

**СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 6»
ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ № 5
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА А.Д. ВОЛОГИНА
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ОКТЯБРЬСК САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Рабочая программа
инструктора по
физической культуре
на 2018-2019
учебный год**

**Инструктор
по физической культуре:
Тарасова Ю.В.**

1. Содержание

I. Целевой раздел	4
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Нормативно-правовая документация	4
1.4. Цели и задачи реализации программы.....	5
1.5. Принципы и подходы к формированию программы.....	9
1.6. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста....	11
1.7. Целевые ориентиры образовательного процесса.....	12
Содержательный раздел	14
2.1. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группах общеразвивающей направленности для детей дошкольного возраста.....	14
2.1.1. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группах общеразвивающей направленности для детей 3 – 4 лет	14
2.1.2. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группах общеразвивающей направленности для детей 4 – 5 лет	17
2.1.3. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группах общеразвивающей направленности для детей 5 – 6 лет	20
2.1.4. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группах общеразвивающей направленности для детей 6 – 7 лет	24
2.2. Промежуточные планируемые результаты	29
2.3. Формы, способы, методы и средства реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	32
2.4. Профилактическая работа	34
2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы.....	34
2.6. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников.....	36
2.7. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.....	38
III. Организационный раздел.	

3. Обязательная часть.....	40
3.1.1. Описание материально-технического обеспечения Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	40
3.1.2. Режим дня.....	41
3.1.3. Примерный план проведения физкультурных развлечений и праздников на 2018 – 2019 учебный год	56
3.1.4. Особенности предметно-пространственной развивающей образовательной среды.....	56

1.Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в новых федеральных государственных требованиях, где огромное внимание уделяется вопросам здоровьесбережения. Решение этой задачи регламентируется Законом «Об образовании в РФ» от 27 декабря 2012 г. №273, а также указами Президента России "О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ"; "Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ" и другими нормативными документами. Воспитанники проводят в детском саду значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, являясь важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления вызывает серьёзную озабоченность не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей. В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребёнка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

1.2. Нормативно-правовая основа рабочей программы

Нормативно-правовую основу для разработки рабочей программы образовательной области «Физическое развитие» составляют:

1. Образовательная программа дошкольного образовательного учреждения.
2. Закон об образовании 2013 - федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- 3.Приказ МОиН РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 г. №1155
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. №26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"

1.3. Федеральный государственный образовательный стандарт

Согласно ФГОС дошкольного образования образовательная область «Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

-двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленной на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;

-способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;

-становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

1.4. Цель и задачи реализации программы

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

Задачи программы:

- Содействовать приобретению двигательного опыта детей, повышению уровня ежедневной двигательной активности, становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

- Развивать двигательные качества и способности детей: ловкость, быстроту, гибкость, силу, общую выносливость;

- Создавать условия для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений (ходьба, бег, прыжки), овладения подвижными играми с правилами;

- Развивать интерес к спорту, расширять представления детей о некоторых видах спорта;

- Способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Конкретизация задач по возрастам:

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

3-4 года

-Дать простейшие представления о полезной и вредной для здоровья пище; способствовать овладению элементарными знаниями о правилах личной гигиены, важных для здоровья (мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе) о значении сна.

-Мотивировать детей на обучение бережному отношению к своему здоровью, здоровью других детей.

-Поощрять сообщения о самочувствии взрослым, избегать ситуации, приносящих вред здоровью; осознает необходимость лечения.

-Знакомить с физическими упражнениями, укрепляющие разные органы, знает о необходимости закаливания.

-Направлять действия детей на соблюдение навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

4-5 лет

-Развивать умение устанавливать связи между совершаемыми действиями и состоянием организма, самочувствием (одеваться по погоде, регулярно гулять, заниматься зарядкой).

-Расширять представления о полезной и вредной для здоровья пище. 5
-Знакомить с частями тела и органами чувств человека и их функциональным назначением.

-Способствовать формированию потребности в соблюдении режима питания, пониманию важности сна, гигиенических процедур для здоровья.

-Знакомить с составляющими здорового образа жизни.

5-6 лет

-Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье.

-Дать представление о роли и значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня.

-Расширять представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

6-7 лет

Расширять представления о здоровом образе жизни: об особенностях строения и функциями организма человека, о важности соблюдения режима дня, рациональном питании, значении двигательной активности в жизни человека, пользе и видах закаливающих процедур,

-Содействовать в обучении прыжкам в длину с места не менее 70 см.

-Развивать общую выносливость в ходе бега по пересеченной местности в медленном темпе 200–240 м.

5-6 лет

-Содействовать в обучении спрыгиванию на мягкое покрытие (высота 20 см), спрыгивать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку.

-Содействовать в обучении лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.

-Мотивировать на обучение метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.

6-7 лет

- Содействовать в обучении спрыгивать на мягкое покрытие (с высоты до 40см); мягко приземляться; прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100 см); с разбега (180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см) – прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами.

-Содействовать в обучении бросать предметы в цель из разных исходных положений; попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4– 5 м; метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м; метать предметы в движущуюся цель.

-Способствовать проявлению статического и динамического равновесия, координации движений при выполнении сложных упражнений.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

3-4 года

-Содействовать в обучении сохранению равновесия при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы.

-Мотивировать на обучение ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом. -Содействовать в обучении ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.

-Содействовать в обучении катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

4-5 лет

-Способствовать формированию правильной осанки при ходьбе, держась прямо, не опуская головы.

-Закреплять умение уверенно ходить по бревну (скамейке), удерживая равновесие.

-Развивать умение лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами.

-Содействовать в обучении прыжкам в длину с места отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляется.

-Содействовать в обучении ловить мяч руками (многократно ударять им об пол и ловить его).

-Содействовать в обучении бросать предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку. -Развивать чувство ритма (умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет).

5-6 лет

-Способствовать развитию умения ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп.

-Привлекать к выполнению упражнений на статическое и динамическое равновесие.

-Содействовать в обучении перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом.

-Содействовать в обучении кататься на самокате.

-Привлекать к участию в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

6-7 лет

-Способствовать правильному выполнению техники всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья.

-Закреплять умение перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, шеренги после расчёта на первый-второй; соблюдать интервалы во время передвижения.

-Совершенствовать умение выполнять физические упражнения из разных исходных положений чётко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции.

-Способствовать формированию правильной осанки.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

3-4 года

-Привлекать к участию в совместных играх и физических упражнениях.

-Способствовать проявлению интереса к физическим упражнениям, умение пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время.

-Создавать условия для проявления положительных эмоций, активности в самостоятельной и двигательной деятельности.

-Поощрять проявление самостоятельности в использовании спортивного оборудования (санки, лыжи, трехколесный велосипед).

-Поощрять проявление самостоятельности и творчества при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

4-5 лет

-Способствовать проявлению активности и инициативности ребёнка в подвижных играх.

-Содействовать созданию эмоционально-положительного климата при проведении физических упражнений, создавать ситуацию успеха.

-Поощрять самостоятельное и творческое использование физкультурного инвентаря для подвижных игр.

5-6 лет

-Привлекать к участию в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей.

-Способствовать проявлению самостоятельности, творчества, выразительности и грациозности движений.

-Содействовать самостоятельной организации знакомых подвижных игр.

-Стимулировать проявление интереса к разным видам спорта.

6-7 лет

-Привлекать к участию в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис).

-Содействовать самостоятельной организации знакомых подвижных игр, поощрять придумывание собственных игр.

-Поддерживать проявление интереса к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

-Поощрять проявление интереса к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол).

1.5. Принципы и подходы к формированию 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 физкультурной – 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 чередовании 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:

ФГОС дошкольного образования продолжает линию деятельностного, индивидуального, дифференцированного и других подходов, направленных на повышение результативности и качества дошкольного образования. Поэтому подходами к формированию программы являются:

Подходы	
<p>Личностно-ориентированный подход</p>	<p>Демонстрирует специфику формирования образа себя и мира, самооценки и уровня притязаний ребенка дошкольного возраста на основе учета индивидуальных особенностей детей и социальной ситуации их развития в младенческом, раннем и дошкольном детстве.</p> <p>- предусматривает организацию образовательного процесса с учетом того, что развитие личности ребенка является главным критерием его эффективности. Механизм реализации личностно-ориентированного подхода – создание условий для развития личности на основе изучения ее задатков, способностей, интересов, склонностей с учетом признания уникальности личности, ее интеллектуальной и нравственной свободы, права на уважение. Личностно-ориентированный подход концентрирует внимание педагога на целостности личности ребенка и учет его индивидуальных особенностей и способностей. «Реализация личностного подхода к воспитательному процессу предполагает соблюдение следующих условий:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ в центре воспитательного процесса находится личность воспитанника, т.е. воспитательный процесс является антропоцентрическим по целям, содержанию и формам организации; ✓ организация воспитательного процесса основывается на субъект-субъектном взаимоотношении его участников, подразумевающим равноправное сотрудничество и взаимопонимание педагога и воспитанников на основе диалогового общения; ✓ воспитательный процесс подразумевает сотрудничество и самих воспитанников в решении воспитательных задач; ✓ воспитательный процесс обеспечивает каждой личности возможность индивидуально воспринимать мир, творчески его преобразовывать, широко использовать субъектный опыт в интерпретации и оценке фактов, явлений, событий окружающей действительности на основе личностно значимых ценностей и внутренних установок; ✓ задача педагога заключается в фасилитации, т.е. «стимулировании, поддержке, активизации внутренних резервов развития личности» (В.А. Славенгин).

Деятельностный подход	Осуществляется в процессе организации различных видов детской деятельности: игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, изобразительной, музыкальной, восприятия художественной литературы и фольклора, двигательной, конструирования. Организованная образовательная деятельность (непосредственно образовательная) строится как процесс организации различных видов деятельности.
Культурно-исторический подход	Позволяет рассматривать детство как особую субкультуру, кроме того, давать характеристику способам взаимодействия и формирования взаимоотношений детей и взрослых в процессе передачи культурных ценностей и формирования установок деятельности и поведения, базиса личностной культуры.
Индивидуальный подход	Учет индивидуальных особенностей детей группы в образовательном процессе.
Дифференцированный подход	В образовательном процессе предусмотрена возможность объединения детей по особенностям развития, по интересам, по выбору.

1.6. Возрастные особенности детей дошкольного возраста (от 3 до 7 лет)

Дошкольный возраст наиболее благоприятен для приобретения жизненно важных знаний, умений и навыков. Именно в это время накладываются основы будущего здоровья, работоспособности человека, его психическое здоровье.

Дошкольный возраст (3 – 7 лет) характеризуется значительной динамикой показателей, которыми характеризуется физическое и двигательное развитие ребёнка. Быстрыми темпами идёт рост скелета и мышечной массы. Особенности психики детей этого возраста обуславливают целесообразность коротких по времени, но часто повторяющихся занятий разнообразного, преимущественно игрового содержания. Недопустимы перегрузки организма, связанные с силовым напряжением и общим утомлением. В то же время необходимо отметить, что развитие выраженного утомления у ребёнка маловероятно, т.е. он не в состоянии противодействовать развивающемуся чувству усталости и прекращает тренировку.

В младшем дошкольном возрасте (3–4 года) создаются условия для освоения ребёнком многих видов простейших движений, действий и закаливающих процедур.

В 5– 6 лет (старший дошкольный возраст) идёт освоение новых видов физических упражнений, повышаем уровень физических способностей, стимулируем участие в коллективных играх и соревнованиях со сверстниками. Закаливание становится привычным элементом режима дня. Следует учитывать, что в дошкольном возрасте для высшей нервной деятельности ещё характерна неустойчивость основных нервных процессов. Поэтому не следует рассчитывать на прочное освоение ребёнком этого возраста сложных двигательных умений и действий. Однако, следует уделять особое внимание освоению и совершенствованию новых видов движений – пальцев рук и кисти, ловкости. Ловкость развивается при перемещениях со сменой направления ходьбы и бега, в упражнениях с предметами, особенно с мячом, игре с кубиками и пластилином. Следует учесть, что 5-й год жизни является критическим

для многих параметров физического здоровья ребёнка. В этот период отмечается ослабление некоторых звеньев мышечной системы и суставных связок. Следствием этого могут быть нарушения осанки, плоскостопие, искривление нижних конечностей, уплощение грудной клетки или её деформация, выпуклый и отвислый живот. Всё это затрудняет дыхание. Правильно организованная физическая активность детей, регулярные и правильно построенные занятия физическими упражнениями способны предотвратить развитие этих нарушений. На 6-м году жизни всё большее внимание следует уделять на фоне равностороннего физического совершенствования специальному развитию отдельных физических качеств и способностей. Главная задача в этот период – заложить прочный фундамент для интенсификации физического воспитания в последующие годы. Отличие этого периода от предыдущего заключается в усилении акцента на развитие физических качеств – преимущественно выносливости и быстроты. Однако это не является самоцелью. Задача таких занятий состоит, прежде всего, в подготовке организма ребёнка, управлении движениями и их энергетическим обеспечением, а также в подготовке психики к предстоящему в недалёком будущем значительному повышению умственных и физических нагрузок в связи с началом обучения в школе. Что касается силовых качеств, то речь лишь идёт о воспитании способности проявлять незначительные по величине напряжения в течении достаточно длительного времени и точно дозировать мышечные усилия. Не следует предлагать ребёнку упражнения с отягощениями, за исключением метаний. В то же время масса метаемых снарядов не должна превышать 100 – 150 г. Общий физический потенциал 6-летнего ребёнка возрастает настолько, что в программу занятий можно включать упражнения на выносливость; пробежки трусцой по 5 – 7 минут, длительные прогулки, ходьбу на лыжах, катание на велосипеде. Общее время составляет 30 – 35 минут. К моменту поступления в школу ребёнок должен обладать определённым уровнем развития двигательных качеств и навыков, которые являются соматической основой «школьной зрелости», поскольку они базируются на определённом фундаменте физиологических резервов функций. Показатели физической подготовленности, по сути, являются показателями «физической зрелости» для поступления детей в школу.

1.7. Целевые ориентиры образовательного процесса

В соответствии с ФГОС дошкольного образования к целевым ориентирам образовательной области «Физическое развитие» относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка: Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования: -ребёнок 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; 13 - ребёнок обладает развитым

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

Оценочные материалы

Образовательная область	Наименование методики (методов диагностики)	Авторы
Социально-коммуникативное развитие Познавательное развитие Художественно-эстетическое развитие Физическое развитие	Педагогическая диагностика индивидуального развития детей 3-7 лет.	Ю.В.Карпова. М.Вента-Граф, 2014

II. Содержательный раздел

2.1. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группах общеразвивающей направленности для детей дошкольного возраста

2.1.1. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для 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 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.
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.
2. Воспитание интереса к физическим упражнениям, желания пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время;
3. Формирование у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности;
4. 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;
5. Развитие умения реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и другие; выполнять правила в подвижных играх;
6. 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 тонкой 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 (поочерёдно через каждую); через предметы (высота 5 см); в длину с места через две линии 19 (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, врассыпную; 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. Подъём 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.

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».

2.1.2. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для 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, перелезать через предметы. Развитие умения перелезать 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), враспынную. 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 поочередно) Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50 см. Прыжки через 2-3 предмета (поочередно 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 23 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, поочередно), 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); перекаладывание 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; поочередно выставление ноги вперёд на пятку, на носок; притопы; полуприседания (4-5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперёд, в стороны. Поочередное поднимание ног, согнутых в коленях. Ходьба по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захват и перекаладывание 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.

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».

2.1.3. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для 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 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 26 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, врассыпную, 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.

3. **Общеразвивающие упражнения**

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

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднятие рук вверх и опускание вниз, стоя у стены и касаясь её затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднятие 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.

Катание на велосипеде и самокате. Самостоятельное катание на двух колёсном 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 полу кона (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**

С бегом. «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.

2.1.4. Задачи и содержание работы по физическому развитию в группе общеразвивающей направленности для детей 6 - 7 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 (добиваясь естественности, лёгкости, точности, выразительности их выполнения).

- Закрепление умения сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину. -Упражнения в лазании 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 (бедро), 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 колено, 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 «первыйвторой» 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; поочередное 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). Поочередное поднимание ноги, согнутой в колене; поочередное 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; поочередное 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 разноимённой); свободное размахивание ног 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.

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 насадка».

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. Промежуточные планируемые результаты

3 – 4 года:

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- имеет простейшее представление о полезной и вредной для здоровья пище;
- владеет элементарными знаниями о правилах личной гигиены, важных для здоровья (мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе) о значении сна;
- умеет бережно относиться к своему здоровью, здоровью других детей;
- умеет сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуации, приносящих вред здоровью; осознает необходимость лечения;
- знает физические упражнения, укрепляющие разные органы, знает о необходимости закаливания;
- соблюдает навыки гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;
- проявляет ловкость в челночном беге;
- умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;
- может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;
- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление;
- может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2–3 раза

подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- принимает участие в совместных играх и физических упражнениях;
- проявляет интерес к физическим упражнениям, умеет пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время;
 - проявляет положительные эмоции, активность в самостоятельной и двигательной деятельности;
- проявляет самостоятельность в использовании спортивного оборудования (санки, трёхколёсный велосипед);
- проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

4 – 5 лет:

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- знает, что надо одеваться по погоде, регулярно гулять, заниматься зарядкой;
- имеет представление о полезной и вредной для здоровья пище;
- знает части тела и органы чувств человека и их функциональное назначение;
 - сформирована потребность в соблюдении режима питания, знает важность сна, гигиенических процедур для здоровья;
- умеет устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствия;
- имеет представление о составляющих здорового образа жизни.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- прыгает в длину с места не менее 70 см;
- может пробежать по пересечённой местности в медленном темпе 200–240 м;

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- ходит свободно, держась прямо, не опуская головы;
- уверенно ходит по бревну (скамейке), удерживая равновесие;
- умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами;
- в прыжках в длину с места отталкивается двумя ногами и мягко приземляется, подпрыгивает на одной ноге;
- ловит мяч руками, многократно ударяет им об пол и ловит его;
- бросает предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку;
- чувствует ритм, умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счёт.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- активен, с интересом участвует в подвижных играх;

- инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях;
- умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь для подвижных игр.

5 – 6 лет:

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье;
- знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня;
- имеет представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека;
- имеет представление о правилах ухода за больным.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку;
- умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;
- умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;
- выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие;
- умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом;
- умеет кататься на самокате;
- участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей;
- проявляет самостоятельность, творчество, выразительность и грациозность движений;
- умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры;
- проявляет интерес к разным видам спорта.

6 – 7 лет:

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: имеет сформированные представления о здоровом образе жизни; об особенностях строения и функциями организма человека, о важности соблюдения режима дня, рациональном питании, значении двигательной активности в жизни человека, пользе и видах закалывающих процедур, роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- может прыгать на мягкое покрытие (с высоты до 40см);
- мягко приземляться;
- прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100 см); – с разбега (180 см); 38 – в высоту с разбега (не менее 50 см)
- прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;
- может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг);
- бросать предметы в цель из разных исходных положений;
- попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м;
- метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м;
- метать предметы в движущуюся цель;
- проявляет статическое и динамическое равновесие, координацию движений при выполнении сложных упражнений.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- выполняет правильно технику всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья;
- умеет перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, шеренги после расчёта на первый-второй;
- соблюдать интервалы во время передвижения;
- выполняет физические упражнения из разных исходных положений чётко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;
- следит за правильной осанкой.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис):
- умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры;
- проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;
- проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол).

2.3. Формы, способы, методы и средства реализации программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.

Кроме принципов, выделяются 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 и 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.

Полноценное решение задач физического воспитания детей достигается только при комплексном применении всех средств и методов, а также - форм организации

физкультурно- оздоровительной работы с детьми. Такими организованными формами работы являются:

- разные виды занятий по физической культуре;
- физкультурно- оздоровительная работа в режиме дня;
- активный отдых (физкультурный досуг, физкультурные праздники, Дни здоровья)
- самостоятельная двигательная деятельность детей;
- занятия в семье.

Таким образом, рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре, утренней гимнастики, подвижных игр и физических упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха создаёт определённый двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей.

2.4. Профилактическая работа

Основная цель — совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительнопространственной координации. Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и профилактические 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 профилактические задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование, в процессе двигательной деятельности, различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребёнка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся 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.

2.5. Способы и направления поддержки детской инициативы.

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

Детская инициатива проявляется в свободной деятельности детей по выбору и интересам. Возможность играть, рисовать, конструировать, сочинять и прочее, в соответствии с собственными интересами.

Образовательная область	Формы поддержки детской инициативы		Приемы, средства, технологии поддержки детской инициативы	
	Совместная образовательная деятельность	Самостоятельная деятельность детей	Совместная образовательная деятельность	Самостоятельная деятельность детей
Физическое развитие	Групповой сбор, проекты, возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения.	Создание условий для самостоятельной двигательной активности	Здоровьесберегающие технологии, игровые технологии	Нестандартное и спортивное оборудование, модули, инвентарь, атрибуты к подвижным играм, технические средства обучения.

Формы и методы педагогического руководства по поддержке детской инициативы по возрастам

Младший дошкольный возраст	Средний дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
<p>- Поощрение познавательной активности каждого ребенка, развитие стремления к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов;</p> <p>- проявление внимание к вопросам детей, создание ситуаций самостоятельного поиска решения возникающих проблем.</p> <p>- Воспитатель - пример доброго отношения к окружающим: как утешить, угостить, обрадовать, помочь; поддержка стремления к положительным поступкам, создание условий для участия детей в разнообразных делах: в играх, двигательных</p>	<p>Показ способов освоения детьми системы разнообразных обследовательских действий, приемов простейшего анализа, сравнения, умения наблюдать; насыщение жизни детей проблемными практическими и познавательными ситуациями для самостоятельного применения ребенком освоенных приемов;</p> <p>Проявление доброжелательного, заинтересованного отношения воспитателя к детским вопросам и проблемам, готовность «на равных»;</p> <p>Создание разных центров активности (игры, театрализации, искусства,</p>	<p>Создание мотивов для эмоционального прочувствования своего нового положение в детском саду: «Мы заботимся о малышах», «Мы - помощники воспитателя», «Мы хотим узнать новое о мире и многому научиться», «Мы готовимся к школе»; обеспечение условий для развития детской самостоятельности, инициативы, творчества; создание ситуаций, побуждающих детей активно применять свои знания и умения, постановка все более сложных задач, развивающих волю, желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца, искать новые творческие решения. Выполнение следующих правил:</p>

<p>упражнениях, в действиях по обследованию свойств и качеств предметов и их использованию, в рисовании, лепке, речевом общении, в творчестве (имитации, подражание образам животных, танцевальные импровизации и т. п.).</p>	<p>науки, строительства, математики, двигательной деятельности и др.); в свободной детской деятельности создание различных ситуаций, побуждающих детей проявить инициативу, активность, совместно найти правильное решение проблемы; создание ситуаций, в которых дошкольники приобретают опыт дружеского общения, внимания к окружающим эмоциональную отзывчивость детей, направляет ее на сочувствие сверстникам, элементарную взаимопомощь; создание условий для возможности выбора игры; в режимных процессах создание развивающих проблемно-игровых, практических ситуаций, побуждающих дошкольников применить имеющийся опыт, проявить инициативу, активность для самостоятельного решения возникшей задачи</p>	<p>не спешить на помощь ребенку при первых же затруднениях; побуждать его к самостоятельному решению; если же без помощи не обойтись, вначале эта помощь должна быть минимальной: лучше дать совет, задать наводящие вопросы активизировать имеющийся у ребенка прошлый опыт; предоставление возможности сам. решения поставленных задач, нацеливание на поиск нескольких вариантов решения одной задачи, показывать детям рост их достижений, вызывать у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий; поддержка в детях ощущение своего взросления, вселение уверенность в своих силах; использование средств, помогающих дошкольникам планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты;</p>
---	---	---

2.6. Взаимодействие инструктора по физической культуре с родителями.

Работа с родителями организуется в нескольких направлениях:

- 1) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей
- 2) оказание помощи родителям (законным представителям) в воспитании детей, охране и укреплении их физического и психического здоровья, в развитии индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушений их развития
- 3) создание условий для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности
- 4) взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребёнка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьёй на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи
- 5) создание возможностей для обсуждения с родителями (законными представителями) детей вопросов, связанных с реализацией Программы.

Формы взаимодействия с семьями воспитанников при реализации образовательной области «Физическое развитие»

1. Беседы — индивидуальные и групповые — в основном носят индивидуальный характер. Беседы лаконичны, значимы для родителей, побуждают собеседника к высказыванию. Обсуждаются характерные особенности ребёнка, возможные формы организации совместной деятельности дома, на улице, а так же рекомендуется литература по развитию движения у детей.

Открытые физкультурные занятия для родителей — дают возможность наглядно продемонстрировать состояние физического развития детей и их физическую подготовленность. Родители знакомятся с большим перечнем доступных упражнений и подвижных игр, способствующих развитию у детей двигательных навыков. Осваивают методы обучения упражнениям, чтобы в результате повторений закрепить приобретенные навыки.

3. Дни открытых дверей в спортивном зале — помогают детям совместно с родителями удовлетворить потребность в двигательной активности по своему выбору, отдавая предпочтения своим любимым упражнениям, а родителям узнать предпочтения своего ребёнка в выборе вида движения и уровне его освоения, а так же получить положительные эмоции при совместной двигательной активности.

4. Физкультурные праздники и развлечения — способствуют приобщению детей и родителей к физической культуре и спорту, совершенствованию движений, воспитывают у детей дисциплинированность, ответственность, дружбу. А также совместная двигательная деятельность способствует созданию положительных эмоций, бодрого настроения, что является важным условием активного отдыха.

5. Консультации. Целью консультаций является усвоение родителями определённых знаний, умений, помощь им в разрешении проблемных вопросов.

6. Разработка и оформление стендовой информации — позволяет познакомить родителей с задачами физического воспитания, с вопросами, касающимися здорового образа жизни, правильного питания, организации режима, закаливания, подбора физкультурного инвентаря и др.

7. Родительские собрания — позволяют наладить более близкий контакт с семьёй воспитанников, обсудить интересующие вопросы, обменяться мнениями в том или ином направлении работы дошкольного учреждения, наметить дальнейшие планы.

8. Анкетирование — необходимо для выявления значимости отдельных факторов, предусматривающие получение разнообразных данных, сведений и характеристик. Они позволяют изучить культуру здоровья семьи, выявить индивидуальные особенности детей для построения дальнейшей работы с ними и внедрения эффективных программ физкультурно-оздоровительной направленности в семью.

Детский сад сегодня должен находиться в режиме развития, а не функционирования, представлять собой мобильную систему, быстро реагировать на изменения социального состава родителей, на их образовательные потребности и воспитательные запросы. В зависимости от этого должны меняться и формы работы детского сада с семьёй.

9. Одной из новых форм вовлечения родителей в образовательный процесс является проектная деятельность. Разработка и реализация совместных с родителями проектов позволила заинтересовать родителей перспективами нового направления развития детей и вовлечь их в жизнь нашего ДООУ. Результат данной деятельности участие родителей в образовательном процессе и заинтересованность в формировании предметно – пространственной среды.

10. Для родителей, которые всегда спешат, предоставляем информацию в форме экспресс - листовок. Листовки разнообразны по содержанию, такие как: «игры с мячом», « поиграем всей семьей», где родители смогут узнать, какие движения можно разучить с ребенком, о правилах той или иной игры. Также мною разработаны листовки пользующиеся спросом среди родителей оздоровительного характера на темы: «В семейную копилку», «Здоровье всему голова».

11. Фотовыставки. Родители видят достижения всех воспитанников детского сада, узнают новости о спортивных достижениях своих детей.

12. Родители вместе с детьми принимают участие в работе «мастерских» по изготовлению нетрадиционного оборудования для физкультурно-оздоровительной деятельности. Использование нетрадиционного оборудования благоприятно влияет на формирование всех систем и функций организма, удовлетворяет потребности ребенка в движении, вызывает большой восторг и бережное отношение к оборудованию, желание использовать его как можно чаще.

13. Составление альбомов «Наша спортивная семья». Данная форма работы способствует повышению интереса детей к физической культуре и спорту, к выполнению физических упражнений, к утренней зарядке. А так же, детям предлагается прокомментировать фотографии, рассказать о спортивных увлечениях и достижениях своих близких.

14. Школа здоровья «Румяные щечки». Одна из наиболее продуктивных форм приобщения семей к здоровому образу жизни и физической культуре. К ним относятся туристические прогулки, походы - в разное время года за пределы детского сада (на водоём, на лесную поляну, в берёзовую рощу), посещение спортивных зрелищ на стадионах города, чтение соответствующей литературы, личный пример.

15. Совместные акции, например «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу!», которые формируют у детей и взрослых позицию признания ценности здоровья, чувство ответственности за сохранение и укреплении своего здоровья.

16. Нетрадиционная форма обратной связи с родителями «Почтовый ящик», в который они могут положить записки со своими отзывами, предложениями, идеями, вопросами к администрации детского сада и специалистам.

2.7. Описание вариативных форм, способов методов и средства реализации Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Современное общество предъявляет новые требования к системе образования подрастающего поколения и, в том числе, к первой ее ступени – системе дошкольного образования. Очередная насущная задача – введение вариативных

организационных форм дошкольного образования. Целью вариативных форм дошкольного образования является реализация права каждого ребенка на качественное и доступное образование.

Опыт работы детского сада по организации различных вариативных форм дошкольного образования

Одна из задач СП «Детский сад № 6» ГБОУ ООШ № 5 – взаимодействие с семьями воспитанников, построение партнерских взаимоотношений в системе «педагог – ребенок – родитель». В 2012 году в детском саду создан родительский клуб «Вместе с мамой, вместе с папой». Цель клуба – сплочение педагогического коллектива ДОО, детей и родителей, формирование команды единомышленников; повышение эффективности психолого-педагогического сопровождения семей.

Ожидаемые результаты от введения вариативных форм образования

- расширение педагогических знаний и умений родителей и корректировка трудностей семейных взаимоотношений, воспитание здорового развитого ребенка, которого любят, о котором заботятся;
- современные технологии и модели инновационной образовательной инфраструктуры обеспечат полноценное личностное развитие ребенка, оптимизируют преемственность дошкольного и начального общего образования.

Виды деятельности	Формы организации	Способы и методы	Средства
Двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка.	Гимнастика: -основные движения(ходьба, бег, метание, прыжки, лазанье, равновесие) -строевые упражнения -танцевальные упражнения - с элементами спортивных игр (летние и зимние виды спорта) Совместная организованная образовательная деятельность (ООД), Подвижные, п/игры с правилами, спортивные эстафеты, спортивные игры, досуги, развлечения, спортивные праздники, физминутки, праздники развлечения, Дни здоровья и др.	Словесные (рассказ беседа), наглядные, практические, репродуктивный, активные методы, проблемное изложение	Спортивный инвентарь Игровые пособия Макеты Раздаточный материал Нестандартное спортивное оборудование ТСО

1. Организационный раздел

3.1. Обязательная часть

3.1.1. Описание материально-технического обеспечения Программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

№ п/п	Образовательные области	Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта с перечнем основного оборудования
5	Физическое развитие	Физкультурный зал, групповые комнаты, прогулочные участки, спортивная площадка (Спортивное и нестандартное оборудование, крупные модули, спортивный инвентарь, атрибуты к подвижным играм, технические средства обучения). Медицинский кабинет (Медицинское оборудование, инструментарий, кварц-система, весы, ростомер).

Средства обучения и воспитания

№ п/п	Наименование	Количество
1	Пианино	1
2	Интерактивная доска	1
3	Видеопроектор	1
4	Музыкальный центр	2
5	Ноутбук	1

Физкультурное оборудование

1	Валики для перелезания	4
2	Обруч для пролезания	4
3	Дуга-воротца для подлезания	12
4	Мячи разных размеров	28
5	Кегли (набор)	6
6	Скакалки	15
7	Обручи	15
8	Мешочки с песком	15
9	Гимнастические палки	15
10	Гимнастическая скамейка	8

Оздоровительное оборудование

1	Очистители-ионизаторы воздуха	7
---	-------------------------------	---

Методические материалы

№ п/п	Наименование	Количество
1	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду. Средняя группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015	1
2	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду. Подготовительная к	1

	школе группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015	
3	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009	1
4	Л.И. Пензулаева Физическая культура в детском саду. Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009	1
5	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3- 7лет. 2014г.	1
6	Кенеман А. В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. – М., 1981	1
7	Разумовская О.К. Знай и умей. Игры для детей 3-7лет. Методическое пособие.2014г	1
8	Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7лет. 2015г.	1

3.1.2. Режим пребывания детей в СП «Детский сад № 6»

ГБОУ ООШ № 5 г.о. Октябрьск

на теплый период года

вторая младшая группа

Режимные процессы

Утренний приём детей на участке, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, гигиенические процедуры, индивидуальная работа)	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика на участке	8.00 - 8.06
Игры (самостоятельная деятельность детей)	8.06 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
(образовательная деятельность в режимных моментах)	
Непосредственная образовательная деятельность	9.00 - 9.15
Подготовка к прогулке, прогулка	9.15 – 11.40
(образовательная деятельность в режимных моментах, игры, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	
Возращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.40 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 13.00
(образовательная деятельность в режимных моментах)	
Подготовка ко сну. Дневной сон	13.00 – 15.15
Подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна	15.15 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00
(образовательная деятельность в режимных моментах)	
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа по физическому развитию)	16.00 - 18.30

Подготовка к ужину, ужин 18.30 - 19.00

(образовательная деятельность в режимных моментах)

младше- средняя группа

Режимные процессы

Утренний приём детей на участке, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, гигиенические процедуры, индивидуальная работа)	7.00 - 8.10
Утренняя гимнастика на участке	8.10 - 8.18
Самостоятельная деятельность	8.18 – 8.30
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.30 – 9.00
Непосредственная образовательная деятельность	9.00 - 9.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	09.20 -11.45
Возращение с прогулки. Самостоятельная деятельность	
Подготовка к обеду. Обед.	11.45 – 12.00
	12.00 – 13.00
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. Дневной сон	13.00 – 15.10
Подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна.	15.10 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа по физическому развитию)	16.00 - 18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30 - 19.00

Средне-старшая группа

Режимные процессы

Утренний приём детей на участке, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, гигиенические процедуры, индивидуальная работа)	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика на участке	8.20 - 8.28
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.30 – 9.00
Непосредственная образовательная деятельность	9.00 - 9.25
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	09.30 -11.45
Возращение с прогулки. Самостоятельная деятельность	11.45 – 12.00
Подготовка к обеду. Обед.	12.00 – 13.00
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. Дневной сон	13.00 – 15.10
Подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна.	
Подготовка к полднику, полдник	15.10 - 15.30
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа по	15.30 - 16.00
	16.00 - 18.30

физическому развитию)
Подготовка к ужину, ужин

18.30 - 19.00

Старше-подготовительная группа

Режимные процессы

Прием и осмотр детей на участке, ОД в режимные моменты (игры, гигиенические процедуры, индивидуальная работа по физическому развитию)	7.00 - 8.00
Самостоятельная деятельность детей	8.00 – 8.20
Утренняя гимнастика на участке	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 9.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность).	9.30 – 11.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 13.00
Подготовка ко сну. Дневной сон.	13.00 - 15.00
Подъем, водные, воздушные процедуры, гимнастика после сна,	15.00-15.30
Самостоятельная деятельность	
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа по физическому развитию)	16.00 – 18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30 - 19.00

Холодный период года

Старше-подготовительная группа

Прием и осмотр детей, ОД в режимные моменты (игры, гигиенические процедуры, индивидуальная работа по физическому развитию)	7.00 - 8.00
Самостоятельная деятельность детей	8.00 – 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Непосредственно образовательная деятельность	9.00 – 9.30
	9.40 – 10.10
Игры, Самостоятельная деятельность	10.10 – 10.30
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, самостоятельная деятельность).	10.30 - 11.50

Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 13.00
Подготовка ко сну. Дневной сон	13.00 - 15.20
Подъем, водные, воздушные процедуры, гимнастика после сна	15.20 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 – 16.00
Непосредственно образовательная деятельность.	16.00 – 16.30
Самостоятельная деятельность детей, игры	16.30 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа по физическому развитию)	17.00 – 18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30 - 19.00

Младше-средняя группа

Режимные процессы

Утренний приём детей, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, гигиенические процедуры, индивидуальная работа)	7.00 - 8.10
Утренняя гимнастика	8.10 - 8.18
Самостоятельная деятельность	8.18 – 8.30
Непосредственная образовательная деятельность	9.00 - 9.20
	9.30 – 9.50
Игры, самостоятельная деятельность	9.50 – 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	10.15 -11.50
Возращение с прогулки. Самостоятельная деятельность	11.50 – 12.00
	12.00 – 13.00
Подготовка к обеду. Обед.	
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну. Дневной сон	13.00 – 15.10
Подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна	15.10 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00
Самостоятельная деятельность детей, игры/развлечения по средам	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа по физическому развитию)	17.00 - 18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30 - 9.00

Средне-старшая группа

Режимные процессы

Утренний приём детей, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, гигиенические процедуры, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность детей)	7.00 - 8.20
Утренняя гимнастика	8.20 - 8.28
Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.30 – 9.00
Непосредственная образовательная деятельность	9.00 - 9.25
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, индивидуальная работа, самостоятельная деятельность)	09.30 -11.45
Возвращение с прогулки. Самостоятельная деятельность	11.45 – 12.00 12.00 – 13.00
Подготовка к обеду. Обед.	
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну.	13.00 – 15.10
Дневной сон	15.10 - 15.30
Подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна.	15.30 - 16.00
Подготовка к полднику, полдник	16.00 - 18.30
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа по физическому развитию)	
Подготовка к ужину, ужин	18.30 - 19.00

вторая младшая группа

Режимные процессы

Утренний приём детей, образовательная деятельность в режимных моментах (игры, гигиенические процедуры, индивидуальная работа)	7.00 - 8.00
Утренняя гимнастика	8.00 - 8.06
Игры (самостоятельная деятельность детей)	8.06 – 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак (образовательная деятельность в режимных моментах)	8.30 - 9.00
Непосредственная образовательная деятельность	9.00 - 9.15 9.30 – 9.45
Игры, самостоятельная деятельность	9.45 – 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка (образовательная деятельность в режимных моментах, игры, наблюдения, индивидуальная работа,	10.15 - 11.50

самостоятельная деятельность)	
Возращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.50 – 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 13.00
(образовательная деятельность в режимных моментах)	
Гигиенические процедуры, подготовка ко сну	13.00 – 15.20
Дневной сон	
Подъем, воздушные процедуры, гимнастика после сна	15.20 - 15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30 - 16.00
(образовательная деятельность в режимных моментах)	
Игры, досуг, самостоятельная деятельность	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка (наблюдения, игры, самостоятельная деятельность, индивидуальная работа по физическому развитию)	17.00 - 18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30 - 19.00
(образовательная деятельность в режимных моментах)	

Учебный план Пояснительная записка

Учебный план СП «Детский сад № 6» ГБОУ ООШ № 5 г.о. Октябрьск на 2017 – 2018 учебный год разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Основной общеобразовательной программой дошкольного образования;
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений», от 13.05.2013г.;
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2007 № 03-1213 «О методических рекомендациях по отнесению дошкольных образовательных учреждений к определенному виду»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования».
- Письмом «Комментарии к ФГОС дошкольного образования» Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.02.2014 г. № 08-249

Учебный план СП ГБОУ ООШ № 5 г.о. Октябрьск «Детский сад № 6» на 2018 – 2019 учебный год является нормативным актом, устанавливающим перечень образовательных областей и объем учебного времени, отводимого на проведение непосредственно образовательной деятельности.

Учебный год начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая. Детский сад работает в режиме пятидневной рабочей недели.

В 2018-2019 г. в СП «Детский сад № 6» ГБОУ ООШ № 5 г.о. Октябрьск функционирует 6 общеобразовательных групп, укомплектованных в соответствии с возрастными нормами:

- Группа раннего возраста № 1, № 2(1-3 года)
- Вторая младшая группа (3-4 года)
- Младше-средняя группа (3-5 лет)
- Средне-старшая группа (4-6 лет)
- Старше-подготовительная группа (5-7 лет)

Коллектив СП «Детский сад № 6» ГБОУ ООШ № 5 г.о. Октябрьск работает по основной общеобразовательной программе дошкольного образования, разработанной учреждением. Методическое обеспечение основной программы соответствует перечню методических изданий, рекомендованных Министерством образования РФ по разделу «Дошкольное воспитание».

Учебный план СП «Детский сад № 6» ГБОУ ООШ № 5 г.о. Октябрьск соответствует Уставу ГБОУ ООШ № 5 г.о. Октябрьск, общеобразовательной и парциальным программам, обеспечивая выполнение «Временных (примерных) требований к содержанию и методам воспитания и обучения, реализуемых в Учреждении», гарантирует ребенку получение комплекса образовательных услуг.

В соответствии с требованиями основной общеобразовательной программы дошкольного образования в инвариантной части Плана определено время на образовательную деятельность, отведенное на реализацию образовательных областей.

В инвариантную часть плана включено направление познавательного развития, обеспечивающие экологическое и нравственно-патриотическое воспитание детей.

Содержание педагогической работы по освоению детьми образовательных областей "Физическое развитие", "Познавательное развитие", "Социально-коммуникативное развитие", "Художественно-эстетическое развитие", «Речевое развитие» входят в расписание непрерывной образовательной деятельности. Они реализуются как в обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, так и во всех видах деятельности и отражены в календарном планировании.

При составлении учебного плана учитывались следующие **принципы**:

- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- принцип научной обоснованности и практической применимости;
- учет этнокультурной ситуации развития детей;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);

- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

Реализация Плана предполагает обязательный учет принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей.

Реализация физического и художественно-эстетического направлений занимают не менее 50% общего времени образовательной деятельности (без учёта вариативной части). Непрерывная непосредственно организованная образовательная деятельность планируется по возрастным группам с учетом санитарных норм. Опираясь на СанПиН –2.4.1.3049-13 года мы учитывали максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки при включении реализации дополнительных образовательных услуг.

В плане (согласно нормам СанПиН 2.4.1. 3049-13) указывается: максимально допустимый объем недельной непосредственно образовательной нагрузки в часах (количество занятий по разделам программы) и продолжительность образовательной деятельности для каждой возрастной группы в минутах:

П.11.9. Для детей раннего возраста от 1 года до 3 лет длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8 - 10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

П. 11.10. Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4-х лет - не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет - не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут.

П. 11.11. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

П. 11.12. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

П. 11.13. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

Возрастные группы	Максимально допустимый объем недельной непосредственно образовательной нагрузки (количество занятий в неделю)	Максимальная продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности
Группы раннего возраста	1 ч. 30 мин (10)	8-10 мин
2-я младшая группа	2 ч. 30 мин (10)	15 мин
Средняя группа	3 ч. 20 мин (10)	20 мин
Старшая группа	4 ч. 35 мин (12)	20-25 мин
Подготовительная к школе группа	7 ч. 30 мин (15)	30 мин

В теплое время года непосредственно образовательную деятельность осуществляют на участке во время прогулки.

Учебный год состоит из 35 недель с учётом каникулярного режима деятельности учреждения.

с 1 сентября по 13 сентября – адаптационный период;

с 14 сентября по 31 декабря - образовательный период;

с 01 января по 12 января – новогодние каникулы;

с 13 января по 31 мая - образовательный период;

с 1 июня по 31 августа – летние каникулы.

Во 2-ой младшей группе (3-4 года) учебный план состоит только из инвариантной (обязательной) части, количество видов непосредственно образовательной деятельности – 10, что составляет 100%. Вариативной части нет.

Виды детской деятельности	Количество в неделю	Продолжительность в минутах	Итого в неделю минут	Итого в год	
				В минутах	Количество
Коммуникативная деятельность	1	15	15	525	35
Познавательно-исследовательская деятельность	2	15	30	1050	70
Восприятие художественной литературы и фольклора/ Конструирование из разного материала	1	15	15	525	35
Изобразительная деятельность	1	15	15	525	35
Музыкальная деятельность	2	15	15	1050	70
Двигательная деятельность	3	15	45	1575	105

****Игровая деятельность и самообслуживание интегрируются во все периоды непосредственно-образовательной деятельности***

В средней группе (4-5 лет) инвариантная (обязательная) часть составляет 100 %, количество видов непосредственно образовательной деятельности – 10.

Виды детской деятельности	Количество в неделю	Продолжительность в минутах	Итого в неделю минут	Итого в год
---------------------------	---------------------	-----------------------------	----------------------	-------------

				В минутах	Количество
Коммуникативная деятельность/ Восприятие художественной литературы и фольклора	1	20	20	700	35
Познавательно-исследовательская деятельность	2	20	40	1400	70
Конструирование из разного материала	1	20	20	700	35
Изобразительная деятельность	1	20	20	700	35
Музыкальная деятельность	2	20	40	1400	70
Двигательная деятельность	3	20	60	2100	105

****Игровая деятельность и самообслуживание интегрируются во все периоды непосредственно-образовательной деятельности***

В старшей группе (5-6 лет) инвариантная (обязательная) часть составляет 86%, количество видов непосредственно образовательной деятельности – 10.

Виды детской деятельности	Количество в неделю	Продолжительность в минутах	Итого в неделю минут	Итого в год	
				В минутах	Количество
Коммуникативная деятельность/ Восприятие художественной литературы и фольклора	1	25	25	875	35
Познавательно-исследовательская деятельность	2	25	25	1750	70
Конструирование из разного материала	1	25	25	875	35
Изобразительная деятельность	1	25	25	875	35
Музыкальная деятельность	2	20-25	45	1575	70
Двигательная деятельность	3	20-20-25	65	2275	105

****Игровая деятельность и самообслуживание интегрируются во все периоды непосредственно-образовательной деятельности***

В соответствии с требованиями СанПиН в старшей группе время, отведённое на непосредственно образовательную деятельность, позволяет организовать проведение ещё нескольких занятий в неделю по выбору (кружковые). Поэтому вариативная (модульная) часть учебного плана для детей этой возрастной группы включает: - занятия кружков - «Волшебный мир театра», «Юный художник» (по 1 занятию в неделю). Каждый ребенок посещают не более 2 х кружков в неделю.

Введение кружковых занятий в вариативную часть учебного плана для детей старшей группы позволяет учесть социальный заказ на образовательные услуги в детском саду.

В подготовительной группе (6-7 лет) инвариантная (обязательная) часть составляет 81 %, количество видов непосредственно образовательной деятельности – 13.

Виды детской деятельности	Количество в неделю	Продолжительность в минутах	Итого в неделю минут	Итого в год	
				В минутах	Количество во
Коммуникативная деятельность	1	30	30	1050	35
Познавательно-исследовательская деятельность	3	30	90	3150	105
Восприятие художественной литературы и фольклора	1	30	30	1050	35
Конструирование из разного материала	1	30	30	1050	35
Изобразительная деятельность	2	30	60	1920	64
Музыкальная деятельность	2	30	60	2100	70
Двигательная деятельность	3	30	90	3150	105

****Игровая деятельность и самообслуживание интегрируются во все периоды непосредственно-образовательной деятельности***

В соответствии с требованиями СанПиН в подготовительной группе время, отведённое на непосредственно образовательную деятельность, позволяет организовать проведение ещё нескольких занятий в неделю по выбору (кружковые, факультативные). Поэтому вариативная (модульная) часть учебного плана для детей этой возрастной группы включает:

-занятия кружков «Юный художник», «Крепыши». Каждый ребенок посещают не более 2 х кружков в неделю.

Вариативная часть учебного плана для подготовительной группы позволяет более полно реализовать социальный заказ на образовательные услуги, учесть национально-культурные условия, в которых осуществляется образовательный процесс.

Форма организации занятий с 1 до 2 лет и с 2 до 3 лет (подгрупповые) с 3 до 7 лет (фронтальные).

Организация СП «Детский сад № 6» ГБОУ ООШ № 5 г.о. Октябрьск жизнедеятельности предусматривает, как организованные педагогами совместно с детьми (НОД, развлечения, кружки) формы детской деятельности, так и самостоятельную деятельность детей. Режим дня и сетка занятий соответствуют виду и направлению СП «Детский сад № 6» ГБОУ ООШ № 5 г.о. Октябрьск.

Парциальные программы являются дополнением к основной общеобразовательной программе дошкольного образования и составляют не более 40% от общей учебной нагрузки.

**Сетки НОД
на 2018 – 2019 учебный год**

Вторая младшая группа	
Понедельник	9.00-9.15 Познавательная-исследовательская деятельность. (Формирование целостной картины мира/ экологическое воспитание) 15.50-16.05 Двигательная деятельность (<u>физическая культура</u>)
Вторник	9.00-9.15 Изобразительная деятельность (<u>Рисование/Лепка/Аппликация</u>) 10.15-10.30 Двигательная деятельность (<u>физическая культура на прогулке</u>)
Среда	9.00-9.15 Музыкальная деятельность (<u>Музыка</u>) 9.25-9.40 Коммуникативная деятельность (<u>Развитие речи</u>)
Четверг	9.00-9.15 Познавательная-исследовательская деятельность (Формирование элементарных математических представлений) 10.15-10.30 Двигательная деятельность <u>Физическая культура</u>
Пятница	9.00-9.15 Конструирование/Восприятие художественной литературы и фольклора 9.40-9.55 Музыкальная деятельность (<u>Музыка</u>)
ОБЪЁМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ НАГРУЗКИ СОСТАВЛЯЕТ 2 ЧАСА 30 МИНУТ	

**Игровая деятельность и самообслуживание интегрируются во все периоды непосредственно-образовательной деятельности*

(младше-средняя группа)

	Младшая группа	Средняя группа
--	-----------------------	-----------------------

Понедельник	9.00-9.15 Познавательно-исследовательская деятельность. (<u>Формирование целостной картины мира/экологическое воспитание</u>) 16.15-16.30 Двигательная деятельность (<u>физическая культура</u>)	9.00-9.20 Познавательно-исследовательская деятельность. (<u>Формирование целостной картины мира / экологическое воспитание</u>) 16.15-16.35 Двигательная деятельность (<u>физическая культура</u>)
Вторник	9.00-9.15 Изобразительная деятельность (<u>Рисование/Лепка/Аппликация</u>) 10.40-10.55 Двигательная деятельность (<u>физическая культура</u>)	9.00-9.20 Изобразительная деятельность (<u>рисование/лепка/</u>) 10.40-11.00 Двигательная деятельность (<u>физическая культура</u>)
Среда	9.00-9.15 Коммуникативная деятельность (<u>Развитие речи</u>) 9.25 – 9.40 Музыкальная деятельность (<u>Музыка</u>)	9.00-9.20 Коммуникативная деятельность/Восприятие художественной литературы и фольклора 9.25 – 9.45 Музыкальная деятельность (<u>Музыка</u>)
Четверг	9.00-9.15 Познавательно-исследовательская деятельность (Формирование элементарных математических представлений) 10.40-10.55 Двигательная деятельность <u>Физическая культура</u>	9.00-9.20 Познавательно-исследовательская деятельность (Формирование элементарных математических представлений) 10.40-11.00 Двигательная деятельность <u>Физическая культура</u>
Пятница	9.00-9.15 Конструирование/Восприятие художественной литературы и фольклора 10.05 – 10.10 Музыкальная деятельность (<u>Музыка</u>)	9.00-9.20 Конструирование/Восприятие художественной литературы и фольклора 10.05. – 10.15 Музыкальная деятельность (<u>Музыка</u>)
ОБЪЁМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ НАГРУЗКИ СОСТАВЛЯЕТ 2 ЧАСА 30 МИНУТ		ОБЪЁМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ НАГРУЗКИ СОСТАВЛЯЕТ 3 ЧАСА 20 МИНУТ

**Игровая деятельность и самообслуживание интегрируются во все периоды непосредственно-образовательной деятельности*

(средне-старшая группа)

	Средняя группа		Старшая группа
--	-----------------------	--	-----------------------

Понедельник	9.00-9.20 <i>Познавательно-исследовательская деятельность.</i> Формирование элементарных математических представлений 16.50-17.10 Двигательная активность <u>Физическая культура на прогулке</u>	9.00-9.25 <i>Познавательно-исследовательская деятельность.</i> Формирование элементарных математических представлений 16.50-17.15 Двигательная активность <u>Физическая культура на прогулке</u>
Вторник	9.00-9.20 <i>Познавательно-исследовательская деятельность</i> Природное окружение/Экологическое воспитание 9.40-10.00 Музыкальная деятельность (<u>Музыка</u>)	9.00-9.20 <i>Познавательно-исследовательская деятельность</i> Природное окружение/Экологическое воспитание 9.40-10.05 Музыкальная деятельность (<u>Музыка</u>)
Среда	9.00-9.25 Изобразительная деятельность Лепка/рисование 10.00-10.25 Музыкальная деятельность (<u>Музыка</u>)	9.00-9.25 Изобразительная деятельность Лепка/рисование 10.00-10.30 Музыкальная деятельность (<u>Музыка</u>)
Четверг	9.00-9.25 Коммуникативная деятельность (грамота)/ Восприятие художественной литературы и фольклора 10.50 – 11.10 Двигательная активность <u>Физическая культура</u>	9.00-9.25 Коммуникативная деятельность (грамота)/ Восприятие художественной литературы и фольклора 10.50 – 11.15 Двигательная активность <u>Физическая культура</u>
Пятница	9.00-9.25 Коммуникативная деятельность 9.35-09.55 Конструирование/изобразительная деятельность (аппликация) 10.30 – 10.50 Двигательная активность <u>Физическая культура</u>	9.00-9.25 Коммуникативная деятельность 9.35-10.00 Конструирование/изобразительная деятельность (аппликация) 10.30 – 10.55 Двигательная активность <u>Физическая культура</u>
	ОБЪЁМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ НАГРУЗКИ СОСТАВЛЯЕТ 3 ЧАСА 20 МИНУТ	ОБЪЁМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ НАГРУЗКИ СОСТАВЛЯЕТ 4 ЧАСА 35 МИНУТ

**Игровая деятельность и самообслуживание интегрируются во все периоды непосредственно-образовательной деятельности*

(старше-подготовительная группа)

	Старшая группа	Подготовительная группа
--	-----------------------	--------------------------------

Понедельник	9.00-9.25 <i>Познавательно-исследовательская деятельность.</i> Формирование элементарных математических представлений 10.00 – 10.25 Музыкальная деятельность (<u>Музыка</u>)	9.00-9.30 Коммуникативная деятельность 9.40 -10.10 <i>Познавательно-исследовательская деятельность</i> Формирование элементарных математических представлений 10.00 – 10.30 Музыкальная деятельность (<u>Музыка</u>)
Вторник	9.00-9.20 <i>Познавательно-исследовательская деятельность</i> Природное окружение/Экологическое воспитание 11.00 – 11.25 Двигательная активность <u>Физическая культура</u>	9.00-9.30 <i>Познавательно-исследовательская деятельность</i> Природное окружение/Экологическое воспитание 9.40 -10.10 Изобразительная деятельность Рисование 11.00-11.30 Двигательная активность <u>Физическая культура</u>
Среда	9.00-9.25 Изобразительная деятельность Лепка/рисование 10.40-11.05 Двигательная активность <u>Физическая культура</u>	9.00-9.30 <i>Коммуникативная деятельность</i> Развитие речи 09.35 – 10.05 Изобразительная деятельность Аппликация/Лепка 10.40-11.10 Двигательная активность <u>Физическая культура</u>
Четверг	9.00-9.25 Коммуникативная деятельность (грамота)/ Восприятие художественной литературы и фольклора 9.35 – 10.00 Музыкальная деятельность (<u>Музыка</u>)	9.00-9.30 Коммуникативная деятельность 9.35-10.05 Музыкальная деятельность (<u>Музыка</u>) 15.50 – 16.20 Восприятие художественной литературы и фольклора
Пятница	9.00-9.25 Коммуникативная деятельность 9.40-10.05 Конструирование/изобразительная деятельность (аппликация) 11.00-11.25 Двигательная активность <u>Физическая культура на прогулке</u>	9.00-9.30 <i>Познавательно-исследовательская деятельность.</i> Формирование элементарных математических представлений 9.40-10.10 Конструирование 11.00-11.30 Двигательная активность <u>Физическая культура на прогулке</u>
	ОБЪЁМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ НАГРУЗКИ СОСТАВЛЯЕТ 4 ЧАСА 35 МИНУТ	ОБЪЁМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ НАГРУЗКИ СОСТАВЛЯЕТ 7 ЧАСОВ 30 МИНУТ

**Игровая деятельность и самообслуживание интегрируются во все периоды непосредственно-образовательной деятельности*

3.1.3. Примерный план проведения физкультурных развлечений и праздников на

**2018 – 2019 учебный год для групп дошкольного возраста
СП «»Детский сад № 6» ГБОУ ООШ № 5 г.о. Октябрьск**

№ п/п	Содержание работы	Возраст групп	Сроки
1	«На лесной полянке» физкультурное развлечение	Младшие, средние	Сентябрь
	«В гости к Лесовичку» физкультурный досуг	Старшие, подготовительные	Сентябрь
2	«Осенняя пора» спортивное развлечение	Младшие, средние	Октябрь
3	«Все на стадион» спортивное развлечение	Старшие, подготовительные	Октябрь
4	«Теремок» спортивное развлечение	Младшие, средние	Ноябрь
5	«Веселые старты» спортивное развлечение	Старшие, подготовительные	Ноябрь
6	«Если с другом вышел в путь» спортивный досуг	Младшие, средние	Декабрь
7	«Мы здоровье сбережем» спортивное развлечение	Старшие, подготовительные	Декабрь
8	«Зимняя олимпиада» спортивный праздник	Все группы	Январь
9	«День Защитника Отечества» спортивный праздник	Все группы	Февраль
10	«Проводы зимы» спортивное развлечение	Все группы	Февраль
11	«Путешествие в страну Игралию» спортивное развлечение	Старшие, подготовительные	Апрель
12	«Праздник мяча» спортивный праздник	Младшие, средние	Апрель
13	«День Победы» спортивный праздник	Все группы	Май
14	«Мама, папа, я- спортивная семья» спортивный праздник	Все группы	Май

3.1.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства СП ГБОУ ООШ № 5 г.о. Октябрьск «Детский сад № 6», группы и участка, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает реализацию различных образовательных программ; учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность; учет возрастных особенностей детей.

Организация развивающей среды в нашем детском саду строится таким образом, чтобы дать возможность наиболее эффективно развивать индивидуальность каждого ребёнка с учётом его склонностей, интересов, уровня активности, чтобы каждый ребенок имел возможность свободно заниматься любимым делом. Мы обогатили среду элементами, стимулирующими познавательную, эмоциональную,

двигательную деятельность детей. При создании развивающего пространства в групповых помещениях учитывается ведущая роль игровой деятельности. Выделены следующие составляющие среды для разного рода видов активности: - пространство; - время; - предметное окружение. При этом учитываются следующие зоны для разного рода видов активности: - рабочая, - активная— спокойная. Мы используем следующие приемы обыгрывания среды, которые имеют прямой развивающий и обучающий эффект: -показ предмета и его название; -показ действий с предметами и их название; -предоставление ребенку свободы выбора действий и экспериментирование. При организации предметно пространственной среды мы учитываем интересы мальчиков и девочек в различных видах деятельности. Мальчикам доступны инструменты, а девочкам- основы рукоделия. Для развития творческого замысла в игре девочкам предоставлены предметы женской одежды, украшения, кружевные накидки, банты, сумочки, зонтики и т. п.; мальчикам - детали военной формы, предметы обмундирования и вооружения рыцарей, русских богатырей, разнообразные технические игрушки. В связи с включением дошкольного образования в первую ступень общего образования, мы активно оснащаем образовательную среду подготовительной к школе группы материалами школьной тематики, способствующие овладению чтением, математикой. Это печатные буквы, слова, таблицы, книги с крупным шрифтом, пособие с цифрами, настольно-печатные игры с цифрами и буквами, ребусами, а так же материалами, отражающими школьную тему: картинки о жизни школьников, школьные принадлежности, фотографии школьников-старших братьев или сестер, атрибуты для игр в школу

Развивающей среды построена на следующих принципах:

- 1) насыщенность;
- 2) трансформируемость;
- 3) полифункциональность;
- 4) вариативной;
- 5) доступность;
- 6) безопасной.

Насыщенность среды соответствует возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают:

- 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 предоставляет необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

Трансформируемость пространства дает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей;

Полифункциональность материалов позволяет разнообразно использовать различные составляющих предметной среды: детскую мебель, маты, мягкие модули, ширмы, природные материалы, пригодные в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

Вариативность среды позволяет создать различные пространства (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразный материал, игры, игрушки и оборудование, обеспечивают свободный выбор детей.

Игровой материал периодически сменяется, что стимулирует игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

Доступность среды создает условия для свободного доступа детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды обеспечивает соответствие всех ее элементов требованиям по надежности и безопасности их использования.

Вид помещения	Основное предназначение	Оснащение
Предметно-развивающая среда в СП «Детский сад № 6» ГБОУ ООШ № 5 г.о. Октябрьск		
Музыкально-спортивный зал	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Непосредственно образовательная деятельность ➤ Утренняя гимнастика ➤ Досуговые мероприятия, ➤ Праздники ➤ Театрализованные представления ➤ Родительские собрания и прочие мероприятия для родителей 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Музыкальный центр, интерактивная доска, диапроектор ➤ Пианино ➤ Детские музыкальные инструменты ➤ Спортивное оборудование для прыжков, метания, лазания, равновесия ➤ Нетрадиционное физкультурное оборудование ➤ Шкаф для используемых муз. руководителем пособий, игрушек, атрибутов
Медицинский кабинет	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Осмотр детей, консультации медсестры; ➤ Консультативно-просветительская работа с родителями и сотрудниками ДОУ 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Изолятор ➤ Процедурный кабинет ➤ Медицинский кабинет
Коридоры	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Информационно-просветительская работа с сотрудниками и родителями. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Стенды для родителей, визитка детского сада. ➤ Стенды для сотрудников
Участки	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Прогулки, наблюдения; ➤ Игровая деятельность; ➤ Самостоятельная двигательная 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Прогулочные площадки для детей всех возрастных групп. ➤ Игровое, функциональное, и

	<p>деятельность</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Трудовая деятельность. 	<p>спортивное оборудование.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Физкультурная площадка. ➤ Дорожки для ознакомления дошкольников с правилами дорожного движения. ➤ Цветники.
Физкультурная площадка	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Организованная образовательная деятельность по физической культуре, спортивные игры, досуговые мероприятия, праздники 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Спортивное оборудование ➤ Оборудование для спортивных игр
Предметно-развивающая среда в группах по физическому развитию		
Центр развития «Физкультурный уголок»	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Расширение индивидуального двигательного опыта в самостоятельной деятельности 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Оборудование для ходьбы, бега, равновесия ➤ Для прыжков ➤ Для бросания, ловли ➤ Для ползания и лазания ➤ Атрибуты к подвижным и спортивным играм ➤ Нетрадиционное физкультурное оборудование