

Согласовано:
старший воспитатель
Рахуба Ю.В.Рахуба
« 14 » 08 2020г

Утверждаю:
заведующий МБДОУ
Детский сад № 9
Васина О.А. Васина
« 14 » 08 2020г



Рабочая программа инструктора по физической культуре

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения

Детского сада № 9 «Светлячок»

Принято:
педагогическим советом
протокол № 6
« 14 » 08 2020г

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

- 1.1. Пояснительная записка.
 - 1.1.1. Цели и задачи реализации программы. 3
 - 1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы. 3
 - 1.1.3. Значимые для разработки и реализации программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста. 4
- 1.2. Планируемые результаты освоения программы. 6

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

- 2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребенка в пяти образовательных областях. 8
- 2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей. 22
- 2.3. Образовательная деятельность по профессиональной коррекции нарушений развития детей. 24
- 2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик. 26
- 2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы. 26
- 2.6. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников. 29

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

- 3.1. Материально-техническое обеспечение программы. 31
- 3.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания. 31
- 3.3. Режим дня. 33
- 3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий. 36
- 3.5. Организация развивающей предметно-пространственной среды. 39

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа - это нормативный документ. Рабочая программа разработана в соответствии с ФГОС дошкольного образования, с учетом региональных особенностей Кемеровской области, запросов родителей (законных представителей) и образовательных потребностей воспитанников.

1.1.1. Цель рабочей программы

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

Задачи рабочей программы

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

1.1.2. Принципы к формированию рабочей программы

Наряду с общепедагогическими дидактическими **принципами** (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- *Принцип оздоровительной направленности*, согласно которому инструктор по физической культуре несёт ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.
- *Принцип разностороннего и гармоничного развития личности*, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
- *Принцип гуманизации и демократизации*, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной

работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, *принципа комфортности* в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

- *Принцип индивидуализации* позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребёнка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя *принцип возрастной адекватности физических упражнений*.
- *Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования я нагрузок и отдыха*, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.
- *Принцип единства с семьёй*, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

Подходы к формированию рабочей программы следующие:

1. **Личностно-ориентированный подход.** Личность как цель, субъект, результат и главный критерий эффективности педагогического процесса. Для развития личности создаются условия для саморазвития задатков и творческого потенциала.
2. **Деятельностный подход.** Деятельность – основа, средство и условие развития личности, это целесообразное преобразование модели окружающей действительности, заключающийся в выборе и организации деятельности ребенка с позиции субъекта познания труда и общения (активность самого).
3. **Индивидуальный подход** заключается в поддержке индивидуальных особенностей каждого ребенка.
4. **Аксиологический (ценностный) подход** предусматривает организацию воспитания на основе определенных ценностей, которые, с одной стороны, становятся целью и результатом воспитания, а с другой – его средством.
5. **Компетентностный подход.** Основным результатом образовательной деятельности становится формирование основ компетентностей как постоянно развивающейся способности воспитанников самостоятельно действовать при решении актуальных проблем, т. е. быть готовым решать проблемы в сфере учебной деятельности; объяснять явления действительности, их сущность, причины, ориентироваться в проблемах современной жизни; решать проблемы, связанные с реализацией определённых социальных ролей.

1.1.3. Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.

Возрастная характеристика детей 3-4 лет

3-хлетний ребенок владеет основными жизненно важными движениями (ходьба, бег, лазание, действия с предметами). Возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями.

Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д. К 4-м годам ребенок может без остановки пройти по гимнастической скамейке, руки в стороны; ударять мяч об пол и ловить его двумя руками (3 раза подряд); перекладывать по одному мелкие предметы (пуговицы, горошины и т.п. – всего 20 шт.) с поверхности стола в небольшую коробку (правой рукой).

Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети ориентируются в значительной мере на оценку воспитателя.

Возрастная характеристика детей 4-5 лет

В этом возрасте продолжается рост всех органов и систем, сохраняется потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения становятся осмысленными, мотивированными и управляемыми. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию. Появляется способность к регуляции двигательной активности. У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей. У детей возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в едином для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается. Позитивные изменения наблюдаются в развитии моторики. Дошкольники лучше удерживают равновесие перешагивая через небольшие преграды., нанизывает бусины (20 шт.) средней величины (или пуговицы) на толстую леску.

Возрастная характеристика детей 5-6 лет

Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость. Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные). Полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.

Возрастная характеристика детей 6-8 лет

К 6-8 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

У семи-восьмилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений).

Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).

Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем. Владеет культурно-гигиеническими навыками и понимает их необходимость.

1.2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ.

Результатами освоения рабочей программы являются целевые ориентиры дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными 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 конфликты;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может 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 личной гигиены;
- 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.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Рабочей программой предусмотрена система внутреннего мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе регулярного наблюдения в повседневной жизни и в процессе непосредственной образовательной работы с ними. Данные о результатах мониторинга являются основанием для выстраивания индивидуальной траектории развития каждого ребенка.

2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1.ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СООТВЕТСТВИИ С НАПРАВЛЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Задачи и содержание работы по физическому развитию детей 3 - 4 лет

Содержание образовательной области «Физическая культура» направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта:

1. развитие умения выполнять ходьбу и бег свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя перекрёстную координацию движений рук и ног; действовать совместно;
2. формирование умения строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить своё место при построениях;
3. формирование умения сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии;
4. формирование умения соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве;
5. совершенствование разнообразных видов движений, основных движений. Развитие навыков лазанья, ползания; ловкости, выразительности и красоты движений;
6. введение в игры более сложных правил со сменой видов движений;
7. развитие умения энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед: принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см;
8. закрепление умения энергично отталкивать мячи при катании, бросании; ловить мяч двумя руками одновременно;
9. обучение хвату за перекладину во время лазанья;
10. закрепление умения ползать.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

1. поощрение участия детей в совместных играх и физических упражнениях. Воспитание интереса к физическим упражнениям, желания пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время;
2. формирование у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности;

3. формирование желания и умения кататься на санках, трёхколёсном велосипеде, лыжах. Развитие умения самостоятельно садиться на трёхколёсный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Развитие умения надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место;
4. развитие умения реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и другие; выполнять правила в подвижных играх;
5. развитие самостоятельности и творчества при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Организация подвижных игр с правилами. Поощрение самостоятельных игр детей с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

1. Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена, в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), в рассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом). Ходьба по прямой дорожке (ширина 20 см, длина 2 2,5 м), по доске, гимнастической скамейке, бревну, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по ребристой доске, с перешагиванием через предметы, рейки, по лестнице, положенной на пол. Ходьба по тонной доске (высота 30-35 см). Медленное кружение в обе стороны.

Бег. Бег обычный, на носках (подгруппами и всей группой), с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях: по прямой, извилистой дорожкам (ширина 25-50 см, длина 5-6 м), по кругу, змейкой, в рассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать по сигналу в указанное место), бег с изменением темпа (в медленном темпе в течение 50-60 секунд, в быстром темпе на расстояние 10 м).

Катание, бросание, ловля, метание. Катание мяча (шарика) друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60 см). Метание на дальность правой и левой рукой (к концу года на расстояние 2,5-5 м), в горизонтальную цель двумя руками снизу, от груди, правой и левой рукой (расстояние 1,5-2 м), в вертикальную цель (высота центра мишени 1,2 м) правой и лёгкой (расстояние 1 - 1,5 м) Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100 см) Бросание мяча вверх, вниз, об пол (землю), ловля (2-3 раза подряд).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 6 м.) между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50 см.), не касаясь руками пола, пролезание в обруч; перелезание через бревно. Лазанье по лесенке-стремянке, гимнастической стенке (высота 1,5 м).

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперёд (расстояние 2-3 м), из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними, прыжки с высоты 15-20 см, вверх с места, доставая предмет, подвешенный выше поднятой руки ребёнка, через линию, шнур, через 4-6 линий (поочередно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии (расстояние между ними 25-30 см); в длину с места на расстояние не менее 40 см.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, в рассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты на месте направо, налево переступанием.

Ритмическая гимнастика. Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

2. Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимание и опускание прямых рук вперёд, вверх, в стороны (одновременно, поочерёдно). Перекладывание предметов из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой. Хлопки в ладоши перед собой и отводить руки за спину. Вытягивание рук вперёд, в стороны, поворачивание ладонями вверх, поднимание и опускание кисти, шевеление пальцами.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Передача мяча друг другу над головой вперёд-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево). Из исходного положения сидя: поворот (положить предмет позади себя, повернуться и взять его), наклон, подтягивание ног к себе, обхватив колени руками. Из исходного положения лёжа на спине: одновременное поднимание и опускание ног, движения ногами, как при езде на велосипеде. Из исходного положения лёжа на животе: сгибание и разгибание ног (поочерёдно и вместе), поворот со спины на живот и обратно; прогибание, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подъем на носки; поочерёдное выставление ноги на носок вперёд, назад, в сторону. Приседания, держась за опору и без неё; приседания, вынося руки вперёд; приседания, обхватывая колени руками и наклоняя голову. Поочерёдное поднимание и опускание ног, согнутых в коленях. Сидя захват пальцами ног мешочки с песком. Ходьба по палке, валику (диаметр 6-8 см) приставным шагом, опираясь на них серединой ступни.

3. Спортивные упражнения

Катание на санках. Катание на санках друг друга, катание с невысокой горки.

Скольжение. Скольжение по ледяным дорожкам с поддержкой взрослых.

Ходьба на лыжах. Ходьба по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом; делать повороты на лыжах переступанием.

Катание на велосипеде. Катание на трёхколёсном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

4. Подвижные игры

С бегом. «Бегите ко мне!», «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пёс», «Птички в гнёздышках».

С прыжками. «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку».

С подлезанием и лазаньем. «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики».

С бросанием и ловлей. «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет».

На ориентировку в пространстве. «Найди своё место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».

Задачи и содержание работы по физическому развитию детей 4 - 5 лет

Содержание образовательной области „Физическая культура" направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

Формирование правильной осанки.

Закрепление и развитие умения выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног Развитие умения бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Формирование умения выполнять действия по сигналу. Упражнения в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.

Закрепление умения ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Развитие умения перелезть с одного пролёта гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Закрепление умения энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперёд, ориентироваться в пространстве.

Формирование умения в прыжках в длину и высоту с места, сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие Формирование умения прыгать через короткую скакалку.

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

Развитие физических качеств (гибкость, ловкость, быстрота, выносливости)

Развитие двигательной активности детей в играх с мячами, скакалками, обручами и другими предметами

Закрепление умения кататься на трёхколёсном велосипеде по прямой, по кругу.

Совершенствование умения ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Формирование умений и навыков правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности детей. Воспитание красоты, грациозности, выразительности движений.

Развитие и совершенствование двигательных умений и навыков детей, умения творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

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

Приучение детей к самостоятельному и творческому использованию физкультурного инвентаря и атрибутов для подвижных игр на прогулках.

Один раз в месяц проведение физкультурных досугов продолжительностью 20 минут; два раза в год — физкультурных праздников (зимний и летний) продолжительностью 45 минут

Развитие активности детей в разнообразных играх.

Развитие быстроты, силы, ловкости, пространственной ориентировки.

Воспитание самостоятельности и инициативности в организации знакомых игр.

Приучение детей к выполнению действий по сигналу.

Во всех формах двигательной деятельности развитие у детей организованности, самостоятельности, инициативности, умения поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

1. Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего. Ходьба между линиями (расстояние 10-15 см), по линии, по верёвке (диаметр 1,5-3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 30-35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см от пола, через набивной мяч (поочерёдно через 5-6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1—1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5-6 секунд; к концу года)

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под верёвку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролёта на другой вправо и влево).

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперёд (расстояние 2-3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочерёдно) Прыжки через линию, поочерёдно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочерёдно через каждый) высотой 5-10 см. Прыжки с высоты 20-25 см, в длину с места (не менее 70 см) Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2 2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5-2 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика. Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и циклических движений под музыку.

2. Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимание рук вперёд, в стороны, вверх (одновременно, поочерёдно), отведение рук за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивание руками вперёд-назад; выполнение круговых движений руками, согнутыми в локтях. Закладывание рук за голову, разведение их в стороны и опускание. Поднимание рук через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимание палки (обруча) вверх, опускание за плечи; сжимание, разжимание кистей рук; вращение кистями рук из исходного положения руки вперёд, в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Повороты в стороны, держа руки на поясе, разведение рук в стороны; наклоны вперёд, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоны с выполнением задания (класть и брать предметы из разных исходных положений: ноги вместе, ноги врозь). Наклоны в стороны, держа руки на поясе. Прокатывание мяча вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); переключивание предметов из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимание обеих ног над полом: поднимание, сгибание, выпрямление и опускание ног на пол из исходных положений лёжа на спине, сидя. Повороты со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимание вытянутых вперёд рук, плеч и головы, лёжа на животе.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подъем на носки; поочерёдно выставление ноги вперёд на пятку, на носок; притопы; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперёд, в стороны. Поочерёдное поднимание ног, согнутых в коленях. Ходьба по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захват и переключивание предметов с места на место стопами ног

Статические упражнения. Сохранение равновесия в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5-7 секунд).

3. Спортивные упражнения

Катание на санках. Скатывание на санках с горки, торможение при спуске с неё, подъем с санками на гору.

Скольжение. Самостоятельное скольжение по ледяным дорожкам.

Ходьба на лыжах. Передвижение на лыжах по лыжне скользящим шагом. Повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подъем на склон прямо ступающим шагом, полуёлочкой (прямо и наискось). Ходьба на лыжах на дистанцию до 500 м.

Игры на лыжах. «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца»

Катание на велосипеде. Катание на трёхколёсном и двухколёсном велосипедах по прямой, по кругу. Повороты направо и налево.

4. Подвижные игры

С бегом. «Самолёты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике» «Зайка серый умывается»

С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелёт птиц», «Котята и щенята»

С бросанием и ловлей. «Подбрось поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушёл?», «Прятки».

Народные игры. «У медведя во бору»

Задачи и содержание работы по физическому развитию детей 5 - 6 лет

Содержание образовательной области „Физическая культура" направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

Совершенствование физических качеств в разнообразных формах двигательной деятельности.

Формирование правильной осанки, умения осознанно выполнять движения.

Развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости.

Совершенствование двигательных умений и навыков детей.

Закрепление умения детей с легкостью выполнять ходьбу и бег, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Закрепление умения лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

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

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

Закрепление умений ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы; кататься на двухколесном велосипеде; кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой), ориентироваться в пространстве.

Знакомство со спортивными играми и упражнениями, с играми с элементами соревнования, играми-эстафетами.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Развитие самостоятельности, творчества, формирование выразительности и грациозности движений.

Воспитание стремления участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Формирование умения самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Формировать привычки помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.

Поддержка интереса детей к различным видам спорта, сообщение им наиболее важных сведений о событиях спортивной жизни страны.

Проведение один раз в месяц физкультурных досугов длительностью 25-30 минут; два раза в год физкультурных праздников длительностью до 1 часа.

Во время физкультурных досугов и праздников привлечение дошкольников к активному участию в коллективных играх, развлечениях, соревнованиях.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

1. Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, верёвке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, врасыпную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость. 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание

через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролёта на другой, пролезание между рейками.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперёд другая назад), продвигаясь вперёд (на расстояние 3-4 м) Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперёд, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов поочередно через каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки с высоты 30 см в обозначенное место, прыжки в длину с места (не менее 80 см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30-40 см) Прыжки через короткую скакалку, вращая её вперёд и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд), одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз), бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, с груди, с отскоком от земли). Отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперёд (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг) Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3-4 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне — на вытянутые руки вперёд, в шеренге — на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

2. Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Разведение рук в стороны из положения руки перед грудью; поднимание рук вверх и разведение в стороны ладонями вверх из положения руки за голову. Поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперёд-вверх; поднимание рук вверх-назад попеременно, одновременно. Поднимание и опускание кистей; сжимание и разжимание пальцев.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены и касаясь её затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимание согнутых прямых ног, прижавшись к гимнастической стенке взявшись руками за рейку на уровне пояса. Наклоны вперёд, стоя лицом к гимнастической стенке и взявшись за рейку на уровне пояса; наклон вперёд, стараясь коснуться ладонями пола, наклоны, поднимая за спиной сцепленные руки. Повороты, разводя руки в стороны, из положений руки перед грудью, руки за голову. Поочередное отведение ног в стороны из упора, присев; движения ног, скрещивая их из исходного положения лёжа на спине. Подтягивание головы и ног к груди (группировка)

3. Спортивные упражнения

Катание на санках. Катание друг друга на санках, катание с горки по двое. Выполнение поворотов при спуске.

Скольжение. Скольжение по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

Ходьба на лыжах. Ходьба на лыжах скользящим шагом. Повороты на месте и в движении. Подъем на горку лесенкой, спуск с неё в низкой стойке. Ходьба на лыжах в медленном темпе на дистанцию 1-2 км.

Игры на лыжах. «Кто первый повернётся?», «Слалом», «Подними», «Догонялки»

Катание на велосипеде и самокате. Самостоятельное катание на двухколёсном велосипеде по прямой, повороты налево и направо. Катание на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

4. Спортивные игры

Городки. Бросание бит сбоку, занимая правильное исходное положение. Знакомство с 3-4 фигурами. Выбивание городков с полукона (2-3 м) и кона (5-6 м).

Элементы баскетбола. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, ведение мяча правой, левой рукой. Бросание мяча в корзину двумя руками от груди.

Бадминтон. Отбивание волана ракеткой, направляя его в определённую сторону. Игра в паре с воспитателем.

Элементы футбола. Прокатывание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Обведение мяча вокруг предметов; закатывание в лунки, ворота; передача ногой друг другу в парах, отбивание о стенку несколько раз подряд.

Элементы хоккея. Прокатывание шайбы клюшкой в заданном направлении, закатывание её в ворота. Прокатывание шайбы друг другу в парах.

5. Подвижные игры

Сбегом. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы весёлые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру» «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц»

С прыжками. «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы»

С лазаньем и ползанием. «Кто скорее доберётся до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье»

С метанием. «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо»

Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?»

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

Задачи и содержание работы по физическому развитию детей 6 - 8 лет

Содержание образовательной области „Физическая культура" направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

Формирование привычки сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Закрепление умения соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Совершенствование активного движения кисти руки при броске.

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

Развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.

Упражнения в статическом и динамическом равновесии, на развитие координации движений и ориентировку в пространстве.

Закрепление умения участвовать в разнообразных подвижных играх (в том числе играх с элементами соревнования), способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве.

Совершенствование техники основных движений (добываясь естественности, лёгкости, точности, выразительности их выполнения).

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

Упражнения в перелезании с пролёта на пролёт гимнастической стенки по диагонали.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Закрепление умения придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности; самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры.

Поддержание проявления интереса к физической культуре и спорту отдельным достижениям в области спорта.

Развитие интереса к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Проведение один раз в месяц физкультурных досугов длительностью до 40 минут, два раза в год физкультурных праздников (зимний и летний) длительностью до 1 часа.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

1. Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперёд и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в

шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперёд сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, верёвки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по верёвке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперёд, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2—4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3—5 раз по 10 м. Бег на скорость. 30 м примерно за 6,5-7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35-50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролёта на пролёт по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперёд на 5-6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, верёвку вперёд и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребёнка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку) Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперёд; прыжки на двух ногах с продвижением вперёд по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами. Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый-второй» и перестроение из одной

шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

2. Общеразвивающие упражнения

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.

Поднимание рук вверх, вперёд, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимание рук вверх из положения руки к плечам. Поднимание и опускание плеч; энергичное разгибание согнутых в локтях рук (пальцы сжаты в кулаки), вперёд и в стороны; отведение локтей назад (рывки 2—3 раза) и выпрямление рук в стороны из положения руки перед грудью; круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращение обруча одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращение кистями рук. Разведение и сведение пальцев; поочерёдное соединение всех пальцев с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускание и повороты головы в стороны. Повороты туловища в стороны, поднимая руки вверх, в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы); наклоны вперёд, подняв руки вверх, держа руки в стороны. В упоре сидя поднимание обеих ног (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; перенос прямых ног через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения, лёжа на спине (закрепив ноги) переход в положение, сидя и снова в положение лёжа. Прогибание, лёжа на животе. Из положения лёжа на спине поднимание обеих ног одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переход в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочерёдно поднимание ноги, согнутой в колене; поочерёдное поднимание прямой ноги стоя, держась за опору.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставление ноги вперёд на носок скрестно: приседания, держа руки за головой; поочерёдное пружинистое сгибание ног (стоя, ноги врозь); приседания из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выпад вперёд, в сторону; касание носком выпрямленной ноги (мах вперёд) ладони вытянутой вперёд руки (одноименной и разноименной); свободное размахивание ногой вперёд-назад, держась за опору. Захват ступнями ног палки посередине и поворачивание её на полу.

Статические упражнения. Сохранение равновесия, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Выполнение общеразвивающих упражнений, стоя на левой или правой ноге и т. п.

3. Спортивные упражнения

Катание на санках. Во время спуска на санках с горки поднимание заранее положенного предмета (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнение разнообразных игровых заданий (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот). Участие в играх-эстафетах с санками.

Скольжение. Скольжение с разбега по ледяным дорожкам, стоя и присев, на одной ноге, с поворотом. Скольжение с невысокой горки.

Ходьба на лыжах. Ходьба скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходьба попеременным душажным ходом (с палками). Ходьба на лыжах 600 м в среднем

темпе, 2-3 км в медленном темпе. Повороты переступанием в движении. Подъём на горку лесенкой, ёлочкой. Спуск с горки в низкой и высокой стойке, торможение.

Игры на лыжах. «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Катание на коньках. Самостоятельное надевание ботинок с коньками Сохранение равновесие на коньках (на снегу, на льду). Правильное исходное положение (ноги слегка согнуты, туловище наклонить вперёд, голову держать прямо, смотреть перед собой). Пружинистые приседания из исходного положения. Скольжение на двух ногах с разбега. Повороты направо и налево во время скольжения, торможения. Скольжение на правой и левом ноге, попеременно отталкиваясь. Катание на коньках по прямой, по круг сохраняя при этом правильную позу.

Игры на коньках. «Пружинки», «Фонарики», «Кто дальше?», «Наперегонки», «Пистолетик», «Бег по кругу вдвоём» и др.

Катание на велосипеде и самокате. Катание на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободное катание на самокате

Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

4. Спортивные игры

Городки. Бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знакомство с 4—5 фигурами. Выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола. Передавание мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывание мячей друг другу двумя руками от груди в движении. Ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т.п.) и с разных сторон. Бросание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола. Передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Ведение мяча змейкой между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота.

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве). Ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы. Прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой. Ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадание шайбой в ворота, удары по шайбе с места и после ведения.

Бадминтон. Перебрасывание волана на сторону партнёра без сетки, через сетку (правильно держа ракетку) Свободное передвижение по площадке во время игры.

Элементы настольного тенниса. Выполнение подготовительных упражнений с ракеткой и мячом: подбрасывание и ловля мяча одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену (правильно держа ракетку) Поддача мяча через сетку после его отскока от стола.

5. Подвижные игры

С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чьё звено скорее соберётся?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом»

С ползанием и лазаньем. «Перелёт птиц», «Ловля обезьян».

Эстафеты. «Весёлые соревнования», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!», лапта.

2.2. ВАРИАТИВНЫЕ ФОРМЫ, СПОСОБЫ, МЕТОДЫ И СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ С УЧЕТОМ ВОЗРАСТНЫХ И ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ВОСПИТАННИКОВ, СПЕЦИФИКИ ИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПОТРЕБНОСТЕЙ И ИНТЕРЕСОВ.

Методы физического развития и воспитания. Традиционно различаются три группы **методов**.

1. *Наглядные методы*, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);
- использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

2. К *словесным методам* относятся название инструктором по физической культуре упражнений, описания, объяснения, комментирование хода их выполнения, указания, распоряжения, вопросы к детям, команды, беседы, рассказы, выразительное чтение стихотворений и многое другое.

3. К *практическим методам* можно отнести выполнение движений (совместно – распределённое, совместно – последовательное выполнение движений вместе с педагогом и самостоятельное выполнение), повторение упражнений с изменениями и без, а также проведение их в игровой форме, в виде подвижных игр и игровых упражнений, и соревновательной форме.

Наряду с методами значительное внимание отводится **средствам физического воспитания**. К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

- *Гигиенические факторы* (режим занятий, отдыха, сна и питания, гигиена помещения, площадки, одежды, обуви, физкультурного инвентаря и пр.), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
- *Естественные силы природы* (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребёнка;

- *Физические упражнения*, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Формы физического развития:

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		Самостоятельная деятельность детей
непрерывная образовательная деятельность	образовательная деятельность в режимных моментах	
Физкультурные занятия: – сюжетно-игровые, – тематические, - классические, – на улице, Общеразвивающие упражнения: -с предметами, – без предметов, -сюжетные, -имитационные. Игры с элементами спорта. Спортивные упражнения Занятия-развлечения	Индивидуальная работа с детьми. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Утренняя гимнастика: -классическая, -игровая, -полоса препятствий, -музыкально-ритмическая, -аэробика, – имитационные движения. Физкультминутки. Динамические паузы. Подвижные игры. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Проблемные ситуации. Имитационные движения. Спортивные праздники и развлечения. Гимнастика после дневного сна: -оздоровительная, -коррекционная, -полоса препятствий. Упражнения: – корригирующие -классические, – коррекционные.	Подвижные игры. Игровые упражнения. Имитационные движения.

Способы физического развития:

Здоровьесберегающие технологии - это технологии, направленные на сохранение здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников. Здоровьесберегающие технологии представлены медико-профилактическими, физкультурно-оздоровительными технологиями, психологической безопасностью и оздоровительной направленностью образовательной деятельности.

Медико-профилактические технологии предполагают организацию мониторинга здоровья дошкольников, организацию и контроль питания детей, физическое развитие дошкольников, закаливание, организацию профилактических мероприятий, организацию обеспечения требований СанПиНов, организацию здоровьесберегающей среды.

Физкультурно-оздоровительные технологии представлены развитием физических качеств, двигательной активности, становлением физической культуры детей, дыхательной гимнастикой, массажем и самомассажем, профилактикой плоскостопия и формированием правильной осанки, воспитанием привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.

Психологическая безопасность направлена на комфортную организацию режимных моментов, установление оптимального двигательного режима, правильное распределение интеллектуальных и физических нагрузок, доброжелательный стиль общения взрослого с

детьми, целесообразность применения приемов и методов, использование приемов релаксации в режиме дня.

Оздоровительная направленность воспитательно-образовательного процесса включает в себя учет гигиенических требований, создание условий для оздоровительных режимов, бережное отношение к нервной системе ребенка, учет индивидуальных особенностей и интересов детей, предоставление ребенку свободы выбора, создание условий для самореализации, ориентацию на зону ближайшего развития.

Виды здоровьесберегающих технологий

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья (ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, различные гимнастики).

2. Технологии обучения здоровому образу жизни (физкультурная непосредственно образовательная деятельность, проблемно-игровая непосредственно образовательная деятельность, коммуникативные игры, непосредственно образовательная деятельность из серии «Здоровье», самомассаж).

3. Коррекционные технологии (арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, цветотерапия, психогимнастика, фонетическая ритмика).

2.3. ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ.

Основная цель деятельности по профессиональной коррекции — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации.

Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались общие и коррекционные задачи. Основная задача — стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формировать в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучать в процессе предметной деятельности различные свойства материалов, а также назначения предметов;
- развивать речь посредством движения;
- формировать в процессе двигательной деятельности различные виды познавательной деятельности;
- развивать морально-волевые качества личности, формирующиеся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В работу включаются физические упражнения: построение в шеренгу (вдоль линии), в колонну друг за другом, в круг; ходьба; бег, прыжки; лазанье; ползание; метание; общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Рекомендуется проведение подвижных игр, направленных на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

В настоящее время в систему занятий по физическому развитию для детей с ОВЗ включается адаптивная физическая культура (АФК) — комплекс мер спортивно-

оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также сознанию необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества.

Адаптивная физкультура обеспечивает лечебный, общеукрепляющий, реабилитационный, профилактический и другие эффекты. Основные задачи, которые стоят перед адаптивной физической культурой:

- формировать:

у ребёнка осознанное отношение к своим силам в сравнении с силами здоровых сверстников;

компенсаторные навыки, умение использовать функции разных систем и органов вместо отсутствующих или нарушенных;

потребность быть здоровым, насколько это возможно, и вести здоровый образ жизни;

стремление к повышению умственной и физической работоспособности;

осознание необходимости своего личного вклада в жизнь общества;

желание улучшать свои личностные качества;

- развивать:

способность к преодолению физических нагрузок, необходимых для полноценного функционирования в обществе;

способность к преодолению не только физических, но и психологических барьеров, препятствующих полноценной жизни.

АФК объединяет все виды физической активности и спорта, которые соответствуют интересам детей с проблемами в развитии и способствуют расширению их возможностей. Цель АФК — улучшение качества жизни детей с ОВЗ посредством физической активности и спорта. Основной задачей является решение конкретных психомоторных проблем, как путём изменения самого ребёнка, так и изменения окружающей среды, по возможности устраняя в ней барьеры к более здоровому, активному образу жизни, к равным со своими здоровыми сверстниками возможностям заниматься спортом.

В тех случаях, когда программа не может быть полностью освоена детьми с ОВЗ, проектируются индивидуальные программы воспитания и обучения. При проектировании индивидуальной программы следует опираться на ряд принципов:

- принцип ориентации на возможности дошкольников, то есть индивидуально-психологические, клинические особенности детей с ОВЗ;

- принцип дозированности объёма изучаемого материала. В связи с замедленным темпом усвоения необходима регламентация объёма программного материала по всем разделам программы и более рациональному использованию времени для изучения определённых тем;

- принцип линейности и концентричности. При линейном построении программы темы следует располагать систематически, последовательно по степени усложнения и увеличения объёма; при концентрическом построении программы материал повторяется путём возвращения к пройденной теме. Это даёт возможность более прочного усвоения материала.

- принцип инвариантности, предполагающий видоизменение содержания программы, комбинирование разделов, в отдельных случаях изменение последовательности в изучении тем, введение корректировки.

2.4. ОСОБЕННОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗНЫХ ВИДОВ И КУЛЬТУРНЫХ ПРАКТИК.

Развитие ребенка в образовательной деятельности ДОО осуществляется целостно в процессе всей его жизнедеятельности. В тоже время, освоение любого вида деятельности требует обучения общим и специальным умениям, необходимым для её осуществления. Особенностью организации образовательной деятельности по рабочей программе является **ситуационный подход**. Основной единицей образовательной деятельности 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. Образовательная ситуация протекает в конкретный временной период образовательной деятельности. Преимущественно образовательные ситуации носят комплексный характер и включают задачи, реализуемые в разных видах деятельности на одном тематическом содержании.

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

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

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.

Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой, требования к проведению которых согласуются дошкольным учреждением с положениями действующего СанПин.

Совместная игра воспитателя и детей направлена на освоение детьми игровых умений, необходимых для организации самостоятельной игры.

Детский досуг - вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха. Организация досугов в соответствии с интересами и предпочтениями детей (в старшем дошкольном возрасте).

Индивидуальная трудовая деятельность носит общественно полезный характер и организуется как хозяйственно-бытовой труд.

2.5. СПОСОБЫ И НАПРАВЛЕНИЯ ПОДДЕРЖКИ ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ

Активность ребенка является основной формой его жизнедеятельности, необходимым условием его развития, которая закладывает фундамент и дает перспективы роста интеллектуального, творческого потенциала ребенка.

Способы поддержки детской инициативы для детей 3 - 4 лет

Приоритетной сферой проявления детской инициативы является игровая и продуктивная деятельность. Для поддержания инициативы ребенка 3-4 лет взрослым необходимо:

- создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка;
- рассказывать детям о реальных достижениях и возможных в будущем;
- поощрять самостоятельность и инициативность детей в разных видах деятельности и способствовать расширению её проявлений;
- оказывать помощь ребенку в поиске способов реализации собственных поставленных целей;
- в ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять действовать ему в своем темпе;
- не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности, используя в качестве субъекта критики игровые персонажи;
- учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;
- проявлять уважение к каждому ребенку независимо от его достижений, достоинств и недостатков;
- способствовать созданию в группе положительного психологического микроклимата, в равной мере проявлять любовь ко всем детям. Для этого выражать радость при встрече, использовать теплые слова для выражения своего отношения к каждому ребенку, проявлять деликатность и терпимость;
- всегда предоставлять детям возможность для реализации замыслов в творческой игровой и продуктивной деятельности.

Способы поддержки детской инициативы для детей 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 высказывать собственные умозаключения, относиться к их попыткам с уважением и вниманием;
- обеспечивать для детей возможность примерять на себя разные роли, переодеваться и наряжаться для их реализации. 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 навязывания своего мнения в ситуациях выбора сюжета и персонажей для детских 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);
- вовлекать детей в процесс украшения группы для различных мероприятий, обсуждая разные возможности и варианты;
- побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого объекта или события, не навязывая им мнение взрослого;

- привлекать детей к планированию жизни группы на день, опираться на их желание и интересы во время занятий;
- читать и рассказывать детям по их просьбе, включать музыку.

Способы поддержки детской инициативы для детей 5 – 6 лет

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в старшем дошкольном возрасте является внеситуативно – личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационно - познавательная инициатива. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече, отмечать позитивные изменения в поведении и внешнем облике ребенка;
- уважать индивидуальные вкусы, гендерные интересы и привычки детей;
- поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-либо из близких людей (маме, бабушке, папе, другу);
- создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
- при необходимости помогать детям в решении проблем организации игры, выбора атрибутов или их заместителей;
- привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу. Обсуждать и планировать совместные проекты;
- создавать условия и планировать время для самостоятельной творческой, познавательной деятельности детей по интересам.

Способы поддержки детской инициативы для детей 6 – 8 лет

Приоритетной сферой проявления детской инициативы в данном возрасте является научение, расширение сфер собственной компетентности в различных областях практической предметности, в том числе орудийной деятельности, а также информационная познавательная деятельность. Для поддержки детской инициативы взрослым необходимо:

- высказывать адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий, указанием возможных путей и способов, которые повысят качество выполнения продукта деятельности;
- спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей. Рассказывать детям о своих трудностях, которые возникали при освоении новых видов деятельности и путях их преодоления;
- создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;
- обращаться к детям, с просьбой продемонстрировать свои достижения для применения данного опыта сверстниками;
- поддерживать чувство радости, удовлетворения и гордости за проделанную работу и её результат;
- создавать условия для различной самостоятельной творческой деятельности детей по интересам и запросам, предоставляя определенное время для реализации задуманного;

- при необходимости помогать детям решать возникающие затруднения при организации игры;
- проводить планирование жизни группы на день, неделю, месяц с учетом гендерных особенностей и интересов детей, стараться учитывать их пожелания и предложения;
- презентовать продукты детского творчества другим детям, родителям, педагогам (концерты, выставки и др.)

Направления поддержки детской инициативы

- позиция педагога при организации жизни детей в детском саду, дающая возможность самостоятельного накопления чувственного опыта и его осмысления. Основная роль воспитателя - *организация ситуаций для познания детьми отношений между предметами*, когда ребенок сохраняет в процессе обучения *чувство комфорта и уверенности в собственных силах*;

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

- фиксация успеха, достигнутого ребенком, его аргументация создает положительный эмоциональный фон для проведения обучения, способствует возникновению познавательного интереса.

2.6. ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

В соответствии с Законом РФ «Об образовании» родители являются не только равноправными, но и равно ответственными участниками образовательной деятельности.

Цель работы - установление партнерских отношений между педагогами детского сада и семьей.

В задачи взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников могут быть выделены следующие:

- формирование у родителей воспитанников установки на сотрудничество через знакомство их с результатами мониторинга потенциалов развития их детей;
- согласование представлений родителей и педагогов о задачах развития, воспитания и обучения детей в ДООУ и семье в процессе проведения проблемных семинаров;
- постановка специфических проблем педагогического сотрудничества с дифференцированными группами родителей и организация индивидуальных и подгрупповых консультаций;
- обучение родителей и воспитателей функциям сотрудничества через использование традиционных и нетрадиционных методов общения.

Основные направления	Формы взаимодействия с семьями воспитанников
Физическое развитие	1. Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, и родителями. Ознакомление родителей с

	<p>результатами.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование, посещение детей на дому и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка. 3. Формирование банка данных об особенностях развития и медико-педагогических условиях жизни ребёнка в семье с целью разработки индивидуальных программ физкультурно-оздоровительной работы с детьми, направленной на укрепление их здоровья. 4. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в МБДОУ и семье: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Зоны физической активности, ➤ Закаливающие процедуры, ➤ Оздоровительные мероприятия и т.п. 5. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей. 6. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в МБДОУ. 7. Тренинг для родителей по использованию приёмов и методов оздоровления (дыхательная и артикуляционная гимнастика, физические упражнения и т.д.) с целью профилактики заболевания детей. 8. Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма. 9. Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п. 10. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга. 11. Организация консультативного пункта для родителей в МБДОУ для профилактики и коррекции ранних осложнений в состоянии здоровья ребёнка. 12. Подбор и разработка индивидуальных программ (комплексов упражнений) для укрепления свода стопы, профилактики плоскостопия, осанки, зрения и т.д. с целью регулярного выполнения дома и в МБДОУ. 13. Организация «круглых столов» по проблемам оздоровления и физического развития с участием медицинских работников. 14. Организации дискуссий с элементами практикума по вопросам физического развития и воспитания детей. 15. Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в МБДОУ. 16. Определение и использование здоровьесберегающих технологий. 17. Правовое просвещение родителей на основе изучения социокультурного состояния родителей с целью повышения эффективности взаимодействия семьи и МБДОУ, способствующего укреплению семьи, становлению гражданственности воспитанников, повышению имиджа МБДОУ и уважению педагогов.
--	--

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы, утренней гимнастики, физкультурных занятий, спортивных развлечений, игр предназначен совмещенный с музыкальным залом физкультурный зал, имеется оборудование: стандартное и нетрадиционное оборудование, необходимое для ведения физкультурно-оздоровительной работы, мячи, предметы для выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений, гимнастическая стенка, скамейки, мат, магнитофон.

Материально-технические условия ДООУ для реализации рабочей программы

Помещение	Вид деятельности, процесс
Музыкально-физкультурный зал	Утренняя гимнастика
	Образовательная область «Физическое развитие»
	Спортивные праздники, досуги, развлечения
	Родительские собрания и прочие мероприятия для родителей
Медицинский кабинет	Осуществление медицинской помощи
	Профилактические мероприятия.
	Медицинский мониторинг (антропометрия и т.п.)
Методический кабинет	Осуществление методической помощи педагогам.
	Организация консультаций, семинаров, педагогических советов

3.2. ОБЕСПЕЧЕНИЕ МЕТОДИЧЕСКИМИ МАТЕРИАЛАМИ И СРЕДСТВАМИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ.

Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие»

Физическое развитие

Программы, технологии и пособия

- Глазырина Л. Д. Физическая культура – дошкольникам: младший возраст: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Гуманит. Изд. Центр Владос, 2001г.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура – дошкольникам: средний возраст: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Гуманит. Изд. Центр Владос, 2001г.
- Глазырина Л. Д. Физическая культура – дошкольникам: старший возраст: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Гуманит. Изд. Центр Владос, 2001г.
- Бабенко Е. А. Подвижные игры на прогулке. М.: Творческий центр, 2012.
- Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. М.: Мозаика-синтез, 2014.
- Гоголева М.Ю. Логоритмика в детском саду. – Ярославль:

Академия развития, 2006

- Голицына Н. С. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей. – М.: Скрипторий, 2008.
- Голицына Н. С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. – М.: Скрипторий, 2005.
- Зинатулин С.Н. Планирование и конспекты занятий по обучению детей регуляции дыхания. – М.: Айрис – пресс, 2007.
- Ковалько В.И. Азбука физминуток для дошкольников.- М.: ВАКО, 2010.
- Кострыкина Л. Ю., Рыкова О. Г. Малыши, физкульт-привет!. М.: Скрипторий, 2006.
- Кравченко И. В., Долгова Т. Л. Прогулки в детском саду /младшая группа/. М.: Творческий центр «Сфера», 2008.
- Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. — М.: Мозаика-Синтез, 2009.
- Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа.-М.: Мозаика-Синтез, 2009.
- Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2010.
- Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет). М.:Гуманит. Изд. Центр Владос, 2012.
- Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения с детьми 3-5 лет. М.:Гуманит. Изд. Центр Владос, 2013.
- Пензулаева Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет. М.:Гуманит. Изд. Центр Владос, 2013.
- Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду.- М.: Ростов н/Д Феникс, 2010.
- Морунова О. Н. Планы –конспекты с детьми 2-7 лет в ДОУ. Образовательная область «Физическая культура» М.: Метода, 2013.
- Померанцев И.В. Спортивно-развивающие занятия первая младшая группа. – Волгоград, 2008.
- Силюк Н. А. Зимние физкультурные праздники для детей дошкольного возраста. – М, 2013.
- Стрельникова Л. Н. Дыхательная гимнастика для детей. Дошкольное воспитание и развитие, 2013.
- Щетинин М.Н. Стрельниковская дыхательная гимнастика для

детей.- М.: Айрис-пресс, 2008.

- Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье. – М.: ТЦ Сфера, 2010
- Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. – М.: ОЗИИКА-СИНТЕЗ, 2011.

3.3.РЕЖИМ ДНЯ.

БАЗИСНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН НЕПРЕРЫВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА УЧЕБНЫЙ ГОД

Образовательные области	Непрерывная образовательная деятельность	2 младшая группа		средняя группа		старшая логопед. группа		подгот. логоп. группа	
		3-4 лет		4-5 лет		5-6 лет		6-7лет	
	Время НОД	15 мин		20 мин		25 мин		30 мин	
		Количество НОД							
		нед	год	нед.	год	нед	год	нед	год
		Инвариантная часть (обязательная)							
Физическое развитие	Физкультурное в помещении	2	72	2	72	2	72	2	72
	Физкультурное на прогулке	1	36	1	36	1	36	1	36
	Итого	3	108	3	108	3	108	3	108

СЕТКА НЕПРЕРЫВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА УЧЕБНЫЙ ГОД

дни	II младшая группа	Средняя группа	Старшая речевая группа	Подготовительная речевая группа
понедельник		9.30-9.50 физкультура	10.00-10.25 физкультура	
вторник	9.35-9.50 физкультура	Спорт игры (улица)		10.35-11.05 физкультура
среда			Спорт игры (улица)	Спорт игры (улица)
четверг	9.05-9.20 физкультура	9.30-10.00 физкультура		10.40-11.10 физкультура
пятница	Спорт игры (улица)	9.40-10.00 музыка	10.10-10.35 физкультура	9.00-9.30 музыка

МОДЕЛЬ ОРГАНИЗАЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

Виды оздоровительной деятельности	сроки проведения	ответственный
Непрерывная образовательная деятельность музыкально – ритмического характера с акцентом на формирование эмоционально-музыкальной доминанты	2 раза в неделю	
Оздоровительные паузы в свободной деятельности детей		
Физкультурные занятия 3 раза в неделю (1 занятие на свежем воздухе)	Согласно сетке НОД	Инструктор по ФК
Беседы, занятия здоровья и безопасности	В течение года	Инструктор по ФК воспитатели
Проведение физкультминуток на занятиях статистического характера	Ежедневно	Воспитатели групп
Утренняя гимнастика	Ежедневно	Инструктор по ФК,
Гимнастика пробуждения	Ежедневно после сна	Воспитатели
Пальчиковая гимнастика	3-4 раза в день	Воспитатели, специалисты
Оздоровительный бег	Ежедневно во время прогулок с апреля по ноябрь на улице, с декабря по март в помещении	Воспитатели, инструктор по ФК
Физкультурный досуг	1 раз в месяц	Воспитатели, инструктор по ФК
Спортивные семейные праздники	2 раза в год с родителями воспитанников	Инструктор по ФК
Прогулки с включением подвижных, игровых упражнений 2 раза в день для каждой возрастной группы.	Ежедневно	Воспитатели
Закаливающие процедуры	Ежедневно	Воспитатели, медицинская сестра
Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время дневной и вечерней прогулки (12-15 мин)	Воспитатели
Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с род.)	Все группы. В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)	Старшая медицинская сестра
Нетрадиционные формы оздоровления		
Фитонцидотерапия (лук, чеснок) Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания	Ст. медсестра, младшие воспитатели
Музыкотерапия. Все группы.	Использование музыки на занятиях физкультуре и перед сном	Музыкальный руководитель, ст. медсестра, воспитатель группы
Организация вторых завтраков		
Соки натуральные или фрукты. Все группы	Ежедневно	Младшие воспитатели, воспитатели

Режим двигательной активности детей во всех возрастных группах

Режимные моменты	младшая	средняя	старшая	подготов.
Прием детей, самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно 30 – 40 мин.	Ежедневно 30 – 40 мин.	Ежедневно 30 – 40 мин.	Ежедневно 30 – 40 мин.
Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.	Ежедневно 3-5 мин.
НОД по физическому развитию	3 раза в неделю по 15 мин.(45м)	3 раза в неделю по 15 мин.(45м)	3 раза в неделю по 25 мин.(75м)	3 раза в неделю по 30 мин.(90м)
Физкультминутки во время НОД *артикуляционная гимнастика; *пальчиковая гимнастика; *зрительная гимнастика.	3 – 5 мин.	5 – 8 мин.	8 – 10 мин.	8 – 10 мин.
Музыкальные занятия	2 раза в неделю по 15 мин.(30м)	2 раза в неделю по 15 мин.(30м)	2 раза в неделю по 25 мин.(50м)	2 раза в неделю по 30 мин.(60м)
Прогулка с большой физической активностью	40 мин.	1 час(60м)	1 час 30 мин.(90м)	1,5 – 2 часа(120м)
Подвижные игры: - сюжетные; - бессюжетные; - игры-забавы; - соревнования; - эстафеты;	Ежедневно не менее двух игр по 7-8 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 8-10 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 10-12 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 10-12 мин.
Оздоровительные мероприятия: *гимнастика пробуждения *дыхательная гимнастика	8 мин.	10 мин.	10 мин.	10 мин.
Самостоятельная двигательная активность, подвижные и спортивные игры	20 мин.	30 мин.	35 мин.	40 мин.
	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя.			
Физкультурный досуг	1 раз в неделю 15м	1 раз в неделю 20м	1 раз в неделю 25м	1 раз в неделю 30м

День здоровья	1 раз в месяц 15м	1 раз в месяц 20м	1 раз в месяц 25м	1 раз в месяц 30м
Олимпийские игры	-----	-----	1 раз в год 30м	1 раз в год 30м
Итого в неделю:	3ч 33м	4ч 15м	5ч 55м	7ч 05м

3.4. ОСОБЕННОСТИ ТРАДИЦИОННЫХ СОБЫТИЙ, ПРАЗДНИКОВ, МЕРОПРИЯТИЙ

В основе образовательной деятельности ДОУ лежит комплексно-тематическое планирование. Формы подготовки и реализации тем носят интегративный характер.

Примерное комплексно-тематическое планирование недель, дней, праздников, событий, проектов и т.д Младший возраст (3-4 года)

неделя	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1	Эмоции, настроены. Как я провел лето.	Жизнь аквариума. Рыбы.	Профессии Экскурсия в прачечную	Наши любимый город Гр.праздник «Легкие снежинки»		Бытовые приборы. Экскурсия на кухню.	Праздники. Мамин день.	Всемирный день здоровья. Человек	Жизнь птиц весной Подарки весны.
2	Игры и игрушки. Новая игрушка (11)	Лес. Грибы, ягоды.	Предметы вокруг нас: мебель.	Птицы зимой. Изготовление кормушек	Волшебные превращения воды: снег, лед, пар.	Квартира, Дом. Мебель. Предметы вокруг нас	Праздники. Мамин день.	Предметы вокруг нас: Обувь, одежда	Транспорт Экскурсия (по ПДД)
3	Наши детский сад. Знакомство с участком, группой. Сокровищницы	Осень. Деревья и кустарники. Групп. праздник «Семена-носик»	Продукты питания. Хлеб-всему голова.	Жизнь животных зимой.	Предметы вокруг нас: посуда	Подарки зимы	Предметы вокруг нас: Инструменты	Мир цветов. Огород на окне. Помогите зеленым друзьям	Я и моя семья. Вот какие мы большие
4	Урожай: фрукты, овощи Подарки осени (копилка)	Домашние животные и птицы.	День матери. Подарки осени Групп. Праздник «Шишки»	Новый год. Елочные украшения.	Комнатные растения Наш новый зеленый друг	День защитника Отечества Традиция «Наши гости»	Весна: изменения в природе	Жизнь животных весной Гр.праздник «Бумажные кораблики»	Мир насекомых Что подарит лето нам
	Традиция «Наши гости»			Традиция «Наши гости»	Экскурсия в методкабинет (книги)		Праздник воды («Мыльные пузыри»)		

Средний возраст (4-5 лет)

Неделя	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1	Эмоции, настроены	Профессии:	Осень. Деревья	Наши любимый		Посуда. Продукты	Мамин праздник	День здоровья.	Труд людей. День победы

	Как я провел лето	пом.восп-ля, повар, врач и др.	<i>и кустарники.</i> Коллекция: бумага	<i>город</i>		<i>питания</i> Коллекция «Пуговицы»	Самые любимые (2)	Мои заботливые помощники (11)	
2	<i>Игры и игрушки.</i> Знакомство с участком группы (растения, насекомые)	Моя семья	<i>Жизнь животных и птиц осенью.</i> Работа с панно «Лес»	<i>Праздники в нашей жизни.</i> Страна, ее столица, символика	<i>Зоопарк</i>	<i>Домашний труд.</i> <i>Инструменты.</i> <i>Бытовые приборы</i>	<i>Мир цветов.</i> Посадка рассады цветов	<i>Моя улица</i> <i>Транспорт</i>	<i>Весна: изменения в живой и неживой природе</i>
3	<i>Природные материалы</i> : глина, <i>дерево</i>	Аквариллум <i>Рыбы</i>	<i>Урожай.</i> <i>Фрукты.</i> <i>Овощи.</i> Последовательность	<i>Волшебные превращения воды: лед, снег, пар</i>	<i>Птицы зимой.</i> <i>Изготовление кормушек</i>	Зима: <i>изменения в живой и неживой природе</i>	<i>Огород на окне.</i>	<i>Материалы:</i> стекло, <i>бумага</i> День космонавтики	<i>Правила безопасности.</i> <i>Квартира. Дом.</i> <i>Мебель</i>
4	<i>Лес осенью.</i> <i>Грибы,</i> <i>ягоды.</i>	Ткани: коллекция. <i>Одежда.</i> <i>Обувь.</i>	<i>День театра.</i> Как снеговик и правду о весне искажи	<i>Кто как к зиме готовился.</i>	Знак-во с проф. врача(медсестры)	<i>Праздник смелых людей</i>	<i>Жизнь животных и птиц весной.</i>	Мои зеленые друзья. <i>Комнатные растения</i>	<i>Мир насекомых.</i> Что подарит лето нам
5			<i>День матери.</i> Знак-во с профессией повара				<i>Домашние животные и птицы.</i>		<i>Правила безопасного дорожного движения</i>

Старшая речевая группа (5-6 лет)

Неделя	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1	Земной шар на столе. Портреты Земли	<i>Профессии</i> Знаки, символы вокруг нас. Истории о необычных азбуках	<i>Одежда</i> Портрет осени.	<i>Наши любимые города</i>		<i>Человек.</i> Удивительное место на земле (итоговое)	<i>Славные женщины</i> Альбом «Все работы хороши».	<i>Зоопарк.</i> Удивительно о животных(3)	<i>День победы.</i> Любовь к Отечеству. Столица России, символика
2	<i>Рыбы</i>	<i>Хлеб-всему голова.</i> Откуда азбука пошла	<i>Календарь.</i> Как появился календарь	<i>Жизнь на планете.</i> Гиганты прошлого	<i>Наши край родной.</i> День-ночь	Удивительное в камне	<i>Мир цветов.</i> Посадка рассады цветов	<i>Транспорт.</i> Люди мечтают.	<i>Растительный и животный мир весной.</i> Весна.
3	<i>Домашние птицы</i>	<i>Посуда, продукты питания.</i>	<i>Игрушки и игры.</i> Часы Кто и как считает и измеряет время.	Уголок древнего мира	Африка. Тайга. Удивительное место на земле.	Зима. <i>Зимующие птицы.</i>	<i>Ранняя весна.</i> <i>Перелетные птицы.</i>	<i>Овощи.</i> Царство растений	<i>Насекомые.</i> Кто что знает?
4	<i>Осень.</i>	<i>Обувь.</i>	<i>День</i>	<i>Новый</i>	<i>Космос.</i>	<i>Наша</i>	<i>Домашние</i>	<i>Фрукты.</i>	<i>Квартира, дом,</i>

	<i>Деревья, кустарники</i>	<i>Головные уборы.</i>	<i>театра</i>	<i>год. Север. Удивительное место на земле.</i>	Солнечная система	<i>армия. Моя родина - Россия</i>	<i>животные Царство животных</i>	Культурные растения	<i>мебель. Правила безопасности</i>
5		<i>Одежда Портрет осени.</i>	<i>Семья</i>				Дикие животные		<i>Цветы. Дикие растения</i>

Подготовительная речевая группа (6-7 лет)

Неделя	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1	<i>День знаний. Школа. Предметы-помощники и в учебе</i>	<i>Осень. Деревья. Причины-следственные связи Земля-мой дом</i>	<i>Транспорт. Причины-следственные связи (понятие причина)</i>	<i>Наш любимый город Россия. Москва (11)</i>		<i>Дикие животные нашего края. Скажи мне что ты ешь, и я скажу кто ты</i>	<i>Славные женщины Результат деятельности человека (12)</i>	<i>Неделя здоровья Загрязнение окружающей среды (2)</i>	<i>День победы Отношения между людьми (3) Наша родина-Россия</i>
2	<i>Лес. Грибы. Ягоды. Мой отдых летом.</i>	<i>Хлеб-всему голова. Породы питания. Причины-следственные связи (понятие следствие)</i>	<i>Семья. Причины-следственные связи Что и как влияет на живую природу: тепло</i>	<i>Рыбы</i>	<i>Наш край родной. (11)</i>	<i>Зоопарк. Что и как влияет на живую природу: вода (1)</i>	<i>Мир цветов. Посадка рассады цветов</i>	<i>Космос. Космическое путешествие</i>	<i>Насекомые Пищевые цепочки (3)</i>
3	<i>Профессии Детский сад. Деятельность людей</i>	<i>Одежда. Обувь. Головные уборы. Разные профессии</i>	<i>Народные промыслы. История вещей (1)</i>	<i>Квартира. Дом. Мебель.</i>	Солнце. Солнечная система	Чудеса со всего света Материалы	<i>Ранняя весна. Перелетные птицы Взаимосвязи в природе</i>	<i>Жизнь на планете День земли.</i>	<i>Цветы. Растения Что и как влияет на живую природу: свет (12)</i>
4	<i>Овощи. Фрукты. Причинно-следственные связи</i>	<i>Человек. Великие путешественники. Как люди открывали землю</i>	<i>День театра</i>	<i>Зима. Зимующие птицы. Как устроена природа (11)</i>	<i>Дома. Птицы и животные. Зависимость деятельности от природных условий (2)</i>	<i>День защитника отечества Страны-соседи России (12)</i>	<i>Календарь Часы. Время. Праздники в нашей жизни.</i>	<i>Растит и животный мир весной. Как живые спасаются от врагов</i>	<i>Лето. Путешествие без опасностей</i>
5				<i>Новый год</i>			Наше государство РФ. Законы по которым мы живем		

Реализация программы требует от педагогов ДОУ освоения технологии построения традиций, которая сопряжена с регулярным повторением при организации жизнедеятельности детей ряда мероприятий.

Традиции жизни и праздники в образовательной деятельности.

Ежедневным традициям, следующие:

- личная встреча воспитателям ребенка и его родителей с выражением радости по поводу прихода в группу;

- «Общегрупповой ритуал утреннего приветствия» с приходом в группу последнего ребенка воспитатель приветствует всех детей;
- утренний сбор, умственная гимнастика, планирование предстоящего дня;
- «Для всех, для каждого» в течение дня детям регулярно делаются подарки в виде привлекательных картинок, вырезок;
- «Круг хороших воспоминаний» в конце дня дети вместе с воспитателем мысленно возвращаются к прожитым событиям;
- уважение к личной собственности каждого ребенка.

Еженедельные традиции:

- понедельник – «Утро радостных встреч»
- среда – «Сладкий вечер»
- пятница – «Пятничный круг» (по итогам недели), «Клубная жизнь», вечер «Сейчас узнаем».

Ежемесячные традиции:

- «День рождения»,
- «Встреча с интересным человеком».

Традиционными общими праздниками являются:

- сезонные праздники на основе народных традиций и фольклорного материала «Осенний праздник урожая», «Праздник встречи весны»;
- общегражданские праздники «Новый год», «День защитника Отечества», «Международный женский день»

Для детей старшего дошкольного возраста предлагаются тематические развлечения экологической направленности: День земли, Международный день птиц; социальной направленности: Всемирный день улыбки, День спасибо, День защиты детей, День знаний - по выбору педагогов.

Планируются совместные досуговые мероприятия с родителями: спортивные праздник, выставки.

3.5. ОРГАНИЗАЦИЯ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ.

Требования к развивающей предметно-пространственной среде.

1. Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ДОУ, группы, а также территории, прилегающей к ДОУ, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.
2. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.
3. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать:
 - реализацию различных образовательных программ;
 - учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
 - учет возрастных особенностей детей.
4. Развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.
 - 1) **Насыщенность** среды должна соответствовать возрастным возможностям детей и содержанию ООП.

Образовательное пространство должно быть оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем (в соответствии со спецификой Программы).

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) должны обеспечивать:

- ♦ игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);
- ♦ 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.

Для детей младенческого и раннего возраста образовательное пространство должно предоставлять необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

2) **Трансформируемость** пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

3) **Полифункциональность** материалов предполагает:

- ♦ возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм и т.д.;
- ♦ наличие в учреждении или группе полифункциональных (не обладающих жестко закрепленным способом употребления) предметов, в том числе природных материалов, пригодных для использования в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

4) **Вариативность среды** предполагает:

- ♦ наличие в учреждении или группе различных пространств (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;
- ♦ периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

5) **Доступность среды** предполагает:

- ♦ доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность;
- ♦ свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;
- ♦ исправность и сохранность материалов и оборудования.

6) **Безопасность** предметно-пространственной среды предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

ДОУ самостоятельно определяет средства обучения, в том числе технические, соответствующие материалы (в том числе расходные), игровое, спортивное, оздоровительное оборудование, инвентарь, необходимые для реализации Программы.

Оснащение предметно - пространственной среды ДОУ

Вид помещения функциональное использование	Оснащение
Физкультурный зал	• Спортивное оборудование <i>(Приложение)</i>

<ul style="list-style-type: none"> • Физкультурные занятия • Спортивные досуги • Развлечения, праздники • Консультативная работа с родителями и воспитателями 	<ul style="list-style-type: none"> • Музыкальный центр
---	---

Моделирование РППС в группах дошкольного возраста

Двигательная деятельность:

- пособия и оборудование для ОРУ (гимнастические палки, обручи), основных движений (подставки и планки, следочки-ладошки, мешочки для метания и равновесия, тактильные дорожки разных видов), подвижных и спортивных игр, эстафет, конкурсов;
- шведская стенка, детский спортивный комплекс, лесенка-балансир, 4-секционная мишень для метания, мячи, баскетбольная стойка, тоннель-конструктор;
- уличное спортивное оборудование (качалки, самокат, мячи, баскетбольные кольца, кольцобросы, городки);
- балансиры, лёгкие пластиковые кегли, мяч на верёвке, тактильные дорожки и коврики;
- игры на ловкость: «Сбей кеглю», «Попади кольцом на стержень».

Требования к РППС в группах дошкольного возраста:

- Подбор игрушек и оборудования для организации детской деятельности делится по 4 возрастным группам.
- Интеграция образовательных областей не позволяет распределить РППС «в чистом виде», поэтому игрушки и пособия могут доминировать в каком-либо виде деятельности, но при этом органично решать задачи нескольких образовательных областей.
- Действующий СанПиН не делает никаких ограничений относительно костюмов для ряженья, все принадлежности должны быть чистыми, новыми и красивыми.
- Крупное уличное спортивное оборудование может быть размещено как на общей спортивной площадке, так и на групповых.

Моделирование РППС при организации инклюзивной практики в ДОУ

Оборудование для инклюзивного образования подбирается с учётом диагноза и представляется фрагментами РППС для индивидуальных образовательных программ.

- Нарушение слуха — игрушки и предметы со звучащими и сенсорными элементами, музыкальные инструменты, звуковое лото.
- Нарушение зрения — игрушки и пособия в чёрно-белом и контрастном цветовом оформлении, доски с тактильными элементами, звуковое лото, наборы с шершавыми геометрическими фигурами, цифрами и точками, тренажёры для прослеживания глазами подвижного элемента.
- Нарушение речи — карточки по различным лексическим темам, картины для описания, конструкторы, мозаики, шнуровки, перчаточные куклы, пальчиковый театр.
- Нарушение опорно-двигательного аппарата — массажные мячи и массажёры различных форм, размеров и назначения, балансир, педальная каталка и др.
- Умственная отсталость, сложные дефекты — по показаниям специалистов, с учётом рекомендаций индивидуальной образовательной программы.
- Расстройства эмоционально-волевой сферы поведения — оборудование для сенсорной комнаты, наборы для создания портретов с различными эмоциями.