осуществление их поддержки в деле образования и воспитания детей, охране и укреплении их здоровья, а также поддержки образовательных инициатив внутри семьи;
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на уважение достоинства и личности, интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития и соответствующие возрастные и индивидуальные особенности (недопустимость, как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- создание равных условий, максимально способствующих реализации различных образовательных программ в Организации, для детей, принадлежащих к разным национально - культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющих различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья.

РППС обладает свойствами открытой системы и выполняет образовательную, воспитывающую, мотивирующую функции. Среда является не только развивающей, но и развивающейся. Развивающая предметно-пространственная среда создается для развития

индивидуальности каждого ребенка с учетом его возможностей, уровня активности и интересов, поддерживая формирование его индивидуальной траектории развития. Для выполнения этой задачи РППС должна быть:

1. содержательно-насыщенной– включать средства обучения (в том числе технические и информационные), материалы (в том числе расходные), инвентарь, игровое, спортивное и оздоровительное оборудование, которые позволяют обеспечить игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех категории детей, экспериментирование с материалами, доступными детям; двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно- пространственным окружением; возможность самовыражения детей;
2. трансформируемой– обеспечивать возможность изменении! РППС в зависимости от образовательной ситуации, в том числе меняющихся интересов, мотивов и возможностей детей;
3. полифункциональной– обеспечивать возможность разнообразного использования составляющих РППС (например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм, в том числе природных материалов) в разных видах детской активности;
4. доступной– обеспечивать свободный доступ воспитанников (в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья) к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
5. безопасной– все элементы РППС должны соответствовать требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования, такими как санитарно-эпидемиологические правила и нормативы и правила пожарной безопасности, а также правила безопасного пользования Интернетом.

МОДЕЛЬ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ СПОРТИВНОГО ЗАЛА С УЧЕТОМ ТРЕБОВАНИЙ ФГОС ДО

ОСНАЩЕНИЕ (ПОПОЛНЕНИЕ, ОБНОВЛЕНИЕ) ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ ПОСОБИЯМИ И АТТРИБУТАМИ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ С ДЕТЬМИ СРЕДНИХ ГРУПП № 3, 10

| ТИП ОБОРУДОВАНИЯ | НАИМЕНОВАНИЕ | РАЗМЕРЫ, МАССА | КОЛ-ВО |
|---------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|---------------|
| Для ходьбы, бега, равновесия | Дорожка массажная | | 2 |
| | Шнур длинный | Длина 150- см, диаметр 2 см | 1 |
| Для прыжков | Куб деревянный | Ребро 20 см | 1 |
| | Мяч-попрыгунчик | Диаметр 50 см | 2 |
| | Палка гимнастическая короткая | Длина 75- 80 см | 5 |

| | | | |
|--------------------------------|--------------------------|------------------|----|
| | Скакалка короткая | Длина 120-150 см | 5 |
| Для катания, бросания, ловли | Кегли (набор) | | 1 |
| | Кольцеброс (набор) | | 1 |
| | Мешочек с грузом большой | Масса 400 г | 2 |
| | Обруч большой | Диаметр 75 см | 2 |
| | Серсо (набор) | | 2 |
| Для ползания и лазанья | Обруч на подставке | | 2 |
| Для общеразвивающих упражнений | Мешочек с грузом малый | Масса 150-200 г | 2 |
| | Мяч | Диаметр 10-12 см | 5 |
| | Мяч | Диаметр 20 см | 5 |
| | Обруч малый | Диаметр 55-65 см | 5 |
| | Кубики | | 20 |
| | Ленточки разноцветные | | 15 |
| | Султанчики | | 10 |
| | Шнур короткий | Длина 75 см | 5 |

3.3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

Для реализации рабочей программы обеспечиваются материально-технические условия, позволяющие реализовывать цели и задачи программы, в том числе: осуществлять двигательную деятельность, как индивидуальную, самостоятельную, так и в рамках каждой дошкольной группы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, их особых образовательных потребностей; организовывать участие родителей воспитанников (законных представителей); использовать в образовательном процессе современные образовательные технологии; обновлять содержание программы, методики и технологии ее реализации в соответствии с динамикой развития образования, запросов воспитанников и их родителей (законных представителей) с учетом особенностей социокультурной среды развития воспитанников.

РАЗВИВАЮЩАЯ ПРЕДМЕТНО – ПРОСТРАНСТВЕННАЯ СРЕДА СПОРТИВНОГО ЗАЛА И СПОРТИВНОЙ ПЛОЩАДКИ

Комплект для занятий по общей физической подготовке

Комплект для занятий по общей физической подготовке содержит оборудование и устройства необходимые для обеспечения педагогического процесса направленного на совершенствование физических качеств, всестороннего, физического развития организма воспитанников, обучения двигательным действиям.

| Наименование | Количество |
|---------------------------|------------|
| Стенки гимнастические | 2 шт. |
| Маты гимнастические | 2 шт. |
| Скамейки гимнастические | 3 шт. |
| Канаты | 2 шт. |
| Наклонная ребристая доска | 1 шт. |
| Наклонная доска | 1 шт. |

Инвентарь и устройства развития физических качеств

Комплект инвентаря и устройств для развития физических качеств предназначен для совершенствования двигательных, силовых, скоростных, координационных, других способностей воспитанников в организованном педагогическом процессе.

| Наименование | Количество |
|---|------------|
| Гантели | 1 шт. |
| Дуги для подлезания | 3 шт. |
| Для развития скоростно-силовых качеств: | |
| Медицинболы | 6 шт. |
| Для развития координация движений, ловкости | |
| Батут-мини | 1 шт. |
| Для воспитания гибкости и осанки | |
| Палка гимнастическая | 20 шт. |
| Мешочки с грузом | 30 шт. |
| Для воспитания точности движений | |
| Мишень | 1 шт. |
| Цели на стене | 4 шт. |

Оборудование для контроля и оценки действий

Комплект инвентаря и оборудования предназначенный для контроля и оценки двигательных действий, обеспечивает возможность измерения результатов этой деятельности, времени её проведения, упрощает счет, доводит информацию до занимающихся, решает некоторые вопросы организации педагогического процесса.

| Наименование | Количество |
|-------------------|------------|
| Рулетка | 1 шт. |
| Свистки судейские | 2 шт. |
| Секундомеры | 5 шт. |

Комплект для ОРУ

| Наименование | Количество |
|--------------|------------|
| Обручи | 20 шт. |
| Скакалки | 20 шт. |
| Ленты | 20 шт. |
| Мячи | 20 шт. |

Комплект оборудования и инвентаря для занятий гимнастикой как системой специальных физических упражнений и методических приемов предназначен для укрепления здоровья и гармонического физического развития.

Комплект для ОРУ

Комплект содержит оборудование и необходимый инвентарь для бега, ходьбы, прыжков и метания. Комплект рассчитан на использование как в спортивном зале, так и на спортивной площадке.

| Наименование | Количество |
|-------------------------------------|------------|
| Для бега: | |
| Ориентиры (конусы) | 16 шт. |
| Оборудование полосы препятствий | 1 комп. |
| Для прыжков: | |
| Конусы для установки планок | 8 шт. |
| Планки для прыжков в высоту | 4 шт. |
| Для метания: | |
| Мячи (теннисные) для метания в цель | 20 шт. |
| Цель для метания | 2 шт. |

Комплект для занятий легкой атлетикой содержит оборудование и необходимый инвентарь для бега, ходьбы, прыжков и метания. Комплект рассчитан на использование, как в спортивном зале, так и на спортивной площадке.

Комплект оборудования для занятий спортивными и подвижными играми

Комплект оборудования для проведения спортивных игр и инвентаря необходимого для их проведения обеспечивает соревновательную игру и создание игровых ситуаций для обучения правилам, технике игры. Отдельно представлена группа предметов для проведения подвижных игр.

| Наименование | Количество |
|--|------------|
| Для игры в футбол: | |
| Ворота для игры в футбол с сетками для ворот | 1 комп. |
| Мячи для игры в футбол | 1 шт. |

Подкомплект для обучения элементам игры в футбол содержит оборудование поля игры воротами с сеткой, мячом.

| | |
|--------------------------------------|-------|
| Для игры в настольный теннис: | |
| Ракетки для игры в теннис | 4 шт. |
| Мячи для игры в теннис | 2 шт. |
| Для игры в баскетбол: | |
| Щит с кольцом баскетбольные | 2 шт. |

| | |
|--------------------------------------|-------|
| Щит с кольцом на спортивной площадке | 2 шт. |
| Мячи для игры в баскетбол | 1 шт. |

Подкомплект содержит оборудование спортивной площадки щитами с кольцами.

| | |
|-------------------------------------|---------|
| Для игры в бадминтон: | |
| Ракетки для игры в бадминтон | 4 шт. |
| Воланы | 5 шт. |
| Для подвижных игр и выполнения ОРУ: | |
| Мячи резиновые большие D = 20см | 20 шт. |
| Мячи малые D = 10см | 20 шт. |
| Флажки | 40 шт. |
| Кегли | 10 шт. |
| Городки | 1 комп. |
| Кольцебросы | 4 комп. |
| Маски | 30 шт. |

Подкомплект содержит оборудование для проведения подвижных игр связанных с выполнением физических упражнений с ходьбой, бегом, прыжками, метаниями, лазанием и другими двигательными действиями, выполняемыми по определенным правилам состязания или установкам педагога, а также инвентарь необходимый для подвижных игр.

Вспомогательное оборудование

| | |
|---|--------|
| Сетки для защиты окон | 3 шт. |
| Контейнеры для хранения оборудования игрового | 20 шт. |

Комплект оборудования для зимнего времени года

| Наименование | Количество |
|--|-------------------|
| Для игры в хоккей | |
| Ворота для игры в хоккей с сетками для ворот | 1 комп. |
| Клюшки детские | 20шт. |
| Шайбы | 10шт. |
| Лыжи с палками | 4компл. |

3.4. ОБЕСПЕЧЕННОСТЬ МЕТОДИЧЕСКИМИ МАТЕРИАЛАМИ И МАТЕРИАЛЬНЫМИ СРЕДСТВАМИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ

«От рождения до школы». Инновационная программа дошкольного образования. /под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. — Издание пятое (инновационное), испр. и доп. — М.: Мозаика-Синтез, 2020.

1. Алямовская В.Г. «Здоровье» - М. 1993
2. Алябьева Е.А Нескучная гимнастика – М.: ТЦ Сфера, 2014
3. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду – М.: ТЦ Сфера, 2003
4. Асачева Л. Ф. , Горбунова О. В. Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия – СПб.: Детство ПРЕСС, 2008
5. Волошина Л.Н., Курилова Т.В., Исаенко Ю.М. – М.: Аркти, 2013
6. Волошина Л.Н., Курилова Т.В., Гавришова Е.В. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников – Волгоград: Учитель, 2013
7. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ- М.: ТЦ Сфера, 2007
8. Галанов А. С. Игры, которые лечат – М.: Просвещение, 2008
9. Голицына Н. С. Шумова И. М. Воспитание основ ЗОЖ у малышей - М.: Скрипторий, 2003
10. Онучин Н.А. Дыхательная гимнастика для детей- М.СПб: Сова, 2005
11. Останко Л. В. Оздоровительная гимнастика для дошкольников- СПб.: ЛИТЕРА , 2006
12. Савина Л. П.«Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольника» - М.: 000 «Издательство АСТ», 2000
13. Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста - СПб.: Детство ПРЕСС, 2012
14. Соломенникова Н.М. – Волгоград.: Издательство «Учитель», 2013
15. Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. —М.: Мозаика-Синтез, 2008
16. Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. —М., 2005.
17. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, —М.: Мозаика-Синтез, 2008
18. Лайзане Л. Я. Физическая культура для малышей. Пособие для воспитателя дет. сада. М.:Просвещение, 1978
19. Чеменева А.А., Ушакова-Славолюбова О.А. Коммуникативно-ориентированная предметная среда физкультурного образования дошкольника - СПб.: Детство ПРЕСС, 2013
20. Якимова Е.А., Тимофейчук И.Л., Фатюшина Н.Э., СПб.: КАРО, 2014

3.5. МОДЕЛЬ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

СИСТЕМА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ДЕТЬМИ В НЕДЕЛЮ

| ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА | ОО | СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ | БАЗОВЫЙ ВИД ООД |
|---------------------------|---------------------|---|-----------------|
| СРЕДНИЙ ВОЗРАСТ (4-5 ЛЕТ) | ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ | Становление у детей ценностей здорового образа жизни; Развитие представлений о своем теле и своих физических возможностях; Приобретение двигательного опыта и совершенствования двигательной активности; Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами. | Физкультура –3 |

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ГРУППЫ № 4 НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД

Занятия по физической культуре осуществляются 3 раза в неделю по 20 минут в зале, в теплое время года – на улице.

Расписание занятий представлено в таблице:

| День недели | | | | |
|-------------|-------------|----|-------------|---------------|
| ПН | ВТ | СР | ЧТ | ПТ |
| | 9.20 – 9.40 | | 9.20 – 9.40 | 10.05 – 10.25 |

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ГРУППЫ № 6 НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД

Занятия по физической культуре осуществляются 3 раза в неделю по 20 минут в зале, в теплое время года – на улице.

Расписание занятий представлено в таблице:

| День недели | | | | |
|-------------|----|-------------|----|-------------|
| ПН | ВТ | СР | ЧТ | ПТ |
| 9.00 – 9.20 | | 9.00 – 9.20 | | 9.00 – 9.20 |

РЕЖИМ ДНЯ И СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Режим работы Учреждения: пятидневная рабочая неделя в режиме функционирования полного дня (12-часового пребывания) понедельник - пятница с 07.00 до 19.00 часов. Выходные дни: суббота, воскресенье и праздничные дни, установленные законодательством Российской Федерации.

Режим (холодный период) определен с первого сентября по тридцать первое мая, летний период (теплый) - с первого июня по тридцать первое августа.

| Режимные моменты | Время |
|--|--------------------------|
| Прием детей (утренний фильтр) Игры детей в группе | 07.00 – 08.00 |
| Утренняя гимнастика | 08.00 – 08.10 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 08.10 – 08.40 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 08.40 – 09.00 |
| Организованная образовательная деятельность (занятия) | 09.00 -9.20 9.30-9.30 |
| Динамическая переменка: | 9.20-9.30 |
| Второй завтрак | 9.50 – 10.00 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 10.00-10.20 |
| Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки. | 10.20 – 12.00 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.00 – 12.30 |
| Подготовка ко сну, чтение перед сном, дневной сон | 12.30 – 15.00 |
| Постепенный подъем, гигиенические процедуры, «Бодрящая гимнастика». «тропа здоровья» | 15.00 – 15.20 |
| Игры, самостоятельная деятельность детей | 15.20 – 15.50 |
| Подготовка к полднику, полдник | 15.50 – 16.20 |
| Игры, развлечения, кружки по интересам | 16.20 – 17.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка. Уход домой. | 17.00 – 19.00 |

| РЕЖИМ ДНЯ НА ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД ГОДА | СРЕДНЯЯ ГРУППА |
|--|-----------------------|
| Прием воспитанников на улице, игры | 7.00 – 8.15 |
| Утренняя гимнастика | 8.15 – 8.30 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.30– 9.00 |
| Совместные и индивидуальные игры | 9.00 – 9.30 |
| Второй завтрак | 9.30 – 9.45 |
| Подготовка и выход на прогулку | 9.40 –10.00 |
| Прогулка | 10.00 – 12.00 |
| Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры | 12.00 -12.15 |
| Подготовка к обеду, обед | 12.15 – 12.45 |
| Подготовка ко сну, гигиенические процедуры | 12.45 – 13.00 |
| Дневной сон | 13.00 – 15.00 |
| Постепенный подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна | 15.00 – 15.20 |
| Игры, подготовка к полднику | 15.20 – 15.45 |
| Полдник | 15.45 – 16.00 |
| Подготовка к прогулке, прогулка | 16.00 – 19.00 |

АДАПТАЦИОННЫЙ РЕЖИМ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1. Создание эмоционально благоприятной атмосферы в группе: тепла, доброты, внимания.
2. Формирование чувства уверенности в окружающем:
 - Знакомство с окружающим (группой, персоналом, детьми)
 - Установление доверительных отношений между воспитателем и детьми.
3. Обучение навыкам общения со сверстниками.
4. Постепенное привлечение ко всем видам деятельности, режимным моментам с учетом реакции ребенка.

ЩАДЯЩИЙ РЕЖИМ

1. Создание благоприятного эмоционально- психологического микроклимата:
 - Доброжелательная форма общения детей и взрослых, исключая возможность возникновения конфликтных ситуаций;
 - Создание условий для уединения ребенка с любимой игрушкой, книжкой и т.д.
2. Увеличение продолжительности дневного сна:
 - Укладывание таких детей первыми;
 - Подъем последними
3. Создание спокойной обстановки перед укладыванием и во время сна.
4. Для этих детей нужно строго соблюдать общий режим со своевременной сменой различных видов деятельности и чередованием их с отдыхом, с использованием спокойных и подвижных игр в течение дня.

| ГИБКИЙ РЕЖИМ ДНЯ | СРЕДНЯЯ ГРУППА |
|---|----------------------------|
| Приём детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика | 7.00-8.25 |
| Подготовка к завтраку, завтрак | 8.25-8.55 |
| Самостоятельная деятельность, игры | 8.55-9.10 15.50-16.15 |
| Образовательная деятельность (ранний возраст по подгруппам) | 09.00-09.20 09.30-09.50 |
| 2-ой завтрак. | 10.00-10.10 |
| Вместо прогулки: наблюдение, труд, подвижные игры, индивид работа | 10.10-12.30 |
| Подготовка к обеду. Обед. | 12.30-13.00 |
| Подготовка ко сну. Дневной сон. | 13.00-15.00 |
| Постепенный подъём, воздушные процедуры, игры. | 15.00-15.25 |
| Подготовка к полднику. Полдник. | 15.25-15.50 |
| Чтение художественной литературы | 16.15-16.30 |
| Вместо прогулки: Игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа. Уход домой. | 16.30-19.00 |

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА (4-5 ЛЕТ)

| № П/П | ВИДЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ | ПН | ВТ | СР | Ч | ПТ | ВСЕГО ЗА НЕДЕЛЮ |
|-------|---|-----------------|------------------------|-------------|-------------|------------|-----------------|
| | | ВРЕМЯ В МИНУТАХ | | | | | |
| 1. | Утренняя гимнастика | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 40 мин |
| 2. | Физическое развитие «Физическое развитие» | | 1 час | | | | |
| 3. | Динамические паузы, физкультминутки | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 15мин |
| 4. | Художественно-эстетическое развитие «Музыка» | | 40мин | | | | |
| 5. | Музыкальный досуг | | 20 мин | | | | |
| 6. | Физкультурные упражнения на прогулке | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 30 мин |
| 7. | Подвижные игры на прогулке (ежедневно 2 игры) | 15+15 | 15 + 15 | 15+15 | 15 + 15 | 15 + 15 | 2 ч 30 мин |
| 8. | Самостоятельная двигательная деятельность детей | 55 | 55 | 55 | 55 | 55 | 4часа 35 мин |
| | Итого за 1 половину дня | 1 ч.42 мин | 1 ч. 42 мин | 1 ч. 42 мин | 1 ч. 42 мин | 1ч. 42 мин | 8ч. 30 мин |
| 9. | Тропа здоровья. Гимнастика после сна | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 30 мин |
| 10. | Самостоятельная двигательная деятельность на вечерней прогулке | 55 | 55 | 55 | 55 | 55 | 4 часа 35 мин |
| 11. | Индивидуальная работа с детьми по развитию и регулированию ДА | 15 | 15 | 15 | 15 | 15 | 1 час 15 мин |
| 12. | Самостоятельные игры, упражнения, игры малой подвижности в режиме дня | 55 | 55 | 55 | 55 | 55 | 4 часа 35 мин |
| 13. | Физкультурные досуги | | 20 минут | | | | |
| 14 | Физкультурные праздники | | До 45 мин 2 раза в год | | | | |

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ГРУППЕ В ХОЛОДНЫЙ ПЕРИОД

| № | РАЗДЕЛЫ И НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ | СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ (ФОРМЫ, МЕТОДЫ, СРЕДСТВА) | ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ | РЕКОМЕНДАЦИИ | ПЕРИОДИЧНОСТЬ | ОТВЕТСТВЕННЫЙ ИСПОЛНИТЕЛЬ |
|----|---|---|--------------------------------|--|--|--|
| 1. | Использование вариативных режимов | основной режим | все дети | соответствует холодному времени года | ежедневно | Медсестра Старший воспитатель |
| | | щадящий режим | ослабленные дети | составляется для детей после перенесенных заболеваний, для ослабленных детей и детей «группы риска» | после болезни по мед. показаниям | |
| | | гибкий режим | Все дети | используется в зависимости от погодных условий, карантин | в течение года | |
| | | адаптационный режим | Все до 3 лет вновь поступившие | используется при переходе детей из другого ДОУ; при новой комплектации детей в группах; при работе новых сотрудников | со дня поступления ребенка (в теч. 1-2 мес.) | |
| | | режим двигательной активности | Все дети | составляется из расчета не менее 4 – 4,5 часов прописываются все мероприятия | ежедневно | |
| 2 | Психологическое сопровождение развития | Создание психолог. комфортного климата. Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми; Медико-пед. поддержка ребенка в адаптационный период; | Все дети | | Ежедневно | Сотрудники ДОУ Все педагоги Все педагоги и мед. состав ДОУ |
| | | | Все дети | | Ежедневно | |
| | | | Все дети | | Адаптационный период | |
| 3 | Виды организации режима двигательной активности ребенка | | | | | |
| | 3.1 Регламентированная деятельность | занятия физической культурой | Все дети | | 2 р. в неделю в зале, 1 на прогулке | ИФК |
| | | утренняя гимнастика | Все дети | | ежедневно | Воспитат. |
| | | гимнастика после дневного сна | Все дети | | ежедневно | воспитатели |
| | | физкультминутки | Все дети | | проводятся в процессе и между НОД | ежедневно |
| | 3.2 Частично регламентированная деятельность | спортивные праздники | Все дети | По плану | 2 раза в год | Воспитатель и, ИФК Муз. рук. |
| | | физкультурные досуги | Все дети | | 1 раз в месяц | ИФК |
| | | подвижные игры на воздухе и в помещении | Все дети | подвижные и хороводные игры и упражнения на воздухе: младший возраст – 4-5 игр в день; старший | ежедневно | Воспитатель и, ИФК Муз. рук. |

| | | | | | | |
|----|--|--|------------------------|--|-----------------------------|-----------------------------|
| | | | | возраст – 5-6 игр в день | | |
| | | подгрупповые и индивидуальные формы работы | Все дети | с варьированием физической нагрузки исходного уровня здоровья и возможностей ребенка | ежедневно | Воспитател и, ИФК Муз. рук. |
| | | пальчиковая гимнастика | Все дети | | ежедневно | Воспит. специалист |
| | | гимнастика для глаз | С 3 лет | | ежедневно | Воспит. Специалис |
| | | дыхательная гимнастика | С 3 лет | | ежедневно | Воспитат. |
| | | самомассаж | С 3 лет | | ежедневно | Воспитат. Сп-ты |
| | | артикуляционная гимнастика | С 3 лет | | ежедневно | Воспитат. специалис |
| | 3.3 Нерегламентированная деятельность | самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке | Все дети | для самост. двигательной активности детей на участке предназначена самая большая площадь. | ежедневно | Воспитат. |
| 4 | Профилактические мероприятия | режим теплового комфорта в выборе одежды | Все дети | для пребывания ребенка в группе, на занятиях музыкального и физического развития, на прогулке | ежедневно | Воспитат. |
| | | комплексы по проф. плоскостопия, нарушения осанки | С 3 лет | | ежедневно | Воспитат. специалисты |
| | | проветривание помещений в течении дня | | по графику | ежедневно | Воспитат. пом. Восп. |
| 5 | Коррекционные мероприятия | комплекс мер по адаптации детей раннего возраста | До 3 лет, вновь поступ | создание комфортного пребывания детей в ДОУ проведение адаптационных игр | Со дня поступления 1-2 мес. | воспитатели |
| | | Инд. питание в соответствии с показ. | аллергики | замена питания аллергикам | ежедневно | Медсестра |
| 6 | Закаливание | местные воздушные ванны в помещении | Все дети | облегченная одежда детей о время занятий физкультурой, в процессе переодевания | ежедневно | Воспитат. |
| | | тропа здоровья | Все дети | после сна | ежедневно | Воспитат. |
| 7. | Работа с детьми по формированию основ здорового образа жизни | словесно-наглядные, сюжетно-ролевые игры по развитию представлений и навыков основ ЗОЖ привитие КГН | Все дети | моделирование ситуаций по формированию основ ЗОЖ, ОБЖ; организация тематических дней по приобщению к ЗОЖ; подбор карточек и наглядных материалов; использование алгоритмов по освоению КГН; воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности. | воспитатели | Воспитат. |

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ГРУППЕ В ТЕПЛЫЙ ПЕРИОД

| РАЗДЕЛЫ И НАПРАВЛЕНИЯ | ФОРМЫ РАБОТЫ | СРОК, ДОЗИРОВКА, ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА | ОТВЕТСТВ. |
|---|--|--|---|
| Использование вариативных режимов | Основной (на теплый период года) Щадящий режим дня (после перенесенных заболеваний) Адаптационный Гибкий режим (по погодным условиям) Режим двигательной активности | *Ежедневно *После болезни на группах * В течении лета *Во время дождя * Ежедневно | Медсестра Воспитатели |
| Психологическое сопровождение развития | Создание психологически комфортного климата в ДОУ Обеспечение педагогами положительной эмоциональной мотивации всех видов детской деятельности Личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов и специалистов с детьми Медико-педагогическая поддержка ребенка | *Ежедневно *Ежедневно *Ежедневно *Адаптационный период | Воспитатели врач |
| Двиг. активность | Мероприятия проводятся на воздухе за исключением дождливой погоды | | |
| Общеукрепляющие мероприятия | Естественные физические факторы: Режим теплового комфорта при выборе одежды Режим сквозного и одностороннего проветривания в течение дня Воздушное закаливание: Воздушные ванны при длительном пребывании на воздухе Сон без маек (дневной) Водное закаливание: Мытье ног прохладной водой Игры с водой Процедурное закаливание: Свето-воздушные и солнечные ванны Тропа здоровья после сна | *Ежедневно *Ежедневно по графику *Ежедневно *Ежедневно *Ежедневно *По плану *Ежедневно *Ежедневно (кроме периода адаптации и по рекомендации врача) | Воспитатели , Медсестра Воспитатели Воспитатели Воспитатели, пом. воспитателя Воспитатели Воспитатели, пом. воспитателя |
| Организация питьевого режима | Обеспечивается в течении дня по желанию детей | Ежедневно на утренней и вечерней прогулке | Медсестра Пом.воспитателя |
| 1. Частично регламентированная деятельность (совместная деятельность) | Утренняя гимнастика на воздухе; Физкультминутки; Бодрящая гимнастика; Спортивные праздники; Подвижные игры на воздухе; Физкультурные, музыкальные досуги 1 раз в месяц/неделю Пальчиковая гимнастика Артикуляционная гимнастика Дыхательная гимнастика | Ежедневно (все группы) Ежедневно (все группы) Ежедневно (все группы) 1 раз в квартал Ежедневно Ежедневно Ежедневно | Воспитатели Муз. рук. Инструктор по физ. культуре. |
| 2. Нерегламентированная | Самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулке. | Ежедневно (все группы) | Воспитатели |
| Работа с детьми по формированию основ гигиенических знаний и ЗОЖ | Словесно-дидактические, сюжетно-ролевые игры по развитию представлений и навыков здорового образа жизни Моделирование ситуаций по формированию основ безопасности жизнедеятельности. Воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса и любви к физической активности | Ежедневно Все группы | Воспитатели Муз. руководитель Инструктор по физ. культуре |
| Профилактические мероприятия | Витаминотерапия Осмотр детей на педикулез Осмотр детей на энцефалитных клещей | Ежедневно По графику Ежедневно | Медсестра Воспитатели |

3.6. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРНЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алямовская В.Г. «Здоровье» - М. 1993
2. Картушина М. Ю. Зеленый огонек здоровья- СПб.: Детство- Пресс, 2005
3. Волошина Л.Н., Курилова Т.В., Исаенко Ю.М. – М.: Аркти, 2013
4. Волошина Л.Н., Курилова Т.В., Гавришова Е.В. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников – Волгоград: Учитель, 2013
5. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ- М.: ТЦ Сфера, 2007
6. Галанов А. С. Игры, которые лечат – М.: Просвещение, 2008
7. Голицына Н. С. Шумова И. М. Воспитание основ ЗОЖ у малышей - М.: Скрипторий, 2003
8. Давыдова М.А. Спортивные мероприятия для дошкольников - М.: Вако, 2007
9. дошкольников. —М.; Мозаика-Синтез, 2009-2010.
10. Кириллова Ю.А. Комплексы упражнений (ОРУ) и подвижных игр на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3до 7 лет.- СПб.: Детство – Пресс, 2008
11. Кириллова Ю.А. Сценарии физкультурных досугов и спортивных праздников для детей логопедических групп.- СПб.: Детство – Пресс, 2012
12. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у
13. Онучин Н.А. Дыхательная гимнастика для детей- М.СПб: Сова, 2005
14. Останко Л. В. Оздоровительная гимнастика для дошкольников- СПб.: ЛИТЕРА , 2006
15. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3–7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики - М.: Мозаика Синтез, 2011
16. Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. —М.: Мозаика-Синтез, 2009
17. Савина Л. П. «Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольника» - М.: 000 «Издательство АСТ», 2000
18. Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста - СПб.: Детство ПРЕСС, 2012
19. Соломенникова Н.М. – Волгоград.: Издательство «Учитель», 2013
20. Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. —М.: Мозаика-Синтез, 2008
21. Степаненкова Э. Я. Методика физического воспитания. —М., 2005.
22. Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, —М.: Мозаика-Синтез, 2008
23. Тарасова Т. А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста – М.: ТЦ, 2005
24. Ченева А.А., Ушакова-Славолюбова О.А. Коммуникативно-ориентированная предметная среда физического образования дошкольника - СПб.: Детство ПРЕСС, 2013
25. Щербак А. П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении – М.: Владос, 2001
«От рождения до школы». Инновационная программа дошкольного образования. /под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. — Издание пятое (инновационное), испр. и доп. — М.: Мозаика-Синтез, 2020.

ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**КОМПЛЕКСНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (СРЕДНЯЯ ГРУППА)****ЗАДАЧИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.

Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.

Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.

| МЕСЯЦ | НЕДЕЛЯ | ТЕМА | ЗАДАЧИ |
|----------|--------|--|---|
| сентябрь | 1 | Педагогическая диагностика Детский сад и я Золотая осень | Педагогическая диагностика |
| | 2 | | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге враспынную; упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур. Знакомить детей с элементарными правилами поведения в спортивном зале. Правила техники безопасности при использовании спортивного инвентаря. |
| | 3 | | |
| | 4 | | |
| октябрь | 1 | Овощи | Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. |
| | 2 | Фрукты | Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения. |
| | 3 | Дары леса | Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. |
| | 4 | Птицы нашего участка | Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге враспынную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры; упражнять в прокатывании мяча. |
| ноябрь | 1 | Домашние птицы | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. |
| | 2 | Обувь | Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча. |
| | 3 | Одежда | Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением |

| | | | |
|---------|---|-------------------------------------|--|
| | | | направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках. |
| | 4 | Одежда | Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия. |
| декабрь | 1 | Зима | Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие. |
| | 2 | Дикие животные Домашние животные | Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. |
| | 3 | | Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. |
| | 4 | Новый год. | Упражнять в действиях по заданию педагога в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии. |
| | 5 | Повторение | Повторение |
| январь | 1 | Части тела | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках. |
| | 2 | Зимние забавы | Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. |
| | 3 | Зимние забавы | Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. |
| февраль | 1 | Мебель | Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках. |
| | 2 | Профессии | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами. |
| | 3 | Посуда | Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках. |
| | 4 | Наша Армия | Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами. |
| март | 1 | Весна пришла | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге в рассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. |
| | 2 | Мамин праздник | Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег в рассыпную. |
| | 3 | Народные промыслы | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке. |
| | 4 | Комнатные | Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, с |

| | | | |
|--------|--------|---|---|
| | | растения | остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках. |
| | 5 | Повторение | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках. |
| апрель | 1 | Книжка неделя | Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках. |
| | 2 | Аквариумные рыбки | Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное исходное положение в прыжках в длину с места. |
| | 3 | Зоопарк | Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках. |
| | 4 | Первоцветы | Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. |
| май | 1 | Насекомые | Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места. |
| | 2 | Транспорт | Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом. |
| | 3 | Мой город | Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. |
| | 4 | Педагогическая д. | |
| июнь | 1 | Здравствуй, солнечное лето! | 1. Создать радостное настроение от совместных игр; 2. Закрепить культурно-гигиенические навыки и правила безопасного поведения при совместной деятельности; 3. Разучить новый комплекс общеразвивающих упражнений. |
| | 2 3 | Кто у нас хороший? | 1. Познакомить детей друг с другом посредством коммуникативных подвижных игр; 2. Закреплять умения ходить и бегать в колонне по одному; 3. Закрепить умения бросать и ловить мяч; 4. Развивать умение соблюдать в ходе игры элементарные правила; 5. Формировать правильную осанку. |
| | 4 | Синим, жёлтым, красным цветом вокруг нас цветы цветут | 1. Расширить представления детей о цветах посредством подвижных игр; 2. Упражнять в беге в разных направлениях; 3. Закрепить навык соблюдать дистанцию во время передвижения; 4. Развивать способность ориентироваться в пространстве. |
| июль | 1 | По дороге в детский сад | 1. Расширить представление детей об окружающем мире, о правилах дорожного движения, о видах наземного транспорта посредством подвижных игр; 2. Закрепить умения ходить и бегать по ограниченной поверхности; 3. Закреплять умения быстро реагировать на сигнал. |

| | | | |
|--|---|---------------------------------|--|
| | 2 | Наши друзья – насекомые и птицы | <ol style="list-style-type: none">1. Расширить представления детей о птицах и насекомых посредством подвижных игр;2. Закреплять навык энергично отталкиваться при выполнении прыжка вверх;3. Воспитывать и поддерживать дружеские отношения;4. Способствовать развитию умения выполнять движения по музыку. |
| | 3 | В гостях у сказки | <ol style="list-style-type: none">1. Расширить представления детей о знакомых сказочных персонажах, о сказках посредством подвижных игр;2. Закрепить навык при наклонах вперёд не сгибать ноги;3. Стимулировать двигательную активность.4. Закрепить умения детей правильно передавать подражательные движения героев сказки «Колобок». |
| | 4 | Братья наши меньшие | <ol style="list-style-type: none">1. Закреплять представления детей о домашних животных и птицах посредством подвижных игр;2. Закреплять навыки метания в горизонтальную цель;3. Формировать навыки раскладывания и уборки спортивного инвентаря в игровой форме;4. Закрепить умение имитировать движения и повадки животных. |