

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад № 81 комбинированного вида  
Калининского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 81 Калининского района Санкт-Петербурга)**

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
ГБДОУ детского сада № 81  
Калининского района Санкт-  
Петербурга  
протокол от 24.08.2023г № 1

**С УЧЕТОМ МНЕНИЯ**

Совета родителей  
ГБДОУ детского сада № 81  
Калининского района  
Санкт-Петербурга  
протокол от 24.08.2023г № 1

**УТВЕРЖДЕНО**

Врио заведующего ГБДОУ  
детского сада № 81 Калининского  
района Санкт-Петербург  
\_\_\_\_\_ А.В. Абрамовой  
Приказом № 25 от 25.08.2023

## **Рабочая программа**

**инструктора по физической культуре  
для детей от 4 до 5-ми лет**

**образовательная область «Физическое развитие»**

составитель:  
инструктор по физическому воспитанию  
Тимофейчук Ирина Леонидовна

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>БЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ</b>		
<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>		
	Пояснительная записка	
	Планируемые результаты реализации Программы	
	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	
<b>III. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>		
	Задачи и содержание образования по ОО «Физическое развитие»	
	Вариативные формы, методы и средства реализации Программы	
	Применяемые образовательные технологии	
	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	
	Способы и направления поддержки детской инициативы	
	Особенности взаимодействия инструктора по физкультуре с семьями обучающихся	
	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	
<b>Рабочая программа воспитания</b>		
	Пояснительная записка	
	Целевой раздел Программы воспитания	
	Цели и задачи воспитания в процессе оздоровления и физического развития	
	Направления воспитания	
	Целевые ориентиры воспитания	
	Содержательный раздел Программы воспитания	
	Уклад образовательной организации	
	Воспитывающая среда образовательной организации	
	Общности образовательной организации	
	Задачи воспитания в образовательных областях	
	Формы совместной деятельности в образовательной организации	
	Организация предметно-пространственной среды	
	Социальное партнерство	
	Организационный раздел Программы воспитания	
	Кадровое обеспечение	
	Нормативно-методическое обеспечение	
	Требования к условиям работы с особыми категориями детей	
<b>IV. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>		
	Психолого-педагогические условия реализации Программы	
	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	
	Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	
	Кадровые условия реализации Программы	
	Организация образовательного процесса	
	Календарный план воспитательной работы	
<b>V. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ</b>		
ПРИЛОЖЕНИЕ. Определение уровня физической подготовленности дошкольников		

## I. Общие положения

Рабочая программа раскрывает содержание и организацию образовательной деятельности для детей младенческого, раннего и дошкольного возраста по образовательной области «Физическое развитие», в ГБДОУ детский сад № 49 (далее - ДОО).

Программа разработана в соответствии с Федеральной программой дошкольного образования (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 г. № 1028) и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155, в редакции от 08.11.2022), (далее – ФГОС ДО).

При разработке Программы учитывались следующие нормативно правовые документы:

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990).

2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023).

3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ (актуальная ред. от 14.07.2022) «Об

о  
с 4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

н 5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

г 6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.3.685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

н 7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».

х 8. Приказ Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

а 9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 сентября 2013 г. № 1082 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии».

р  
е В Программе содержатся целевой, содержательный и организационный разделы.

б **В целевом разделе** представлены: цели, задачи, принципы её формирования; планируемые результаты освоения Программы в младенческом, раннем, дошкольном возрастах, а также на этапе завершения освоения Программы; педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.

а **Содержательный** раздел включает задачи и содержание образования по ОО

в

р

о

В нем представлено описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы. Включены образовательные технологии, способствующие оздоровлению и физическому развитию дошкольников.

Указаны особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик, а также способы поддержки детской инициативы в физкультурно-оздоровительной деятельности.

Показаны особенности взаимодействия инструктора по физкультуре с семьями обучающихся. Даны направления и задачи коррекционно-развивающей работы.

В содержательный раздел Программы входит рабочая программа воспитания, которая раскрывает задачи и направления воспитательной работы в рамках ОО «Физическое развитие», предусматривает приобщение детей к российским традиционным духовным ценностям в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности.

**Организационный раздел** Программы включает описание психолого-педагогических и кадровых условий реализации Программы, организацию развивающей предметно-пространственной среды в физкультурном зале и в группах детского сада, материально-техническое и методическое обеспечение.

Представлены особенности организации образовательного процесса и календарный план воспитательной работы.

Дополнительным разделом Программы является текст ее краткой презентации.

В **Приложении** указан диагностический инструментарий для определения уровня физической подготовленности дошкольников.

Программа строится на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

Материал распределяется по возрастным группам (дети от 2-х месяцев до 7-ми лет) и видам физкультурно-оздоровительной деятельности. Педагогическая и коррекционная работа, представленная в Программе, обеспечивает всестороннее физическое развитие дошкольников.

## Пояснительная записка

Содержание Программы направлено на реализацию целей и задач:

<b>Цель Программы:</b>	
Оздоровление и физическое развитие детей младенческого, раннего и дошкольного возраста в соответствии со спецификой здоровья каждого ребенка.	
<b>Основные задачи:</b>	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Создать условия для охраны и укрепления здоровья детей.</li><li>2. Формировать умение качественно выполнять основные виды движений и общеразвивающие упражнения.</li><li>3. Формировать начальные представления о видах спорта.</li><li>4. Развивать физические качества дошкольников.</li><li>5. Способствовать становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.</li><li>6. Формировать ценности здорового образа жизни, его элементарные нормы и правила: в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек.</li></ol>	
<b>Задачи с учетом специфики региональных и социокультурных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность с дошкольниками</b>	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Обогащать двигательный опыт дошкольников с учетом национальных и социокультурных условий.</li><li>2. Приобщать детей к подвижным играм народов, живущих в регионе.</li><li>3. Познакомить с известными спортсменами-земляками, популярными в регионе видами спорта, спортивными традициями и достижениями родного края.</li><li>4. Формировать знания и навыки культуры здорового образа жизни с учетом климатических условий.</li><li>5. Вовлекать в физкультурно-оздоровительную деятельность регионального содержания.</li><li>6. Воспитывать уважение и любовь к своей малой Родине.</li></ol>	
<b>Интеграция задач ОО «Физическое развитие» с другими образовательными областями</b>	
<b>Образовательная область</b>	<b>Задачи</b>
Речевое развитие	Во время подвижных игр дети овладевают речью, как средством общения и культуры, происходит развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха
Социально-коммуникативное развитие	Во время занятий в физкультурном зале и на улице дети учатся взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, усваивают нормы и ценности, принятые в обществе, обучаются самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции,

	учатся отзывчивости и сопереживанию, формируют уважительное отношение и чувство принадлежности к своей семье, к обществу, формируют основы безопасного поведения, формируют готовность к совместной деятельности со сверстниками.
Познавательное развитие	Во время совместной деятельности при занятиях спортом и подвижных играх у детей формируются интересы любознательности и познавательной мотивации, формируются познавательные действия, воображение и творческая активность. Формируются первоначальные представления о себе, других людях, объектах окружающего мира.
Художественно-эстетическое развитие	Занимаясь физическими упражнениями под музыку, у детей формируется эстетическое отношение к окружающему миру, восприятие музыки, фольклора. Реализуется самостоятельная творческая деятельность.

### **Принципы дошкольного образования**

- полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе – взрослые);
- признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество ДОО с семьей;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учёт этнокультурной ситуации развития детей.

## **2.2. Планируемые результаты реализации Программы**

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного возраста и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений.

Поэтому планируемые результаты освоения Федеральной программы в образовательной области «Физическое развитие» представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка дошкольного возраста на разных возрастных этапах и к завершению ДО.

В соответствии с периодизацией психического развития ребёнка согласно культурно-исторической психологии, дошкольное детство подразделяется на три возраста: младенческий (первое и второе полугодия жизни), ранний (от одного года до трех лет) и дошкольный возраст (от трех до семи лет).

Обозначенные в Федеральной программе возрастные ориентиры «к одному году», «к трем годам» и так далее имеют условный характер, что предполагает широкий возрастной диапазон для достижения ребёнком планируемых результатов. Это связано с неустойчивостью, гетерохронностью и индивидуальным темпом психического развития детей в дошкольном детстве, особенно при прохождении критических периодов.

По этой причине ребёнок может продемонстрировать обозначенные в планируемых результатах возрастные характеристики развития раньше или позже заданных возрастных ориентиров.

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения образовательной программы. Обозначенные различия не должны быть констатированы как трудности ребёнка в освоении образовательной программы ДОО и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

## **Планируемые результаты по ФОП**

### **Планируемые результаты в дошкольном возрасте**

<b>К пяти годам</b>
- ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;
- ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;
- ребёнок демонстрирует стремление к общению со сверстниками, по предложению педагога может договориться с детьми, стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников;
- ребёнок называет роль до начала игры, обозначает новую роль по ходу игры, активно использует предметы-заместители, предлагает игровой замысел и проявляет

инициативу в развитии сюжета, активно включается в ролевой диалог, проявляет творчество в создании игровой обстановки;  
- ребёнок принимает игровую задачу в играх с правилами, проявляет интерес к результату, выигрышу.

**Планируемые результаты с учетом специфики региональных условий,  
в которых осуществляется образовательная деятельность по ОО «Физическое  
развитие»**

**Планируемые результаты освоения регионального содержания**

Дети знакомы с подвижными народными играми народов, проживающих в регионе.  
2. Сформированы знания и навыки культуры здорового образа жизни с учетом климатических условий.  
3. Развиты физические качества детей с учетом специфики национальных и социокультурных условий.  
4. Дети с удовольствием принимают участие в различных физкультурно-оздоровительных мероприятиях регионального характера.

**Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов**

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Цели педагогической диагностики, а также особенности её проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется инструктором по физкультуре в рамках педагогической диагностики. Вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребёнка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО:

планируемые результаты освоения основной образовательной программы дошкольного образования заданы как целевые ориентиры ДО и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на разных этапах дошкольного детства;

целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;

освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся.

Данные положения подчеркивают направленность педагогической диагностики на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой



определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование.

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

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

Диагностика физического развития проводится два раза в год (в сентябре и мае) на основе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Результаты наблюдения фиксируются, способ и форму их регистрации педагог выбирает самостоятельно. Оптимальной формой фиксации результатов наблюдения может являться карта развития ребёнка. Педагог может составить её самостоятельно, отразив показатели возрастного развития ребёнка и критерии их оценивания. Фиксация данных наблюдения позволит инструктору по физкультуре выявить и проанализировать динамику в развитии ребёнка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учётом индивидуальных особенностей развития ребёнка и его потребностей.

Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует РППС, мотивирующую активную двигательную деятельность обучающихся, составляет индивидуальные образовательные маршруты освоения Программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс.

#### Диагностика здоровья и физического развития дошкольников

Направление диагностики	Название диагностических методик	Сроки	Ответственные
Физическое развитие	Диагностический инструментальный И.И. Малозёмовой. (См. ПРИЛОЖЕНИЕ). Источник: Малозёмова, И. И. Физическое воспитание дошкольников: теоретические и методические основы [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов педагогических вузов / И. И. Малозёмова; Урал. гос. пед. ун-т. - Электрон. дан. - Екатеринбург: [б. и.], 2018. Педагогическая диагностика, разработанная творческой группой педагогов ГБДОУ 49 (принята Протокол №1 от 30.08.2022 педагогическим советом)	Сентябрь, май	Инструктор по физическому воспитанию, воспитатели, медицинская сестра
Анализ динамики	Анализ заболеваемости.	Сентябрь,	Врач-педиатр,

соматического здоровья (относительно начального диагноза)	Справки о медицинском осмотре врачами-специалистами	май	медицинская сестра
---	---	-----	--------------------

### III. Содержательный раздел Программы

#### Задачи и содержание образования по ОО «Физическое развитие»

Программа определяет задачи и содержание образовательной деятельности по ОО в возрасте от двух месяцев до семи лет.

От 4 лет до 5 лет	
Основные задачи	Содержание образовательной деятельности
<p>обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр; формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве; воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений; продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта; укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания; формировать представления о</p>	<p>Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.</p> <p>Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.</p> <p><b>Основная гимнастика</b> (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p> <p><b>Основные движения:</b> бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в</p>

<p>факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.</p>	<p>предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;</p> <p>ползание, лазанье: ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;</p> <p>ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);</p> <p>бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег враспынную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег враспынную с ловлей и увертыванием;</p> <p>прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;</p> <p>упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба</p>
---	--

по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

**Общеразвивающие упражнения:**

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднимание ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднимание на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

**Ритмическая гимнастика:**

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за

руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

**Строевые упражнения:**

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, враспынную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

**Подвижные игры:** педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

**Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полуёлочкой».

Плавание: погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.

**Формирование основ здорового образа жизни:** педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного

	<p>поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.</p> <p><b>Активный отдых.</b></p> <p>Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.</p> <p>Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.</p> <p>Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.</p> <p>Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.</p>
<p><b>Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:</b></p> <p>воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;</p> <p>формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;</p> <p>становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;</p> <p>воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;</p> <p>приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;</p> <p>формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.</p>	

### **Вариативные формы, методы и средства реализации Программы**

Формы, способы, методы и средства реализации Программы инструктор по физкультуре определяет самостоятельно в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

### Формы реализации Программы

<b>В дошкольном возрасте (3 года - 8 лет):</b>
игровая деятельность (сюжетно-ролевая, театрализованная, режиссерская, дидактическая, подвижная и др.); общение со взрослым (ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное) и сверстниками (ситуативно-деловое, внеситуативно-деловое); речевая деятельность (слушание речи взрослого и сверстников, активная диалогическая и монологическая речь); двигательная деятельность (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные игры и элементы спортивных игр и другие).

### Методы реализации Программы

Осуществляя выбор методов воспитания и обучения, инструктор по физкультуре учитывает возрастные и личностные особенности детей, педагогический потенциал каждого метода, условия его применения, реализуемые цели и задачи, прогнозирует возможные результаты. Для решения задач воспитания и обучения в детском саду используется комплекс методов.

### Методы воспитания и обучения по ФОП

<b>Для достижения задач воспитания</b>	<b>При организации обучения целесообразно дополнять традиционные методы (словесные, наглядные, практические) методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:</b>
<p>етод организации опыта поведения и деятельности: приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы.</p> <p>етод осознания детьми опыта поведения и деятельности: рассказ на моральные темы, разъяснение норм и правил поведения, этические беседы, обсуждение поступков и жизненных ситуаций, личный пример.</p> <p>етод мотивации опыта поведения и деятельности: поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные</p>	<p>При использовании информационно-рецептивного метода предъявляется информация, организуются действия ребёнка с объектом изучения: распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагога или детей, чтение.</p> <p>Репродуктивный метод предполагает создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением: упражнения на основе образца педагога, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель.</p> <p>Метод проблемного изложения представляет собой постановку проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений.</p> <p>При применении эвристического метода (частично-поискового) проблемная задача делится на части - проблемы, в решении которых принимают участие дети: применение представлений в новых условиях.</p>

методы.	<p>Исследовательский метод включает составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования.</p> <p>Метод проектов. Он способствует развитию у детей исследовательской активности, познавательных интересов, коммуникативных и творческих способностей, навыков сотрудничества и другое.</p>
---------	---

### Специальные методы физического обучения:

Метод	Содержание
1. Модельный метод обучения	Обучение ребенка происходит по определённой модели: объяснение-показ-выполнение-коррекция-выполнение-автоматизация.
. Метод проблемного обучения движениям	Состоит в том, что в двигательную деятельность ребенка вносится проблемная ситуация. Это делает обучение более интересным и увлекательным.

### Средства реализации Программы

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

1. 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;

стесненные 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 - основное средство физического воспитания. Они используются для решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

**Вариативность форм, методов и средств реализации Программы** зависит не только от учёта возрастных особенностей обучающихся, их индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и от личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей. Важное значение имеет признание приоритетной субъективной позиции ребёнка в образовательном процессе.

При выборе форм, методов, средств реализации Программы инструктор по физкультуре учитывает субъектные проявления ребёнка в деятельности: интерес к миру и культуре; избирательное отношение к социокультурным объектам и разным видам деятельности; инициативность и желание заниматься той или иной деятельностью; самостоятельность в выборе и осуществлении деятельности; творчество в интерпретации



объектов культуры и создании продуктов деятельности.

Выбор педагогически обоснованных форм, методов, средств реализации Программы, адекватных образовательным потребностям и предпочтениям детей, их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает их вариативность.

### 3.3. Применяемые образовательные технологии

При реализации Программы, в целях совершенствования педагогического процесса, используются различные образовательные технологии.

Применение технологий позволяет решить важнейшие современные педагогические задачи:

1) осуществляется такое взаимодействие с детьми, при котором инструктор по физкультуре передает не готовые знания, а организует деятельность так, чтобы воспитанники самостоятельно узнавали что-то новое путём решения доступных проблемных ситуаций и практических заданий;

2) современные технологии в рамках развивающего обучения ориентируют на потенциальные физические возможности каждого ребенка;

3) благодаря технологиям происходит включенность дошкольников не только в физкультурно-оздоровительную, но и в активную речевую, познавательную, художественно-эстетическую деятельность.

#### **В Программе применяется комплекс технологий:**

1. Технология «Развивающая педагогика оздоровления».

2. Технология «Оздоровительная гимнастика».

Перечисленные технологии обеспечивают выполнение Программы и соответствуют принципам полноты и достаточности.

№.№	Название технологии	Цель и задачи технологии
1.	<b>Технология «Развивающая педагогика оздоровления»</b>  В основе технологии лежит программа В.Т. Кудрявцева, Б.Б. Егорова «Развивающая педагогика оздоровления». Источник: Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст). - М.: Линка-Пресс, 2000.	<b>Цель:</b> формирование двигательной сферы и создание психолого-педагогических условий для физического развития детей на основе их творческой активности.  <b>Задачи</b> <b>Средняя группа:</b> 1. Проблемное введение эталонов основных движений (ходьба, бег, прыжки, бросание, метание, ползание, лазание и др.) и их творческое освоение детьми. 2. Создание условий для одушевления и осмысления движений как предпосылки формирования произвольной моторики. 3. Развитие способности к эмоциональному переживанию движения как «события», к эмоциональной выразительности двигательных актов. 4. Воспитание двигательной самостоятельности.
4.	<b>Технология «Оздоровительная гимнастика»</b>	<b>Цель:</b> оздоровление и развитие физических качеств детей дошкольного возраста в процессе различных видов гимнастик.

<p>Разработана на основе методики Л.И. Пензулаевой.</p> <p>Источники:</p> <p>1. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для занятий с детьми с 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики. - М.: Мозаика-Синтез, 2016.</p> <p>2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика с детьми 5-6 лет Комплексы упражнений в старшей группе детского сада. – М.: Мозаика-Синтез, 2022.</p> <p>3. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика с детьми 6-7 лет Комплексы упражнений в подготовительной группе детского сада. – М.: Мозаика-Синтез, 2021.</p>	<p><b>Задачи:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Создать условия для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата.</li> <li>2. Формировать умение выполнять упражнения общеразвивающего характера для мышц спины, плечевого пояса, живота, ног и др.</li> <li>3. Способствовать выполнению основных видов движений</li> <li>4. Формировать умение двигаться и выполнять упражнения совместно с действиями других детей.</li> <li>5. Развивать координацию движений и умение ориентироваться в пространстве.</li> <li>6. Способствовать освоению различных видов гимнастик.</li> </ol>
---	--

### **Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик**

Образовательная деятельность по ОО «Физическое развитие» включает:

образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов физической активности;  
образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;  
самостоятельную физкультурно-оздоровительную деятельность детей;  
взаимодействие с семьями детей по реализации задач оздоровления и физического развития

В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, инструктор по физкультуре может выбрать один или

### Варианты совместной деятельности

№№	Содержание совместной деятельности инструктора по физкультуре и детей
И К	Совместная деятельность инструктора по физкультуре с ребёнком, где он выполняет функции педагога: обучает ребёнка чему-то новому.
В В	Совместная деятельность ребёнка с инструктором по физкультуре, при которой ребёнок и педагог - равноправные партнеры.
В А Р	Совместная деятельность группы детей под руководством инструктора по физкультуре, который на правах участника деятельности на всех этапах её выполнения (от планирования до завершения) направляет совместную деятельность группы детей.
И А Н Т	Совместная деятельность детей со сверстниками без участия инструктора по физкультуре, но по его заданию. Педагог в этой ситуации не является участником деятельности, но выступает в роли её организатора, ставящего задачу группе детей, тем самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей.

№№	Содержание самостоятельной деятельности детей
	Самостоятельные подвижные игры детей.
С	Самостоятельная физкультурная деятельность по выбору детей.
О	Самостоятельная оздоровительная деятельность детей.

Организуя различные виды физкультурной деятельности (общеразвивающие упражнения, основные движения, подвижные игры), педагог учитывает двигательный опыт ребёнка, его субъектные проявления, а именно:

- творчество при выборе содержания деятельности и способов его реализации;
- стремление к сотрудничеству с детьми;
- инициативность и желание заниматься определенным видом деятельности.

Эту информацию инструктор по физкультуре может получить в процессе наблюдения за двигательной активностью детей в ходе проведения педагогической диагностики. На основе полученных результатов организуются разные виды физкультурной деятельности, соответствующие возрасту детей. В процессе их организации создаются условия для свободного выбора детьми вида деятельности, оборудования, участников, для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей, поддерживает детскую инициативу и самостоятельность, устанавливает правила взаимодействия детей.

Инструктор по физкультуре использует образовательный потенциал каждого вида деятельности для решения задач оздоровления и физического развития детей.

**Игра** занимает центральное место в жизни ребёнка. В образовательном процессе игра выступает как форма организации жизни и деятельности детей, метод или прием обучения, средство саморазвития, самовоспитания, самообучения, саморегуляции. Отсутствие или недостаток игры в жизни ребёнка приводит к серьезным проблемам, прежде всего, в

социальном развитии детей.

Учитывая потенциал игры для физического развития ребёнка и становления его личности, инструктор по физкультуре максимально использует все варианты её применения в образовательном процессе: игры на развитие координационных способностей, на формирование быстроты, на формирование выносливости, на формирование силы, гибкости, народные подвижные игры и др.

**Образовательная деятельность в режимных процессах** имеет специфику и предполагает использование особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами физического воспитания, обучения и развития ребёнка.

### Образовательная деятельность в режимных процессах

№.№	Режимный процесс	Содержание
	Образовательная деятельность, осуществляемая в первую половину дня	игровые ситуации, индивидуальные малоподвижные игры и игры небольшими подгруппами (дидактические, малоподвижные и др.); упражнения по освоению навыков культуры здоровья; индивидуальная работа с детьми в соответствии с задачами ОО «Физическое развитие»; оздоровительные и закалывающие процедуры; - здоровьесберегающие мероприятия; - утренняя гимнастика; - самостоятельная двигательная деятельность детей.
	Проведение занятий	образовательные ситуации; тематические события; занятия в рамках проектной деятельности; проблемно-обучающие ситуации, интегрирующие содержание образовательных областей.
	Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки	- физические упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей; - подвижные народные игры; - игры с правилами: сюжетные и бессюжетные; игры с элементами спортивной игры (футбол, волейбол, баскетбол, бадминтон, городки); - подвижные игры и упражнения на развитие физических качеств дошкольников; индивидуальная работа с детьми; - самостоятельная двигательная деятельность детей.
	Образовательная деятельность, осуществляемая во вторую половину дня	- зарядка после дневного сна; воздушные ванны после сна; - упражнения для профилактики плоскостопия и коррекции правильной осанки; игровые ситуации, индивидуальные малоподвижные игры и игры небольшими подгруппами (дидактические, малоподвижные и др.); проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий,

		развлечений; - индивидуальная работа с детьми в соответствии с задачами ОО «Физическое развитие»; - самостоятельная двигательная деятельность детей.
--	--	--

### **Культурные практики**

Во вторую половину дня инструктор по физкультуре может организовывать **культурные практики**. Они расширяют социальные и практические компоненты содержания физического воспитания и обучения ребенка. Ценность культурных практик состоит в том, что они ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества, активности и инициативности в различных видах физкультурной деятельности, обеспечивают их эффективность.

К культурным практикам относят игровую, продуктивную, познавательно-исследовательскую, коммуникативную практики, чтение художественной литературы.

Культурные практики предоставляют ребёнку возможность проявить свою субъектность с разных сторон, что, в свою очередь, способствует становлению разных видов детских инициатив: творческая инициатива, инициатива целеполагания, познавательная инициатива, коммуникативная инициатива, игровая инициатива.

Тематику культурных практик инструктору по физкультуре помогают определить детские вопросы, проявленный интерес к явлениям окружающей действительности или предметам, значимые события, неожиданные явления, художественная литература и другое.

В процессе культурных практик педагог создает атмосферу свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик предполагает подгрупповой способ объединения детей.

### **Основные формы организации культурных практик по оздоровлению и физическому развитию детей**

№№	Вид деятельности	Культурные практики
	<b>Игровая деятельность</b>	игры с бегом, игры с прыжками, игры с ходьбой, игры с мячом, игры с элементами соревнований и др. сюжетные игры; - дидактические игры по ЗОЖ; - народные малоподвижные и подвижные игры; совместная игра инструктора по физкультуре и детей; - игровые ситуации в рамках ОО «Физическое развитие».
	<b>Продуктивная деятельность</b>	- продукты детского творчества на основе знаний и впечатлений детей о ЗОЖ, физкультуре.

	<b>Коммуникативная деятельность</b>	беседы, ситуативные разговоры о ЗОЖ, физкультуре и спорте; - речевые ситуации в физкультурной деятельности.
	<b>Познавательно-исследовательская деятельность</b>	- творчество во всех видах физкультурной деятельности.
	<b>Физическая деятельность</b>	физические упражнения; разнообразные игры; - физкультурные досуги и развлечения; - спортивные соревнования, эстафеты, марафоны.
	<b>Чтение художественной литературы</b>	чтение литературы о спорте, здоровом образе жизни

### **Способы и направления поддержки детской инициативы**

Для поддержки детской инициативы инструктор по физкультуре поощряет свободную самостоятельную деятельность детей, основанную на детских интересах и предпочтениях. Появление возможности у ребёнка делать физические упражнения, играть, бегать, ориентируясь на собственные интересы, позволяет обеспечить такие важные составляющие эмоционального благополучия дошкольника как уверенность в себе, чувство защищенности, комфорта, положительного самоощущения.

Наиболее благоприятными отрезками времени для организации свободной самостоятельной деятельности детей является утро, когда ребёнок приходит в детский сад, и вторая половина дня.

Любая физическая активность ребёнка может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например:

- различные виды гимнастик: пальчиковая, дыхательная, для глаз и др.;
- сюжетно-ролевые, дидактические игры по теме оздоровления, физкультуры и спорта;
- подвижные и малоподвижные игры;
- ритмопластика;
- самостоятельная деятельность в Центре двигательной активности в группе;
- самостоятельное просматривание фотографий, иллюстраций, альбомов, книг по физкультурно-оздоровительной тематике;
- самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений.

Для поддержки детской инициативы инструктор по физкультуре должен учитывать следующие условия:

делять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребёнка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы; организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребёнка в области оздоровления и спорта, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов этой деятельности; аспирять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребёнок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание

таким задачам, которые способствуют активизации у ребёнка творчества, сообразительности, поиска новых подходов;

поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребёнка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;

создавать условия для развития произвольности в двигательной деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребёнка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата;

поощрять и поддерживать желание детей получить результат в физическом развитии, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребёнку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;

внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к её дозированию. Если ребёнок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности по физкультуре, то целесообразно и достаточно использовать приемы наводящих вопросов, активизировать собственную активность и смекалку ребёнка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;

поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребёнка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.

Особое внимание следует уделить организации **вариативной развивающей предметно-пространственной среды**: Центрам двигательной активности, ЗОЖ-студиям.

Необходимо:

периодически менять и обновлять предметное содержание Центров;

- предлагать воспитанникам полифункциональные игры и игрушки;
- обогащать развивающую среду предметами и пособиями, которые стимулируют познавательную, эмоциональную, двигательную деятельность детей;
- обеспечить свободный выбор детьми материала, как по его качеству, так и по количеству.

Для поддержки детской инициативы инструктору по физкультуре рекомендуется использовать ряд **способов и приемов**.

е следует сразу помогать ребёнку, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи ребёнку, педагог сначала стремится к её минимизации: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребёнка прошлый опыт.

ребёнка всегда должна быть возможность самостоятельного решения поставленных задач. При этом педагог помогает детям искать разные варианты решения одной задачи, поощряет активность детей в поиске, принимает любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживает инициативу и творческие решения, а также обязательно акцентирует внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобряет и хвалит за результат, вызывает у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.

Педагог может акцентировать внимание на освоении ребёнком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять её от педагога), обдумать способы её достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится инструктором по физкультуре в разных видах физкультурно-оздоровительной деятельности.

Создание творческих ситуаций при организации различных движений способствует развитию самостоятельности у детей. Сочетание увлекательной творческой деятельности и необходимости решения физкультурно-оздоровительной задачи и проблемы привлекает ребёнка, активизирует его желание самостоятельно определить замысел, способы и формы его воплощения.

## **Особенности взаимодействия инструктора по физкультуре с семьями обучающихся**

### **Цели, задачи и принципы взаимодействия с родителями**

<b>Цель взаимодействия</b>
Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах оздоровления и физического развития дошкольников.
<b>Задачи взаимодействия</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Оказать психолого-педагогическую поддержку родителям в оздоровлении и физическом развитии ребенка.</li> <li>2. Сформировать у родителей теоретические знания и практические умения по вопросам физического воспитания и обучения детей.</li> <li>3. Ознакомить родителей с содержанием работы инструктора по физкультуре ДОО.</li> <li>4. Организовать поддержку образовательных инициатив семьи, способствующих физическому развитию детей и формированию у них основ здорового образа жизни.</li> <li>5. Объединить усилия инструктора по физкультуре, воспитателей и родителей по реализации задач ОО «Физическое развитие» посредством совместных образовательных и досуговых мероприятий.</li> </ol>
<b>Принципы взаимодействия в соответствии с ФОП</b>
<p>приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребёнка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка;</p> <p>открытость: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребёнка в группе; каждому из родителей (законных представителей) должен быть предоставлен свободный доступ в ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях развития ребёнка в ДОО и семье;</p> <p>заимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей): при взаимодействии педагогу необходимо придерживаться этики и культурных правил общения, проявлять позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); важно этично и разумно использовать полученную информацию как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;</p> <p>индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребёнка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное решение образовательных задач;</p> <p>возрастосообразность: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо</p>



учитывать особенности и характер отношений ребёнка с родителями (законными представителями), прежде всего, с матерью (преимущественно для детей младенческого и раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей.

### Направления взаимодействия

№.№	Направление	Содержание	Методы, приемы и способы
	<b>Диагностико-аналитическое</b>	Включает получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, её запросах в отношении физического развития ребёнка; об уровне психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей); а также планирование работы с семьей с учётом результатов проведенного анализа.	Опросы, анкеты, «почтовый ящик», педагогические беседы с родителями представителями); Дни открытых дверей, приглашение на развлечения, спортивные праздники и другие мероприятия.
	<b>Просветительское</b>	Предполагает просвещение родителей (законных представителей) по вопросам особенностей оздоровления и физического развития детей; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста; ознакомление с актуальной информацией в области сохранения и укрепления здоровья дошкольников; информирование об особенностях реализуемой в ДОО образовательной программы, технологий и методик физического развития; содержании и методах образовательной работы с детьми.	Родительские собрания, практикумы, тренинги и ролевые игры, консультации, родительские клубы и другое; информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); журналы и газеты, издаваемые ДОО и инструктором по физкультуре для родителей (законных представителей), сайт ДОО, страница инструктора по физкультуре на сайте ДОО, социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотовыставки проведенных мероприятий;
	<b>Консультационное</b>	Объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребёнком, преодоления возникающих проблем в физическом воспитании и обучении детей, в том числе в условиях семьи; особенностей поведения и взаимодействия ребёнка со сверстниками и педагогом; возникающих проблемных ситуациях; способам воспитания и построения продуктивного взаимодействия с детьми; способам организации и	

	участия в детских деятельности, образовательном процессе и др.	совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными спортивными традициями и др.
--	--	---

### План работы с родителями

Месяц	Мероприятия
<b>Сентябрь</b>	1. Выступление на родительском собрании «Оздоровление и физическое развитие детей в условиях ДОО и семьи». 2. Анкетирование «Физическое развитие Вашего ребенка». Оформление информационного стенда для родителей «Страничка здоровья». 4. Индивидуальные консультации по вопросам физического развития детей.
<b>Октябрь</b>	1. Консультация-практикум «Взаимодействие инструктора по физкультуре и родителей в вопросах развития двигательной активности дошкольников». 2. Ознакомительная беседа «Методы оздоровления детей дошкольного возраста». 3. Индивидуальные консультации по вопросам коррекционно-развивающей работы в процессе физической деятельности. 4. Оказание помощи родителям в составлении картотеки подвижных игр на улице.
<b>Ноябрь</b>	. Консультация «Народные игры и забавы с детьми». Ознакомление родителей со спортивно-оздоровительными мероприятиями, проводимыми в ДОО (на сайте детского сада).
<b>Декабрь</b>	1. Индивидуальные консультации по вопросам оздоровления ребенка. 2. Оказание помощи родителям по созданию спортивного уголка в домашних условиях. 3. Консультация «Коррекция плоскостопия и осанки».
<b>Январь</b>	Консультация «Развитие физических качеств дошкольников в процессе гимнастики». . Оказание помощи родителям по созданию картотеки различных видов гимнастик.
<b>Февраль</b>	Анкетирование по теме «Как вы приобщаете детей к физической культуре?». Оформление папки-передвижки «Закаливание детей». Индивидуальные консультации-рекомендации по подбору упражнений для детей с учетом психофизиологических и возрастных

	особенностей.
<b>Март</b>	. Индивидуальные консультации по вопросам организации двигательной активности дошкольников. Оформление папки-передвижки «Роль физических упражнений в развитии эмоций у детей».
<b>Апрель</b>	Мастер-класс «Пособия и оборудование из нетрадиционных материалов для физических упражнений с детьми». 3. Совместное с родителями оформление фотоальбомов «Моя спортивная семья».
<b>Май</b>	1. Консультация «Методы приобщения дошкольников к здоровому образу жизни». 2. Анкетирование родителей по результатам физического развития детей.

### **Направления и задачи коррекционно-развивающей работы**

Коррекционно-развивающая работа (далее - КРР) и (или) инклюзивное образование в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей, включая детей с особыми образовательными потребностями (далее – ООП), в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) и детей-инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учётом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

Коррекционная работа и/или инклюзивное образование направлены на: обеспечение коррекции нарушений развития различных категорий детей с ОВЗ, оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы; освоение детьми с ОВЗ Программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей, социальной адаптации.

Проблема воспитания и обучения детей с ОВЗ в общеобразовательном пространстве требует деликатного и гибкого подхода, так как известно, что не все дети, имеющие нарушения в развитии, могут успешно интегрироваться в среду здоровых сверстников. Индивидуальный образовательный маршрут предполагает постепенное включение таких детей в коллектив сверстников с помощью взрослого, что требует от педагога новых психологических установок на формирование у детей с нарушениями развития, умения взаимодействовать в едином детском коллективе.

Дети с ОВЗ могут реализовать свой потенциал лишь при условии вовремя начатого и адекватно организованного процесса воспитания и обучения, удовлетворения как общих с нормально развивающимися детьми, так и их особых образовательных потребностей, заданных характером нарушения их психического развития.

Наличие в группе массового дошкольного учреждения ребенка с ОВЗ требует внимания к нему не только воспитателей и специалистов, но и инструктора по физической культуре.

### **Цель и задачи коррекционно-развивающей работы**

<b>Цель</b>	Оздоровление и коррекция физического развитие детей с ОВЗ в соответствии со спецификой здоровья каждого ребенка для социальной адаптации и дальнейшей интеграции в общество.
-------------	--

<p><b>Задачи</b></p>	<p>Оказание необходимой коррекционно-педагогической поддержки воспитанникам с ОВЗ, направленной на компенсацию отклонений физического развития.</p> <p>2. Обучение технике правильного выполнения физических упражнений.</p> <p>3. Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков.</p> <p>4. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>5. Создание условий для формирования опорно-двигательной системы организма, выполнения основных движений и овладения подвижными играми с правилами.</p> <p>Преодоление недостатков, возникающих на фоне ограниченных возможностей здоровья: скованности, малоподвижности, неуверенности, боязни пространства.</p> <p>Развитие физических качеств дошкольников, укрепление индивидуального здоровья.</p> <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</p> <p>9. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.</p> <p>10. Обучение родителей (законных представителей) педагогическим технологиям сотрудничества со своим ребенком, коррекционным приемам и методам его физического развития; оказание им психологической поддержки.</p>
----------------------	---

В соответствии с ФГОС ДО в Программе **учитываются:**

- индивидуальные потребности ребенка с ОВЗ, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья;
- индивидуальные особенности и возможности каждого ребенка при построении физкультурно-коррекционной образовательной деятельности;
- специальные условия для получения образования детьми с ОВЗ, в том числе использование специальных методов, методических пособий и дидактических материалов, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий.

Основание для организации физкультурно-коррекционной работы – это медико-психолого-педагогическое заключение, определяющее образовательные потребности воспитанников, имеющих проблемы в физическом и речевом развитии.

Специальная коррекционная работа, направленная на преодоление отклонений в психофизическом развитии детей, носит индивидуально-дифференцированный характер в зависимости от потребностей в них ребенка.

**Объединение лечебно-восстановительного и коррекционно-педагогического процессов** является основным принципом работы инструктора по физической культуре с детьми с ОВЗ.

### Содержание коррекционной работы

<p><b>Коррекционная направленно сть в работе по физической</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• создавать условия для овладения и совершенствования техники основных движений: ходьбы, бега, ползания и лазанья, прыжков, бросания и ловли, включать их в режимные моменты и свободную деятельность детей (например, предлагать детям игровые задания: «пройди между стульями», «попрыгай как зайка» и т. д.);</li> <li>• использовать для развития основных движений, их техники и</li> </ul>
--	---

<p><b>культуре</b></p>	<p>двигательных качеств разные формы организации двигательной деятельности: физкультурные занятия, физкультминутки (динамические паузы); разминки и подвижные игры между занятиями, утреннюю гимнастику, «гимнастику» пробуждения после дневного сна, занятия ритмикой, подвижные игры на свежем воздухе;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• учить детей выполнять физические упражнения в коллективе сверстников, развивать способность пространственной ориентировке в построениях, перестроениях;</li> <li>• способствовать развитию координационных способностей путём введения сложно-координированных движений;</li> <li>• совершенствование качественной стороны движений — ловкости, гибкости, силы, выносливости;</li> <li>• развивать точность произвольных движений, учить детей переключаться с одного движения на другое;</li> <li>• учить детей выполнять упражнения по словесной инструкции взрослых и давать словесный отчет о выполненном движении или последовательности из двух-четырёх движений;</li> <li>• воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах движений;</li> <li>• формировать у детей навыки контроля динамического и статического равновесия;</li> <li>• учить детей сохранять заданный темп во время ходьбы (средний, медленный);</li> <li>• закреплять навыки в разных видах прыжков, развивать их технику: энергично отталкиваться и мягко приземляться с сохранением равновесия;</li> <li>• учить координировать движения в играх с мячами разных размеров ;</li> <li>• учить запоминать и проговаривать правила подвижных игр, последовательность действий в эстафетах;</li> <li>• включать элементы игровой деятельности при закреплении двигательных навыков и развитии двигательных качеств: движение по сенсорным дорожкам и коврикам, погружение в сухой бассейн и перемещение в нем в соответствии со сценарием досугов и спортивных праздников;</li> <li>• совершенствовать общую моторику, используя корригирующие упражнения для разных мышечных групп;</li> <li>• стимулировать потребность детей к точному управлению движениями в пространстве: в вертикальной, горизонтальной плоскостях ;</li> <li>• формировать у детей навыки выполнения движений и действий с предметами по словесной инструкции и умение рассказать о выполненном задании с использованием вербальных средств;</li> <li>• стимулировать положительный эмоциональный настрой детей и желание самостоятельно заниматься с полифункциональными модулями, создавая из них различные высотные и туннельные конструкции;</li> <li>• предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, сопровождать выполнение упражнений доступным речевым материалом (дети могут одновременно выполнять движения и произносить речевой материал, или же один ребенок или взрослый проговаривает его, остальные - выполняют).</li> </ul>
<p><b>Коррекционная</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• знакомить детей на доступном их восприятию уровне с условиями, необходимыми для нормального роста тела, позвоночника и правильной</li> </ul>

<p><b>направленность в работе по формированию начальным представлений о ЗОЖ</b></p>	<p>осанки, и средствами физического развития и предупреждения его нарушений (занятия на различном игровом оборудовании - для ног, рук, туловища);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• систематически проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы, сухие бассейны и пр.), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, подвижности суставов, связок и сухожилий, преодоление нервно-психической возбудимости детей, расслабление гипертонуса мышц и т. п.;</li> <li>• осуществлять контроль и регуляцию двигательной активности детей; создавать условия для нормализации их двигательной активности: привлекать к активным упражнениям и играм пассивных детей (включать их в совместные игры, в выполнение хозяйственно-бытовых поручений) и к более спокойным видам деятельности расторможенных дошкольников, деликатно ограничивать их повышенную подвижность;</li> <li>• проводить упражнения, направленные на регуляцию тонуса мускулатуры, развивая у детей самостоятельный контроль за работой различных мышечных групп на основе контрастных ощущений («сосулька зимой» — мышцы напряжены, «сосулька весной» — мышцы расслабляются); использовать упражнения по нормализации мышечного тонуса, приёмы релаксации;</li> <li>• проводить специальные игры и упражнения, стимулирующие формирование пяточно-пальцевого переката (ходьба по следам, разной поверхности — песку, мату; захват ступнями, пальцами ног предметов);</li> <li>• учитывать при отборе содержания предлагаемых упражнений необходимость достижения тонизирующего и тренирующего эффекта в ходе выполнения двигательных упражнений (нагрузка должна не только соответствовать возможностям детей, но и несколько превышать их);</li> <li>• внимательно и осторожно подходить к отбору содержания физкультурных занятий, упражнений, игр для детей, имеющих низкие функциональные показатели деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушения зрения, особенности нервно-психической деятельности (повышенная утомляемость, чрезмерная подвижность или, наоборот, заторможенность и т.д.);</li> <li>• контролировать и регулировать уровень психофизической нагрузки (снижая интенсивность движений, частоту повторений, требования к качеству движений и т.д.) в процессе коррекции недостатков моторного развития и развития разных видов детской деятельности, требующих активных движений (музыкально-ритмические занятия, хозяйственно-бытовые поручения и пр.);</li> <li>• осуществлять дифференцированный подход к отбору содержания и средств физического воспитания с учетом возрастных физических и индивидуальных возможностей детей;</li> <li>• включать упражнения по нормализации деятельности опорно-двигательного аппарата, коррекции недостатков осанки, положения стоп; осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия у детей;</li> <li>• объяснять значение, формировать навыки и развивать потребность в выполнении утренней гимнастики, закаливающих процедур (при участии взрослого);</li> <li>• учить детей элементарно рассказывать о своем самочувствии, объяснять, что болит;</li> </ul>
---	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать правильное физиологическое дыхание: навыки глубокого, ритмического дыхания с углубленным, но спокойным выдохом; правильного носового дыхания при спокойно сомкнутых губах;</li> <li>• проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы и дорожки, сухие бассейны), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, увеличение силы и тонуса мышц, подвижности суставов, связок и сухожилий, расслабление гипертонуса мышц и т. п.;</li> <li>• побуждать детей рассказывать о своем здоровье, о возникающих ситуациях нездоровья;</li> <li>• привлекать родителей к организации двигательной активности детей, к закреплению у детей представлений и практического опыта по основам ЗОЖ</li> </ul>
--	---

### **Методы и приемы коррекционно-развивающей работы с детьми с ОВЗ**

В целях направленного развития физических качеств у детей с ОВЗ используются те же методы, что и для здоровых детей:

Традиционно различаются три группы **методов**:

**наглядные методы**, к которым относятся:

- имитация (подражание);
- демонстрация и показ способов выполнения физкультурных упражнений, которому следует привлекать самих воспитанников;
- использование наглядных пособий (рисунки, фотографии, видеофильмы и т.д.);

использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов: первые побуждают детей к деятельности, помогают им уточнить представления о разучиваемом движении, овладеть наиболее трудными элементами техники, а также способствуют более эффективному развитию воссоздающего воображения; вторые применяются для освоения ритма и регулирования темпа движений, а также как сигнал для начала и окончания действия, чувства ритма и музыкальных способностей.

**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.

**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.

**Для коррекции и развития используются следующие методические приемы:**

- элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);
- симметричные и асимметричные движения;
- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;
- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);

- упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);

- упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров, указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);

- упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению; - воспроизведение заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопки и т. п.);

- пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем); - упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);

- парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

Таким образом, применение комплекса методов и приемов при работе с детьми с ОВЗ помогает более качественно организовать коррекционно-развивающую работу.

## **Рабочая программа воспитания**

### **Пояснительная записка**

Программа воспитания основана на воплощении национального воспитательного идеала, который понимается как высшая цель образования, нравственное (идеальное) представление о человеке.

Под воспитанием понимается деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Основу воспитания на всех уровнях, начиная с дошкольного, составляют традиционные ценности российского общества. Традиционные ценности – это нравственные ориентиры, формирующие мировоззрение граждан России, передаваемые от поколения к поколению, лежащие в основе общероссийской гражданской идентичности и единого культурного пространства страны, укрепляющие гражданское единство, нашедшие свое уникальное, самобытное проявление в духовном, историческом и культурном развитии многонационального народа России.

Программа воспитания предусматривает приобщение детей к традиционным ценностям российского общества – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России.

Вся система ценностей российского народа находит отражение в содержании воспитательной работы ДОО, в соответствии с возрастными особенностями детей. енности Родина и природа лежат в основе патриотического направления воспитания. енности милосердие, жизнь, добро лежат в основе духовно-нравственного направления



воспитания

енности человек, семья, дружба, сотрудничество лежат в основе социального направления воспитания.

енность познание лежит в основе познавательного направления воспитания.

енности жизнь и здоровье лежат в основе физического и оздоровительного направления воспитания.

енность труд лежит в основе трудового направления воспитания.

енности культура и красота лежат в основе эстетического направления воспитания.

Целевые ориентиры воспитания следует рассматривать как возрастные характеристики возможных достижений ребёнка, которые коррелируют с портретом выпускника ДОО и с традиционными ценностями российского общества.

С учётом особенностей социокультурной среды, в которой воспитывается ребёнок, в программе воспитания находит отражение взаимодействие всех субъектов воспитательных отношений. Реализация Программы воспитания предполагает социальное партнерство ДОО с другими учреждениями образования и культуры (музеи, театры, библиотеки, и другое), в том числе системой дополнительного образования детей.

### Целевой раздел Программы воспитания

#### Цель и задачи воспитания в процессе оздоровления и физического развития

<b>Ц</b> <b>е</b> <b>л</b> <b>ь</b>	Развитие личностных качеств ребёнка в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности, основанной на традиционных ценностях российского общества.
<b>З</b> <b>а</b> <b>д</b> <b>а</b> <b>ч</b> <b>и</b>	Создать условия для развития и реализации личностного потенциала ребёнка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию. Формировать первоначальные представления о традиционных ценностях российского народа посредством различных видов физкультурно-оздоровительной деятельности. Приобщать к истории и культуре своей Родины, своего народа и родного края на основе физкультурно-оздоровительной работы. Содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе нормах и правилах, представлениях о добре и зле. Осуществлять поддержку позитивной социализации ребёнка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей. Организовать конструктивное взаимодействие инструктора по физкультуре с коллегами, родителями и социумом по воспитанию ребенка дошкольного возраста. 7. Обогащать воспитательный потенциал ДОО посредством разнообразных форм дополнительного образования: спортивных кружков, секций, ЗОЖ-студии.

#### Направления воспитания

Направление воспитания	Цель	Ценности	Содержание
Патриотическое направление	Содействовать формированию у ребёнка личностной позиции	Родина и природа лежат в основе патриотического направления воспитания. Чувство патриотизма возникает у ребёнка вследствие	Патриотическое направление воспитания базируется на идее

	<p>наследника традиций и культуры, защитника Отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны.</p>	<p>воспитания у него нравственных качеств, интереса, чувства любви и уважения к своей стране - России, своему краю, малой родине, своему народу и народу России в целом (гражданский патриотизм), ответственности, ощущения принадлежности к своему народу.</p>	<p>патриотизма как нравственного чувства, которое вырастает из культуры человеческого бытия, особенностей образа жизни и её уклада, народных и семейных традиций. Работа по патриотическому воспитанию предполагает: формирование «патриотизма наследника», испытывающего чувство гордости за наследие своих предков (предполагает приобщение детей к истории, культуре и традициям нашего народа: отношение к труду, семье, стране и вере); «патриотизма защитника», стремящегося сохранить это наследие развитие у детей готовности преодолевать трудности ради своей семьи, малой родины); «патриотизма созидателя и творца», устремленного в будущее,</p>
--	---	---	---

			уверенного в благополучии и процветании своей Родины (предполагает конкретные каждодневные дела, направленные, например, на поддержание чистоты и порядка, опрятности и аккуратности, а в дальнейшем - на развитие всего своего населенного пункта, района, края, Отчизны в целом).
Духовно-нравственное направление	Формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально-ответственному поведению.	Жизнь, милосердие, добро лежат в основе духовно-нравственного направления воспитания.	Духовно-нравственное воспитание направлено на развитие ценностно-смысловой сферы дошкольников на основе творческого взаимодействия в детско-взрослой общности, содержанием которого является освоение социокультурного опыта в его культурно-историческом и личностном аспектах.
Социальное направление	Формирование ценностного	Семья, дружба, человек и сотрудничество лежат в основе	В дошкольном детстве ребёнок

	<p>отношения детей к семье, другому человеку, развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми.</p>	<p>социального воспитания.</p> <p>направления</p>	<p>начинает осваивать все многообразие социальных отношений и социальных ролей. Он учится действовать сообща, подчиняться правилам, нести ответственность за свои поступки, действовать в интересах других людей. Формирование ценностно-смыслового отношения ребёнка к социальному окружению невозможно без грамотно выстроенного воспитательного процесса, в котором проявляется личная социальная инициатива ребёнка в детско-взрослых и детских общностях. Важной составляющей социального воспитания является освоение ребёнком моральных ценностей, формирование у него нравственных</p>
--	---	---	--

			<p>качеств и идеалов, способности жить в соответствии с моральными принципами и нормами и воплощать их в своем поведении.</p> <p>Культура поведения в своей основе имеет глубоко социальное нравственное чувство - уважение к человеку, к законам человеческого общества.</p> <p>Конкретные представления о культуре поведения усваиваются ребёнком вместе с опытом поведения, с накоплением нравственных представлений, формированием навыка культурного поведения.</p>
Познавательное направление	Формирование ценности познания.	Познание лежит в основе познавательного направления воспитания.	В ДОО проблема воспитания у детей познавательной активности охватывает все стороны воспитательного процесса и является неременным условием

			<p>формирования умственных качеств личности, самостоятельности и инициативности ребёнка. Познавательное и духовно-нравственное воспитание должны осуществляться в содержательном единстве, так как знания наук и незнание добра ограничивает и деформирует личностное развитие ребёнка. Значимым является воспитание у ребёнка стремления к истине, становление целостной картины мира, в которой интегрировано ценностное, эмоционально окрашенное отношение к миру, людям, природе, деятельности человека.</p>
<p>Физическое и оздоровительное направление</p>	<p>Формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными</p>	<p>Жизнь и здоровье лежит в основе физического и оздоровительного направления воспитания.</p>	<p>Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления</p>

	гигиеническими навыками и правилами безопасности.		здоровья детей, становления осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.
Трудовое направление	Формирование ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребёнка к труду.	Труд лежит в основе трудового направления воспитания.	Трудовое направление воспитания направлено на формирование и поддержку привычки к трудовому усилию, к доступному напряжению физических, умственных и нравственных сил для решения трудовой задачи; стремление приносить пользу людям. Повседневный труд постепенно приводит детей к осознанию нравственной стороны труда. Самостоятельность в выполнении трудовых поручений способствует формированию ответственности за свои действия.

<p>Эстетическое направление</p>	<p>Способствовать становлению у ребёнка ценностного отношения к красоте.</p>	<p>Культура, красота, лежат в основе эстетического направления воспитания.</p>	<p>Эстетическое воспитание направлено на воспитание любви к прекрасному окружающей обстановке, в природе, в искусстве, в отношениях, развитие у детей желания и умения творить. Эстетическое воспитание через обогащение чувственного опыта и развитие эмоциональной сферы личности влияет на становление нравственной и духовной составляющих внутреннего мира ребёнка. Искусство делает ребёнка отзывчивее, добрее, обогащает его духовный мир, способствует воспитанию воображения, чувств. Красивая и удобная обстановка, чистота помещения, опрятный вид детей и взрослых содействуют воспитанию художественного вкуса.</p>
---------------------------------	--	--	--



## Целевые ориентиры воспитания

Деятельность инструктора по физкультуре нацелена на перспективу становления личности и развития ребёнка. Поэтому планируемые результаты представлены в виде целевых ориентиров как обобщенные «портреты» ребёнка к концу раннего и дошкольного возрастов.

В соответствии с ФГОС ДО оценка результатов воспитательной работы не осуществляется, так как целевые ориентиры основной образовательной программы дошкольного образования не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей.

### Целевые ориентиры воспитания детей раннего возраста (к трем годам)

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Патриотическое направление	Родина, природа	Проявляющий привязанность к близким людям, бережное отношение к живому
Духовно Нравственное направление	Жизнь, милосердие, добро	Способный понять и принять, что такое «хорошо» и «плохо». Проявляющий сочувствие, доброту.
Социальное направление	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Испытывающий чувство удовольствия в случае одобрения и чувство огорчения в случае неодобрения со стороны взрослых. Проявляющий интерес к другим детям и способный бесконфликтно играть рядом с ними. Проявляющий позицию «Я сам!». Способный к самостоятельным (свободным) активным действиям в общении.
Познавательное направление	Познание	Проявляющий интерес к окружающему миру. Любознательный, активный в поведении и деятельности.
Физическое и оздоровительное направление	Здоровье, жизнь	Понимающий ценность жизни и здоровья, владеющий основными способами укрепления здоровья - физическая культура, закаливание, утренняя гимнастика, личная гигиена, безопасное поведение и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества.
Трудовое направление	Труд	Поддерживающий элементарный порядок в окружающей обстановке. Стремящийся помогать старшим в доступных трудовых действиях. Стремящийся к результативности, самостоятельности, ответственности в самообслуживании, в быту,

<b>Направление воспитания</b>	<b>Ценности</b>	<b>Целевые ориентиры</b>
		в игровой и других видах деятельности (конструирование, лепка, художественный труд, детский дизайн и другое).
Эстетическое направление	Культура и красота	Проявляющий эмоциональную отзывчивость на красоту в окружающем мире и искусстве. Способный к творческой деятельности (изобразительной, декоративно-оформительской, музыкальной, словесно-речевой, театрализованной и другое)

### **Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения программы**

<b>Направление воспитания</b>	<b>Ценности</b>	<b>Целевые ориентиры</b>
Патриотическое направление	Родина, природа	Любящий свою малую родину и имеющий представление о своей стране - России, испытывающий чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.
Духовно Нравственное направление	Жизнь, милосердие, добро	Различающий основные проявления добра и зла, принимающий и уважающий традиционные ценности, ценности семьи и общества, правдивый, искренний, способный к сочувствию и заботе, к нравственному поступку. Способный не оставаться равнодушным к чужому горю, проявлять заботу; Самостоятельно различающий основные отрицательные и положительные человеческие качества, иногда прибегая к помощи взрослого в ситуациях морального выбора.
Социальное направление	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Проявляющий ответственность за свои действия и поведение; принимающий и уважающий различия между людьми. Владеющий основами речевой культуры. Дружелюбный и доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, способный взаимодействовать со взрослыми и сверстниками на основе общих интересов и дел.
Познавательное направление	Познание	Любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом. Проявляющий активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании. Обладающий первичной

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
		картиной мира на основе традиционных ценностей.
Физическое и оздоровительное направление	Здоровье, жизнь	Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья - занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.
Трудовое направление	Труд	Понимающий ценность труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда, результатам их деятельности. Проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.
Эстетическое направление	Культура и красота	Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве. Стремящийся к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности.

## одержательный раздел Программы воспитания

### Уклад образовательной организации

Уклад в ДОО основывается на общепедагогических принципах, изложенных в ФГОС дошкольного образования (Раздел I, пункт 1.2.):

- поддержка разнообразия детства;
- сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду
- лично-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и детей;
- уважение личности ребенка.

Уклад задает и удерживает ценности физического воспитания. В связи с этим, в содержании работы с детьми по данному направлению ключевым является **приоритет культурных ценностей здорового образа жизни**: у дошкольников развивают потребность в ежедневной двигательной активности, формируют практические навыки сохранения и укрепления своего здоровья, воспитывают дружеские взаимоотношения между детьми, умение взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, достигать общих интересов, договариваться, помогать друг другу.

**Подвижные игры, в том числе, народные подвижные игры** традиционно рассматриваются педагогами ДОО и инструктором по физкультуре в качестве наиболее доступного и действенного в воспитательном отношении вида деятельности, которое обеспечивает физическое развитие и личностные качества дошкольников в соответствии с общечеловеческими и национальными ценностными установками. Физкультурные досуги и праздники проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Поэтому упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка.

Уклад учитывает **этнокультурные и региональные особенности** воспитательного процесса в ДОО. В основе лежат идеи этнопедагогике, которые являются составной частью общей духовной культуры народа. Инструктор по физкультуре и педагоги детского сада посредством реализации различных программ, проектов, ежедневных социокультурных воспитательных ситуаций формируют у детей первичные знания о себе, своем этносе, культурных и спортивных традициях, известных спортсменах родного края. В результате у дошкольников развиваются социально-личностные качества, необходимые для формирования уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и окружающему социуму.

При организации процесса воспитания в рамках ОО «Физическое развитие» **учитываются климатические особенности региона**: время начала и окончания тех или иных сезонных явлений (листопад, таяние снега и т.д.) и интенсивность их протекания; длительность светового дня; погодные условия и т.д.

Одним из основных условий организации Уклада в ДОО является создание **системы лично-ориентированного взаимодействия инструктора по физкультуре и родителей (законных представителей)**. Характеризуется данное сотрудничество преобладающей активностью семьи в инициировании и поддержании совместных физкультурно-оздоровительных мероприятий, проявлением сознательной педагогической позиции, пропаганде ценностей здорового образа жизни в семье.

Установлены конструктивные отношения с социальными партнерами, которые способствуют обогащению двигательного опыта детей, приобщению их к национальным традициям, участвуют в проведении совместных проектов, концертов, праздников и других спортивных мероприятий.

### **Воспитывающая среда образовательной организации**

Воспитывающая среда - это пространство, в рамках которого происходит процесс воспитания.

Для организации воспитывающей среды инструктором по физкультуре и другими педагогами образовательной организации **создан комплекс благоприятных условий**, которые способствуют личностному развитию каждого ребёнка на основе традиционных ценностей российского общества:

словия для формирования эмоционально-ценностного отношения дошкольника к спорту, здоровому образу жизни, другим людям, себе;

словия для обретения ребёнком первичного опыта физкультурно-оздоровительной деятельности и поступков в соответствии с социально-ценностными ориентирами;

словия для становления самостоятельности, инициативности и творческого взаимодействия в детско-взрослых и детско-детских общностях, включая разновозрастное детское сообщество.

Для этого инструктор по физкультуре и воспитатели вовлекают дошкольников в различные виды двигательной деятельности: гимнастику, освоение основных движений и общеразвивающих упражнений, подвижные игры и др. Каждому ребенку предоставляется возможность самореализоваться, приобрести социально значимые знания, развить социально значимые отношения, получить опыт участия в общественных делах спортивного характера.

Физкультурно-оздоровительная среда насыщена воспитательным содержанием, которое реализуется:

- в процессе организованной образовательной деятельности с дошкольниками;
- при взаимодействии инструктора по физкультуре с детьми в режимные моменты;
- в самостоятельной деятельности детей;
- в процессе сотрудничества с семьями воспитанников и социальными партнерами по реализации задач Программы.

В творческие проекты и планы воспитательной направленности включены мероприятия по ознакомлению со спортивными традициями и культурой народов России, социальным миром родного края, с государственной символикой и значимыми историческими датами Российской Федерации.

Предметная среда, созданная взрослыми, способствует воспитанию нравственных, гражданских, эстетических и других общественно значимых качеств личности ребенка.

Педагогическая необходимость созданных условий в том, что у детей через физкультурно-оздоровительную деятельность формируются эмоционально-ценностное отношение, социальные установки и активная жизненная позиция, обеспечивающие достижение поставленных воспитательных целей.

### **Общности образовательной организации**

В дошкольной организации действуют разнообразные по форме и направлениям взрослые, детско-взрослые и детские общности. Базовые общенациональные ценности полноценный опыт социализации дошкольников.

**1. Профессиональная общность педагогов.** Участники общности разделяют те ценности, которые заложены в содержании Программы. Основой эффективности такой общности является рефлексия собственной профессиональной деятельности.

Цель - совершенствовать качество воспитательного процесса посредством повышения профессиональной компетентности педагогов.

**К профессиональным общностям** в нашем детском саду относятся:

- педагогический совет;
- методическое объединение;
- психолого-педагогический консилиум;
- творческая группа по оздоровлению и физическому развитию дошкольников.

Педагоги детского сада характеризуются профессиональной компетентностью, развитым педагогическим мышлением, мотивированной готовностью к инновациям, принятием ценностных ориентаций, идеалов, соблюдением профессиональной чести и достоинства, владением культурой диалога, заинтересованностью к профессиональному совершенствованию.

По отношению к детям инструктор по физкультуре, воспитатели, специалисты и другие сотрудники:

- являются примером в формировании полноценных и сформированных ценностных ориентиров, норм общения и поведения;

- мотивируют детей к общению друг с другом, поощрять даже самые незначительные стремления к общению и взаимодействию;  
заботятся о том, чтобы дети непрерывно приобретали опыт общения на основе чувства доброжелательности;  
воспитывают в детях такие качества личности, которые помогают влиться в общество сверстников (организованность, общительность, отзывчивость, щедрость, доброжелательность и пр.);  
учат детей совместной деятельности, насыщают их жизнь событиями, которые спланировали бы и объединили ребят.

#### **профессионально-родительская общность.**

В дошкольной организации создано единое педагогическое пространство взаимодействия инструктора по физкультуре, педагогов и родителей для обмена опытом, знаниями, идеями, обсуждения и решения конкретных образовательных задач.

Используются как традиционные формы, так и новые технологии сотрудничества.

Так, на базе детского сада функционирует **клуб педагогов и родителей «Университет здоровья»**, который включает инструктора по физкультуре, педагогов ДОО и всех взрослых членов семей воспитанников. Цель клуба - объединение усилий по воспитанию ребенка в семье и в детском саду на основе физкультуры и спорта. В основе данного клуба лежит принцип сотрудничества. Родители - активные помощники и партнёры воспитательного процесса, они являются постоянными участниками всех спортивных и оздоровительных мероприятий детского сада. Взаимодействие носит систематический и плановый характер.

В социальной группе в ВКонтакте создана еще одна профессионально-родительская общность (инструктор по физкультуре и родители): **клуб «Родительский чат»** для оперативной связи по различным вопросам физического воспитания, обучения и развития дошкольников.

С целью подготовки к различным мероприятиям и для обогащения развивающей физкультурно-оздоровительной предметно-пространственной среды создана **«Мастерская»**, где родители и педагоги изготавливают атрибуты, тренажеры, пособия, элементы костюмов.

Данные формы взаимодействия характеризуются активностью семьи, конструктивным вовлечением родителей в образовательный процесс, участием в различных мероприятиях, проявлением сознательной педагогической позиции.

3. **Детско-взрослая общность.** Для этой общности характерно содействие друг другу, сотворчество и сопереживание, взаимопонимание и взаимное уважение, отношение к ребенку как к полноправному человеку, наличие общих симпатий, ценностей и смыслов у всех участников общности. Детско-взрослые сообщества в ДОО организуются по инициативе детей и взрослых на основе социально значимых задач, партнерства и сотрудничества. Цель - создание воспитательного коллектива с системой неформальных связей и отношений между детьми и взрослыми.

Для повышения качества воспитания в рамках физкультурно-оздоровительной деятельности в нашей дошкольной организации созданы следующие детско-взрослые общности:

- физкультурно-оздоровительный клуб **«Спортивная семья»**.

Взаимодействие в данных общностях реализуется на основе коллективной практической деятельности. Содержание выстраивается с учетом региональной специфики, социокультурной ситуации развития каждого ребенка, его возрастных и индивидуальных особенностей.

Виды совместной деятельности: игровая, познавательная, коммуникативная, продуктивная, двигательная, художественно-эстетическая. Общими для всех детско-взрослых сообществ являются такие формы работы как: проекты, тематические вечера, физкультурно-оздоровительные праздники, «Встречи друзей».

#### 4. **Детская общность.**

Детская общность – это необходимое условие полноценного развития личности ребенка. Здесь он непрерывно приобретает способы общественного поведения, под руководством педагога учится умению дружно жить, сообща играть, заниматься спортом, достигать поставленной цели.

Педагогическое содействие (помощь) инициативам и осознанной активности детей в общностях оказывают инструктор по физкультуре, воспитатели и родители.

### **Задачи воспитания в образовательных областях**

Для проектирования содержания воспитательной работы инструктору по физкультуре необходимо соотнести направления воспитания и образовательные области.

Содержание Программы воспитания реализуется в ходе освоения детьми дошкольного возраста всех образовательных областей, обозначенных в ФГОС ДО:

- образовательная область «Социально-коммуникативное развитие» соотносится с патриотическим, духовно-нравственным, социальным и трудовым направлениями воспитания;

- образовательная область «Познавательное развитие» соотносится с познавательным и патриотическим направлениями воспитания;

- образовательная область «Речевое развитие» соотносится с социальным и эстетическим направлениями воспитания;

- образовательная область «Художественно-эстетическое развитие» соотносится с эстетическим направлением воспитания;

- образовательная область «Физическое развитие» соотносится с физическим и оздоровительным направлениями воспитания.

<b>Образовательная область</b>	<b>Приобщение детей к ценностям</b>	<b>Задачи</b>
Социально-коммуникативное развитие	«Родина», «Природа», «Семья», «Человек», «Жизнь», «Милосердие», «Добро», «Дружба», «Сотрудничество», «Труд».	- воспитание любви к своей семье, своему населенному пункту, родному краю, своей стране; - воспитание уважительного отношения к ровесникам, родителям (законным представителям), соседям, другим людям вне зависимости от их этнической принадлежности; - воспитание ценностного отношения к культурному наследию своего народа, к нравственным и культурным традициям России; - содействие становлению целостной картины мира, основанной на представлениях о добре и зле, прекрасном и безобразном, правдивом и ложном; - воспитание социальных чувств и навыков: способности к сопереживанию,

		<p>общительности, дружелюбия, сотрудничества, умения соблюдать правила, активной личностной позиции.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создание условий для возникновения у ребёнка нравственного, социально значимого поступка, приобретения ребёнком опыта милосердия и заботы;</li> <li>- поддержка трудового усилия, привычки к доступному дошкольнику напряжению физических, умственных и нравственных сил для решения трудовой задачи;</li> <li>- формирование способности бережно и уважительно относиться к результатам своего труда и труда других людей.</li> </ul>
Познавательное развитие	«Человек», «Семья», «Познание», «Родина», «Природа»	<ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитание отношения к знанию как ценности, понимание значения образования для человека, общества, страны;</li> <li>- приобщение к отечественным традициям и праздникам, к истории и достижениям родной страны, к культурному наследию народов России;</li> <li>- воспитание уважения к людям – представителям разных народов России независимо от их этнической принадлежности;</li> <li>- воспитание уважительного отношения к государственным символам страны (флагу, гербу, гимну);</li> <li>- воспитание бережного и ответственного отношения к природе родного края, родной страны, приобретение первого опыта действий по сохранению природы.</li> </ul>
Речевое развитие	«Культура», «Красота»,	<ul style="list-style-type: none"> <li>- владение формами речевого этикета, отражающими принятые в обществе правила и нормы культурного поведения;</li> <li>- воспитание отношения к родному языку как ценности, умения чувствовать красоту языка, стремления говорить красиво (на правильном, богатом, образном языке).</li> </ul>
Художественно-эстетическое развитие	«Красота», «Культура», «Человек», «Природа»	<ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитание эстетических чувств (удивления, радости, восхищения, любви) к различным объектам и явлениям окружающего мира (природного, бытового, социокультурного), к произведениям разных видов, жанров и стилей искусства (в</li> </ul>



		<p>соответствии с возрастными особенностями);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- приобщение к традициям и великому культурному наследию российского народа, шедеврам мировой художественной культуры с целью раскрытия ценностей «Красота», «Природа», «Культура»;</li> <li>- становление эстетического, эмоционально-ценностного отношения к окружающему миру для гармонизации внешнего мира и внутреннего мира ребёнка;</li> <li>- формирование целостной картины мира на основе интеграции интеллектуального и эмоционально-образного способов его освоения детьми;</li> <li>- создание условий для выявления, развития и реализации творческого потенциала каждого ребёнка с учётом его индивидуальности, поддержка его готовности к творческой самореализации и сотворчеству с другими людьми (детьми и взрослыми).</li> </ul>
Физическое развитие	«Жизнь», «Здоровье»	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре;</li> <li>- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилами;</li> <li>- воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.</li> </ul>

### **Формы совместной деятельности в образовательной организации**

#### **Работа с родителями (законными представителями)**

Одним из основных условий для сохранения и укрепления здоровья ребенка является создание системы лично-ориентированного взаимодействия взрослых: педагогов и родителей.

Характеризуется данное взаимодействие преобладающей активностью семьи в инициировании и поддержании совместных мероприятий, проявлением сознательной педагогической позиции. Во главе угла - взаимная осознанность, самостоятельность и компетентность.

#### **Цель и задачи работы с родителями**

<b>Цель</b>	Формирование ответственных взаимоотношений с родителями и развитие их компетентности в вопросах воспитания ребенка дошкольного возраста.
<b>Задачи</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Создать условия для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества инструктора по физкультуре с семьями воспитанников.</li> <li>2. Познакомить родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье на основе физкультурно-оздоровительной деятельности.</li> <li>3. Информировать об актуальных задачах воспитания детей и о возможностях физкультуры и спорта в решении данных задач.</li> <li>4. Сформировать педагогические знания и умения родителей в вопросах оздоровления и физического развития детей дошкольного возраста.</li> <li>5. Привлечь семьи дошкольников к участию в совместных с инструктором по физкультуре мероприятиях, организуемых в детском саду, муниципалитете, регионе, в Российской Федерации.</li> </ol>

Ключевым направлением в работе инструктора по физкультуре является **формирование у родителей педагогической компетенции и педагогической рефлексии**, позволяющих понимать своего ребенка, организовать правильно общение с ним и совместную физкультурно-оздоровительную деятельность. В связи с этим, взаимодействие строится с использованием консультаций, семинаров-практикумов, мастер-классов, открытых занятий. Практикуются коллективные формы совместной деятельности: родительские собрания, заседания в **клубе** «Университет здоровья», общение в «Родительском чате».

**Вовлечение семей воспитанников в образовательный процесс** реализуется посредством организации совместных проектов, праздников, соревнований, тематических Дней, работы в «Мастерской», участия в клубе «Спортивная семья» и в «Клубе туриста». Такое осознанное включение родителей в единый совместный процесс оздоровления своего ребенка позволяет значительно повысить эффективность взаимодействия с семьями воспитанников и реализовать все поставленные задачи.

Другим важным направлением сотрудничества является **знакомство родителей с лучшим опытом физического воспитания** в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании детей по оздоровлению и физическому развитию. Для этого проводятся родительские конференции, консультации и ролевое проигрывание проблемных ситуаций на обучающих занятиях.

Особое внимание инструктор по физкультуре уделяет **сопровождению педагогических инициатив семьи**. Инициативы выявляются путем анкетирования, опросов, бесед, ситуативных разговоров и других форм взаимодействия. Педагог поддерживает творческие начинания родителей, совместно с ними разрабатывает и организует мероприятия для детей. Педагогическая инициатива родителей - это новый этап сотрудничества с ними, показатель качества воспитательной работы.

Еще одной особенностью работы инструктора по физкультуре с семьей является **смещение акцента с просвещения и обучения родителей на их активное самообразование**. Педагог содействует в этом вопросе посредством создания банка электронных ресурсов, предоставления педагогической информации на сайте ДОО и в «родительских уголках» групп, через личные и групповые консультации, тренинги, практикумы.

Кроме основных форм работы осуществляется постоянное взаимодействие в процессе:

- ежедневных непосредственных контактов, в утренние и вечерние часы;

- неформальных бесед по вопросам воспитания на основе физкультурно-оздоровительной деятельности

### **События образовательной организации**

В ДОО разработан годовой цикл воспитательной работы, в основе которой - общие для всего детского сада событийные мероприятия. Событийный подход рассматривается педагогическим коллективом детского сада как педагогическая технология организации и осуществления значимых событий в жизни ребенка или коллектива детей.

Свою работу инструктор по физкультуре также **организует в рамках событийности**. Основой для планирования являются примерные темы (праздники, события, проекты, явления), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а также вызывают личностный интерес детей.

В **событийных мероприятиях** участвуют дошкольники разных возрастов. Проводятся государственные и народные праздники, отмечаются памятные даты, традиционные мероприятия.

#### **На уровне детского сада:**

- социальные праздники: День Победы, День защитника Отечества, 8 Марта;
- мероприятия по теме искусства и литературы: День детской книги;
- традиционные праздничные события общества: Новый год, День матери, День космонавтики и др.;
- социальные акции: «Друзья наши меньшие» и др.;
- события народной культуры и народных традиций: Масленица и др.
- социальные проекты: «Мой любимый детский сад».

#### **На уровне групп:**

- «День рождения»;
- «Любимые игры детей нашей группы».

Во все указанные мероприятия **включены подвижные игры, народные игры, физкультурные или оздоровительные упражнения, эстафеты, соревнования.**

#### **Дополнительно, в рамках ОО «Физическое развитие**

Яркая наглядность (оформление места проведения события согласно тематике), творческое игровое действие, неожиданность и сюрпризность - обязательные критерии подготовки и проведения мероприятия.

По итогам события проводится обмен мнениями и впечатлениями, анализируются полученные результаты, определяется эффективность воспитательного воздействия, учитывается положительный и негативный опыт организации и осуществления события. С учетом проведенного анализа вносятся коррективы в воспитательный процесс.

Событийные мероприятия воспитательного характера позволяют систематизировать, обобщить и свести эмоционально-ценностные представления дошкольников в единую гармоничную картину окружающего мира и вызывают позитивный эмоциональный отклик в сознании детей всех возрастов.

### **Совместная деятельность в образовательных ситуациях**

Совместная деятельность в образовательных ситуациях является ведущей формой организации сотрудничества инструктора по физкультуре и ребёнка по освоению данной Программы, в рамках которой возможно решение конкретных задач.

В основе совместной деятельности лежит личностно-ориентированный подход педагога к детям. Этот подход предполагает:

1. Формирование эмоционально-ценностного отношения ребенка к окружающей социальной действительности на основе физического воспитания. Дошкольник эмоционально переживает предложенную информацию или ситуации, становится участником событий, а инструктор по физкультуре поддерживает стремление ребенка узнать что-то новое.

2. Формирование личностной позиции. Полученные знания должны превратиться в личное убеждение, во внутреннюю потребность и привычку уважительно относиться к людям, любить свою Родину, соблюдать нравственные нормы. В этом случае ребенок оценивает свои действия и действия других на основе собственного сформированного эмоционально-личностного отношения к окружающему социуму.

Основной функциональной характеристикой совместной деятельности являются партнерские отношения между инструктором по физкультуре и ребенком, их равноправное включение в процесс деятельности. Педагог участвует в реализации поставленной цели наравне с детьми в качестве более опытного и компетентного партнера. Такой стиль воспитания обеспечивает каждому ребенку чувство психологической защищенности, способствует развитию его индивидуальности, положительных взаимоотношений с окружающими людьми.

#### **Основные виды организации совместной деятельности:**

- ситуативная беседа, советы, вопросы;
- социальное моделирование, воспитывающая (проблемная) ситуация;
- сюжетные спортивные игры, подвижные и малоподвижные игры;
- разучивание музыкально-ритмических и творческих физкультурных композиций;
- физкультурные этюды-инсценировки;
- рассматривание и обсуждение картин и книжных иллюстраций, просмотр видеороликов, презентаций, мультфильмов;
- посещение спортивных мероприятий, экскурсии в общеобразовательную организацию, в организации социальных партнеров;
- организация выставок рисунков по итогам проведения и обсуждения физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- игровые методы (игровая роль, игровая ситуация, игровое действие и другие);
- демонстрация собственной нравственной позиции инструктором по физкультуре, личный пример, приучение к вежливому общению, поощрение (одобрение, тактильный контакт, похвала, поощряющий взгляд).

### **Организация предметно-пространственной среды**

Развивающая предметно-пространственная среда (РППС) физкультурного зала и Центров двигательной активности в группах отражает ценности, на которых строится Программа, и способствует принятию этих ценностей ребенком.

РППС оснащена большим количеством материалов и оборудования, способствующих личностному развитию дошкольников и созданию условий для их позитивной социализации на основе базовых ценностей российского общества.

#### **Компоненты и содержание воспитательной предметно-пространственной среды физкультурного зала и групп**

№№	Комп онен ты сред	Соде ржан ие пред
----	----------------------------	----------------------------

	ы	метн о- прос тран стве нной сред ы
	<p>Знак и и симв олы госуд арств а, регио на, насел енног о пунк та и ДОО</p>	<p>Лэпб уки волы Росс ии», «Сим волы моег о город а», в котор ых есть изобр ажен ия герба и флага Росс ии, регио на, родн ого город а (посе лка), порт рет През иден та.</p> <p>Альб омы и фото граф ии с изобр</p>

		<p>ажением спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий, проведенных в детском саду, в регионах и в России. Аудиозапись Гимна РФ. Аудиозаписи патриотических песен.</p>
	<p>Компоненты, отражающие региональ</p>	<p>Оборудование, атрибуты и пособия, отражающие</p>

	<p>ные, этнографически и другие особенности социальнотурных условий, в которых находится ДОО</p>	<p>культуры и быт народов родного края и использование в физкультурно-оздоровительной деятельности. Альбом с фотографиями региональных спортсменов и спортивных сооружений. Аудиозаписи фольклорных песен народов родного</p>
--	--	---

		<p>края. Физк ульту рное обору дова ние на участ ках ДОО.</p>
	<p>Комп онент ы сред ы, отра жаю щие эколо гичн ость, прир одосо образ ность и безоп аснос ть.</p>	<p>Фото выст авки, спосо бству ющи е само иден тичн ости ребен ка: «Люб имые игры ребят наше й груп пы», «Я - спорт смен! ». Посо бия и игры - само делк и, изгот овлен ные конк ретн ыми деть</p>



	<p>МИ СОВМ ЕСТНО С РОДИ ТЕЛЯ МИ, ВОСП ИТАТЕ ЛЯМИ ИЛИ ИНСТ РУКТО РОМ ПО ФИЗК УЛЬТУ РЕ. Физк УЛЬТУ РНЫЕ ТРЕНА ЖЕРЫ ИЗ НЕТРА ДИЦИ ОННО ГО ИЛИ БРОС ОВОГО МАТЕР ИАЛА. Обор удова ние, инве нтарь и посо бия для физи ческо го разви тия детей в соотв етств</p>
--	---

ии с  
особе  
ннос  
тями  
кажд  
ого  
возра  
стног  
о  
этапа

Все  
эле  
менты  
РПП  
С  
соотв  
етств  
уют  
требо  
вани  
ям по  
обесп  
ечен  
ию  
надё  
жнос  
ти и  
безоп  
аснос  
ти их  
испо  
льзов  
ания,  
санит  
арно-  
эпид  
емио  
логи  
чески  
м  
прав  
илам  
и  
норм  
атива  
м,  
прав  
илам  
пожа  
рной

		безопасности.
	КомпONENTы среды, обеспечивающие детям возможность общения, игры и совместной деятельности	Игрушки, атрибуты, пособия и оборудование для спортивных мероприятий, подвижных игр, гимнастики, оздоровительных упражнений. Игровые модули, игровые ширмы. Полифункциональные предметы, предметы

		<p>- заместители, природные материалы, пригодные для использования в физкультурно-оздоровительной деятельности. Книжки, альбомы по спортивной тематике.</p>
	<p>Компьютеры, средства отражающие ценность семьи, людей</p>	<p>Игрушки, атрибуты, пособия и оборудование для сюжетно-ролевых и</p>

	<p>разных поколений, радость общения с семьей</p>	<p>творческих игр на спортивную тематику. Фотоальбомы с фотографиями членов семьи воспитанников, выступающих на спортивных мероприятиях. Рисунки детей на тему «Рт и семья».</p> <p>Тематическая папка «Важные игры наши»</p>
--	---	---

		х бабушек и дедушек»
	Компоненты среды, обеспечивающие ребёнку возможность познать окружающего мира, развитие, экспериментирование, освоение новых технологий, раскрытие творческих способностей, необходимость научного	Спортивные предметы для занятий спортом. Схемы, графические знаки мнемотаблицы для разучивания ОВД, ОРУ, физкультурных композиций. Предметы - заместители для физкультурно-оздоровите

	<p>позна ния, форм ирую щие науч ную карти ну мира</p>	<p>льно й деяте льно сти. Илл юстр ативн ый матер иал: книг и, энци клоп едии, темат ическ ие альбо мы и др.</p>
	<p>Комп онент ы сред ы, обесп ечива ющи е ребён ку возмо жнос ти для укре плен ия здоро вья, раскр ываю щие смыс л здоро вого образ</p>	<p>Нест андар тное обору дова ние для дыха тельн ой и пальч иково й гимн астик  Элем енты кост юмов для сюже тных гимн астик и музы кальн</p>

	а жизн и, физи ческо й культ уры и спорт а	о- спорт ивны х празд нико в (шап очки, наки дки, маск и и т.д.). Атри буты для подв ижны х, мало подв ижны х и само стоят ельн ых игр. Дида ктиче ские игры, посо бия, атриб уты, спосо бству ющи е ознак омле нию детей с культ урой ЗОЖ. Ауди озапи
--	--	--



	<p>си для пров еден ия гимн астик . Колл екци я оздор овите льны х игр Желе знов ых, разви вающ ие виде о и презе нтац ии об орган изме челов ека, здоро вом пита нии, полез ной и вред ной пище . Посо бия, книг и, энци клоп едии, альбо мы, демо нстра</p>
--	---

		<p>ционный материал по формированию у детей знаний о ЗОЖ.</p>
	<p>КомпONENTы среды, предоставляющие ребёнку возможность погружения в культуру России, знакомства с особенностями традиций многонационального российского народа</p>	<p>Реальные предметы быта народов России, муляжи, макеты, используемые в физкультурно-оздоровительной деятельности. Дидактический материал, предметы и пособия по</p>

	да.	ознак омле нию с наро дно- прик ладн ым творч ество м, тради цион ными обря довы ми празд ника ми мног онац иона льног о росс ийск ого наро да. Обор удова ние и атриб уты для подв ижны х и сюже тных наро дных игр. Кост юмы и эleme нты кост
--	-----	---

	<p>ЮМОВ , В ТОМ числе наро дные, для разли чных образ овате льны х и досуг овых меро прия тий. Виде отека и аудио тека, спосо бству ющи е погру жени ю детей в культ уру Росс ии, знако мств у с особе ннос тями тради ций мног онац иона льног о росс ийск</p>
--	---

	ого наро да.
--	--------------------

Вся предметно-пространственная среда физкультурного зала и групп гармонична, эстетически привлекательна и стимулирует духовно-нравственную сферу дошкольников. При выборе материалов и игрушек инструктор по физкультуре и педагоги ориентируются на продукцию отечественных производителей. Игрушки, материалы и оборудование соответствуют возрастным задачам воспитания детей дошкольного возраста и имеют документы, подтверждающие соответствие требованиям безопасности.

### **Социальное партнерство**

Инструктор по физкультуре использует разнообразные формы социального партнерства с различными региональными организациями, с которыми заключены соответствующие договоры. Взаимодействие с социумом способствует обогащению воспитывающей среды, гармонизации отношений всех участников образовательного процесса.

Предметом взаимодействия и сотрудничества является ребенок, его интересы, заботы о том, чтобы каждое педагогическое воздействие, оказанное на него, было грамотным, профессиональным и безопасным.

#### **Цель и задачи социального партнерства по оздоровлению и физическому развитию дошкольников**

<b>Цель:</b>	Максимальное использование возможностей совместной деятельности ДОО, инструктора по физкультуре и социума в целях обеспечения полноценного физического развития детей, их интересов и индивидуальных возможностей.
<b>Задачи:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Организовать взаимодействие с социальными институтами образования, культуры, спорта и медицины.</li> <li>2. Обеспечить взаимодополняемость и альтернативность путей реализации индивидуальных потребностей детей и запросов родителей в качественном физическом воспитании на основе взаимодействия с социальными партнерами.</li> <li>3. Обогащать физкультурно-образовательный процесс новыми педагогическими практиками.</li> <li>4. Развивать коммуникативные способности детей, доброжелательность к окружающим, готовность к сотрудничеству и самореализации.</li> <li>5. Стимулировать у дошкольников развитие активной гражданской позиции сопричастности к судьбе образовательной организации, микрорайона, малой Родины на основе физкультурно-оздоровительных мероприятий.</li> </ol>

#### **Взаимодействие с социумом**

Наименование учреждения	Формы взаимодействия
Спортивная школа	<ul style="list-style-type: none"> <li>- совместное проведение мероприятий, посвященных государственным и общественным праздникам;</li> <li>- разработка и реализация совместных физкультурно-оздоровительных проектов;</li> </ul>

## Организационный раздел Программы воспитания

### Кадровое обеспечение

В вопросах воспитания детей дошкольного возраста инструктор по физкультуре тесно сотрудничает с воспитателями и другими специалистами ДОО.

**Старший воспитатель** обеспечивает организацию воспитательного процесса в детском саду, осуществляет методическую помощь и способствует повышению профессиональной компетентности инструктора по физкультуре, курирует взаимодействие с семьями воспитанников и с социальными партнерами.

**Воспитатели** совместно с инструктором по физкультуре реализуют задачи Программы в процессе режимных моментов, в специально организованных воспитательных ситуациях и беседах, в двигательной, коммуникативной и игровой деятельности детей. Развивают личностные качества дошкольников: любовь к Родине, к членам своей семьи, доброту, честность, дружелюбие, трудолюбие, целеустремленность и др. Разрабатывают план воспитательной работы в своей группе. Сотрудничают с родителями по вопросам воспитания детей в детском саду и в семье.

**Музыкальный руководитель** совместно с инструктором по физкультуре подбирают музыку для различных видов гимнастик, игр соревновательного характера, для спортивных праздников. Проводят физкультурно-оздоровительные мероприятия, формируют у детей культуру здорового образа жизни. Вместе организуют мероприятия патриотической направленности: «Зарница», «Армейская спартакиада», «Большие манёвры», «Смотр строя и песни». Развивают нравственно-волевые черты личности через стимуляцию детской активности, формирование физических качеств, двигательных навыков и умений. Воспитывают чувство сплочённости и взаимовыручки.

**Педагог-психолог** осуществляет психопрофилактическую, диагностическую, коррекционно-развивающую, консультативно-просветительскую работу. Организует сопровождение инструктора по физкультуре по созданию социально-психологических условий для комфортного пребывания детей в ДОО. Способствует преодолению у детей нарушений социально-коммуникативного развития, гармонизации внутреннего мира ребенка, оказывает психологическую помощь детям и их родителям.

Профессиональную компетентность в области воспитания детей младенческого, раннего и дошкольного возраста инструктор по физкультуре совершенствуют за счет курсов повышения квалификации, мастер-классов, конференций, семинаров, практикумов, стажировочных площадок и самообразования собственной педагогической деятельности.

### Нормативно-методическое обеспечение

При разработке Программы воспитания учитывались следующие **нормативно-правовые документы**:

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990).

2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023).

Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ»

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования».

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р).

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».

**е** **Перечень методических пособий**, используемых при реализации Программы воспитания:

Викина Т.М., Степанова Г.В., Терентьева Н.П. Духовно-нравственное и гражданское воспитание детей дошкольного возраста. Сост.: - М.: УЦ «Перспектива», 2012.

Жуков В.М. Социогровая педагогика в детском саду. – М.: Чистые пруды, 2006.

Шоломина Л.Н., Курилова Т.В. Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет. Программа, конспекты, материалы. – М.: Вентана-Граф, 2015.

Пособие воспитателю о воспитании детей 5-7 лет в детском саду и семье. Практическое руководство по реализации Программы воспитания - М.: ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования», 2022.

Абдуразаева З.Ш., Абрамочкина О.Ю. Воспитание ценностных ориентиров личности дошкольника// «Управление ДОУ». – 2010. № 7.

Пособие дошкольникам о защитниках Отечества: методическое пособие по патриотическому воспитанию в ДОУ / под. ред. Л.А. Кондрыкинской. – М.: Сфера, 2006.

Олешина Л.Е. (2004, 2013). Мы живем в России. Гражданско-патриотическое воспитание дошкольников. (Средняя, старшая, подготовительная группы). - М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2008.

Азизина О.Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы. – М.: АСТ, 2008.

Акуева Л.В. Духовно-нравственное воспитание дошкольников на культурных традициях своего народа: Методическое пособие.- М.: АРКТИ, 2005.

Алексеева И.А., Борытко Н.М., Поляков С.Д. и др. Воспитательная деятельность педагога: Учеб. пособие для студ. высш. учебн. заведений. 3-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2007.

11. Коновалова Н.Г. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – Волгоград, «Учитель», 2019.

12. Кочетова Н. А., Желтикова И. А., Тверетина М. А. Взаимодействие семьи и ДОУ. Программы развития детско-родительских отношений: совместная деятельность педагогов, родителей и детей. – Волгоград: Учитель, 2014.

13. Леонова Н.Н. Нравственно-патриотическое воспитание старших дошкольников: целевой творческий практико-ориентированный проект. - Волгоград: Издательство «Учитель», 2013.

14. Методика воспитательной работы: учебное пособие для студ. высш. учебн. заведений / Под ред. В.А. Слостенина. - М.: «Академия», 2009.

Сидяева Н.В. Нравственно-патриотическое и духовное воспитание дошкольников. - М.: Творческий центр «Сфера», 2013.

16. Москалюк О. В. Педагогика взаимопонимания. Занятия с родителями. – Волгоград: Учитель, 2014.
17. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников - М.: Мозаика-Синтез, 2010.
18. Оверчук Т.И. Здоровье и физическое развитие детей в ДОУ: Проблемы и пути оптимизации. – М.: Гном, 2004.
19. Петрова В.И., Стульник Т.Д. Этические беседы со школьниками. Для занятий с детьми 4-7 лет. ФГОС. - М.: Мозаика-Синтез, 2015.
- илантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. – М.: Детство-Пресс, 2013.
- илантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. Детство-Пресс. 2013.
22. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2016.
- тепанов П.В. Воспитательный процесс: от изучения результатов к управлению по результатам // Воспитательная работа. 2010 № 4. С.61- 64.
- еплова А.Б. Духовно-нравственное воспитание детей дошкольного возраста как основа патриотического воспитания. Методическое пособие. Электронное издание. - Москва: ВОО «Воспитатели России», 2021. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM) (30,2 Mb). - Текст: электронный.
25. Фадеева Е. И. Семья и ДОО. Развиваем сотрудничество. Методическое пособие. – М.: Перспектива, 2015.
26. Яковлева Т.С. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду. - М.: Школьная Пресса, 2006.

### **Требования к условиям работы с особыми категориями детей**

По своим основным задачам воспитательная работа в ДОО не зависит от наличия (отсутствия) у ребёнка особых образовательных потребностей.

В основе процесса воспитания детей в ДОО - традиционные ценности российского общества.

В работе с особыми категориями детей инструктор по физкультуре реализуют **инклюзивный подход**.

Инклюзия подразумевает готовность образовательной системы принять любого ребёнка независимо от его особенностей (психофизиологических, социальных, психологических, этнокультурных, национальных, религиозных и других) и обеспечить ему оптимальную социальную ситуацию развития.

Инклюзия является ценностной основой уклада дошкольной организации и основанием для проектирования воспитывающих сред, деятельностей и событий.

В детском саду созданы условия, отвечающие требованиям, которые предъявляют в работе с особыми категориями детей:

инструктор по физкультуре, при взаимодействии с детьми, создает такие ситуации, в которых каждому ребёнку с особыми образовательными потребностями предоставляется возможность выбора вида двигательной деятельности, партнера и средств. Педагог учитывают особенности деятельности, средства её реализации, а также ограниченный объем личного опыта детей особых категорий.

инструктор применяет игру как важнейший фактор воспитания и развития ребёнка на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения.

оспитательные мероприятия, проводимые инструктором по физкультуре, характеризуются доступностью, совместными и самостоятельными, подвижными и статичными формами



активности детей с учётом особенностей развития и образовательных потребностей каждого ребёнка. Речь идет не только о физической доступности, но и об интеллектуальной, когда созданные условия воспитания и применяемые правила понятны ребёнку с ОВЗ. Частие семьи является необходимым условием для полноценного воспитания ребёнка дошкольного возраста с особыми образовательными потребностями.

## **Организационный раздел Программы**

### **Психолого-педагогические условия реализации Программы**

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих физическое развитие ребенка:

признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребёнка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника.

учёт специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития).

решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных занятий (фронтальных, подгрупповых, индивидуальных). При этом физкультурное занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется инструктором по физкультуре.

создание развивающей и эмоционально комфортной для ребёнка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социально-личностному, познавательному, эстетическому развитию ребёнка и сохранению его индивидуальности, в которой ребёнок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее.

ориентирование образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на спортивные интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития.

индивидуализация образования (в том числе поддержка ребёнка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга).

оказание ранней коррекционной помощи детям с ООП, в том числе с ОВЗ, на основе специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, физическому развитию этих детей, в том числе посредством организации инклюзивного образования.

обеспечение преемственности содержания и форм организации физического развития детей в ДОО и в начальной школе (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования - формирование умения учиться).

совершенствование образовательной работы по оздоровлению и физическому развитию детей на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества.

Психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование

родителей (законных представителей) в вопросах формирования двигательного опыта дошкольников.

вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации Программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся.

взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности.

формирование и развитие профессиональной компетентности инструктора по физкультуре.

### **Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

Развивающая предметно-пространственная среда (далее – РППС) ДОО отражает ценности, на которых строится Программа.

РППС рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС дошкольной организации выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребёнка деятельности.

Для оздоровления и физического развития детей в детском саду организованы следующие пространства:

1. Физкультурный зал (оснащён необходимым оборудованием, атрибутами и пособиями).

Центры двигательной активности в каждой возрастной группе.

Спортивная площадка на территории детского сада.

В соответствии с требованиями ФГОС ДО, развивающая предметно-пространственная среда по ОО «Физическое развитие» является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

При проектировании РППС инструктор по физкультуре учитывает:

местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится ДОО;

возраст, уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования;

задачи Программы для разных возрастных групп;

возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОО, участников сетевого взаимодействия и других участников образовательной деятельности).

### **Соответствие РППС требованиям ФГОС ДО**

№ №	Качество среды	Содержание развивающей предметно-пространственной среды

		<p><b>тран стве нной физк ульт урно - оздо рови тель ной сред е ы</b></p>
	<p><b>Содер жател ьно- насы щенн ая</b></p>	<p>Группы оснащены физкультурными игровым оборудованием; в физкультурном зале и на участке детского сада имеется необходимое развивающее оборудование, трена</p>

	<p>жеры и инве нтарь . Все это обес печи вает: - игро вую, позн авате льну ю, иссле доват ельск ую и твор ческу ю актив ность детей всех катег орий и возра стны х груп п; - двига тельн ую актив ность , в том числ е разви тие круп ной и мелк</p>
--	--

	<p>ой мото рики, участ ие в подв ижн ых играх и сорев нова ниях; - эмоц иона льно е благо полу чие детей во взаи моде йств ии с пред метн о- прос транс твен ным окру жени ем; - возм ожно сть само выра жени я детей . Для детей ранн его</p>
--	--

		<p>возра ста образ овате льно е прос транс тво пред остав ляет необ ходи мые и доста точн ые возм ожно сти для движ ения, пред метн ой и игро вой деяте льно сти с разн ыми мате риал ами.</p>
	<p><b>Транс форм ируем ость</b></p>	<p>Пред полаг ается возм ожно сть изме нени й пред метн о-</p>

		<p>прос тран свен ной сред ы физк ульту рног о зала и груп п в завис имос ти от образ овате льно й ситуа ции, в том числ е от меня ющи хся инте ресов и возм ожно стей детей</p>
	<p><b>Поли функ циона льнос ть</b></p>	<p>План иров ание м образ овате льно й деяте льно сти по оздо</p>

	<p>ровл ению и физи ческо му разви тию детей пред усмо трен о: - возм ожно сть разно образ ного испо льзов ания разли чных соста вляю щих пред метн ой сред ы физк ульт урно го зала, напр имер, детск ой мебе ли (по прямо му назна чени ю и для</p>
--	---



	<p>игры ) , мягк их игро вых моду лей, игро вых шир м, мягк их мато в, кото рые такж е испо льзуе тся в разли чных вида х двига тельн ой деяте льно сти. - нали чие в физк ульт урно м зале или груп пе поли функ цион альн ых пред мето</p>
--	--

		<p>в, пригодных для использования в различных видах двигательной активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в подвижных играх).</p>
	<p><b>Вариативность</b></p>	<p>Предусмотрено: - наличие в физкультурном зале и группах различных</p>

	<p>прос транс тив (для подв ижн ых игр, само стоят ельн ой физк ульгу рно- оздор овите льно й деяте льно сти и пр.), а такж е разно образ ных мате риал ов, игр, игру шек и обор удова ния, обес печи ваю щих свобо дный выбо р детей  - пери</p>
--	---

		<p>одич еская смен яемо сть игро вого мате риал а, появ лени е новы х пред мето в, стим улир ующ их игров ую, двига тельн ую и позн авате льну ю актив ност ь детей</p>
	<p><b>Досту пност ь</b></p>	<p>Пред усмо трен о: - дост упно сть для восп итан нико в, в том</p>

	<p>числ е детей с огран ичен ными возм ожно стям и здоро вья и детей - инва лидо в, всех поме щени й, где осуц ествл яется образ овате льна я деяте льно сть по физи ческо му разви тию дошк ольн иков; - свобо дный дост уп детей , в том числ е</p>
--	---

		<p>детей с ограниченными возможностями и здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;</p> <p>- исправность и сохранность материалов и оборудования.</p>
	<p><b>Безопасность</b></p>	<p>Предусмотрен</p>

	<p>о: - соотв етств ие всех эле ментов разви ваю щей пред метн о- прос транс твен ной физк ульту рно- оздор овите льно й сред ы треб ован иям по обес пече нию наде жнос ти и безоп аснос ти их испо льзов ания.</p>
--	--

**Материально-техническое обеспечение Программы,  
обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания**

В ДОО созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- 1) возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения

Программы;

2) выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов.

### Перечень оборудования, средств обучения и воспитания

Вид помещения	Оснащение
<b>Групповые комнаты</b>	В Центрах двигательной активности: - мячи; - обручи; - кегли; - ленты, шнур, кубики; - мешочки с песком; - гимнастические палки; - скакалки; - малые мячи; - шапочки для подвижных игр.
<b>Спальные помещения</b>	Физкультурное оборудование для гимнастики после сна: ребристая дорожка, массажные коврики и мячи, резиновые кольца и кубики.
<b>Физкультурный зал</b>	Спортивное оборудование (для ходьбы, бега, равновесия; прыжков; катания, бросания, ловли; ползания и лазания; общеразвивающих упражнений): Гимнастическая стенка. Скамейки. Спортивные маты, тоннели для пролезания. Обручи разного диаметра. Мячи малые (теннисные), мячи средние, мячи большие. Кегли, кубики, фишки-ограничители. Ленты, погремушки, султанчики для физкультурных занятий Гимнастические палки, скакалки. Клюшки, кольцебросы, мишени. Мягкий боулинг (10 кеглей и 2 шара). Нестандартное оборудование для тренировки дыхания, для тренировки вестибулярного аппарата, для развития ловкости. Игрушки, маски и шапочки для подвижных игр, игр-забав. Музыкальный центр, СД и кассеты.  <b>Оснащение физкультурного зала для коррекционной работы:</b> контактные коврики и дорожки,



	<p>дорожки со следами, игольчатые мячи, тренажеры для коррекции плоскостопия; - сухой бассейн.</p>
<p><b>Прогулочные участки (на каждую группу)</b></p>	<p>Детские игровые комплексы. Спортивное оборудование. Выносной материал для организации двигательной деятельности на улице в разное время года: скакалки, мячи, обручи, кегли, ракетки для бадминтона, ледянки. Комплекты малых архитектурных форм.</p>
<p><b>Спортивная площадка (на территории ДОО)</b></p>	<p>Спортивная площадка выделена и огорожена, оснащена: воротами для футбола или хоккея; лестницами.</p>
<p><b>Кабинет инструктора по физкультуре</b></p>	<p>Библиотека методической литературы по оздоровлению и физическому развитию дошкольников. Материалы по опыту работы педагогов. Картотеки: - утренней гимнастики; - дыхательной гимнастики; - физкультминуток; - коррекционно-оздоровительной гимнастики; подвижных игр и игр малой подвижности. Пособия для занятий. Демонстрационный, раздаточный материал для занятий с детьми. Игровой материал. Письменный стол, стул.</p>

### Методическое обеспечение Программы

<p><b>Методические пособия</b></p>	<p>Бережнова О.В., Бойко В.В. Проектирование физкультурно-оздоровительной работы в детском саду. Сборник документов и локальных актов. — М.: ИД «Цветной мир», 2016. Бережнова О.В., Бойко В.В. Физическое развитие ребенка в семье. Методические рекомендации. - М.: ИД «Цветной мир»,  Бойко В.В. Настольная книга инструктора по физической культуре. - Орел, ОГУ, 2004. Вайнер Э.Н. Валеология: учебник. - М.: Флинта: Наука, 2002. Горькова Л.Г. Занятия физической культурой в ДОУ. - Москва, 2005. Маханева М.Д. С физкультурой дружить - здоровым быть! Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2009. Оверчук Т.И. Здоровье и физическое развитие детей в ДОУ: Проблемы и пути оптимизации. – М.: Гном, 2004.</p>
------------------------------------	---

	<p>Ошкина, А.А. Теории и технологии физического воспитания детей дошкольного возраста: учеб.-метод. пособие / А.А. Ошкина. – Тольятти: Изд-во ТГУ, 2013.</p> <p>Реутский С.В. Физкультурные комплексы дома и в детском саду. - М.: ТЦ Сфера, 2015</p> <p>Соловьева Н.И., Чаленко И.А. Здоровый образ жизни. Конспекты занятий, физические упражнения, подвижные игры. - М.: Школьная пресса, 2008.</p> <p>Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учебное пособие. - М.: Академия, 2009.</p> <p>Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 2–3 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020.</p> <p>Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 3–4 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020.</p> <p>Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 4–5 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020.</p> <p>Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 5–6 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020.</p> <p>Федорова С.Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 6–7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020.</p> <p>Хухлаева, Д.В. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях: учебник. - М.: Просвещение, 2008.</p> <p>Яковлева Л.В., Юдина Р.А. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: пособие для педагогов дошкол. учрежд.: в 3 ч. – М.: Владос, 2014.</p>
<p><b>Оздоровление</b></p>	<p>Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф. Здоровый дошкольник, социально-оздоровительная технология XXI века. - М., 2000.</p> <p>Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Игры, которые лечат. Для детей от 3 до 5 лет. – М: Сфера, 2017.</p> <p>Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. Технология оздоровления детей в детском саду. Новые стандарты. – М.: УЦ «Перспектива», 2012.</p> <p>Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Методическое пособие. – М.: Творческий центр, 2008.</p> <p>Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ. - М.: Творческий центр, 2003.</p> <p>Картушина М.Ю. «Программа оздоровления дошкольников «Зеленый огонек здоровья». – М.: Сфера, 2009.</p> <p>Коновалова Н.Г. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – Волгоград, «Учитель», 2019.</p> <p>Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст). - М.: Линка-Пресс, 2000.</p> <p>Кузнецова М.Н. Оздоровление детей в детском саду. Система мероприятий. – М.: Айрис-Пресс, 2008.</p> <p>Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников - М.: Мозаика-Синтез, 2010.</p> <p>Павлова М.А., Лысогорская М.В. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения. - Волгоград:</p>

	<p>Учитель, 2012.</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для занятий с детьми с 3-7 лет.- М.: Мозаика-Синтез, 2016.</p> <p>Попова Г.П., Горбатенко О.Ф., Кардаильская Т.А. Физкультурно-оздоровительная работа в ДО. Планирование, занятия, комплексы, спортивные досуги. – Волгоград: Учитель, 2017.</p> <p>Соловьева Н.И., Чаленко И.А. Здоровый образ жизни. Конспекты занятий, физические упражнения, подвижные игры. - М.2007.</p> <p>Яковлева Т.С. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду. - М.: Школьная Пресса, 2006.</p>
<b>Гимнастика</b>	<p>Акулова А.И. Ритмическая гимнастика для детей 6-7 лет. - Физкультура и спорт, 2007.</p> <p>Волова И.Н., Ефимова И.В., Карпова М.В.: Комплексы гимнастик для занятий с детьми. Зрительная, пальчиковая, двигательная. - Волгоград, Учитель, 2020.</p> <p>Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников: Средняя, старшая, подготовительная группы. – М.: ВАКО, 2008.</p> <p>Пантелеева Е.В. Дыхательная гимнастика для детей. – М.: Человек, 2012.</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для занятий с детьми с 3-7 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2016.</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика с детьми 5-6 лет Комплексы упражнений в старшей группе детского сада. – М.: Мозаика-Синтез, 2022.</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика с детьми 6-7 лет. Комплексы упражнений в подготовительной группе детского сада. – М.: Мозаика-Синтез, 2021.</p> <p>Подольянская Е. И. Формы оздоровления детей 4-7 лет: кинезиологическая и дыхательная гимнастики, комплексы утренних зарядок. – Волгоград: Учитель, 2009.</p> <p>Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 3-5 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2011.</p> <p>Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 5-7 лет. - М.: Мозаика-Синтез, 2011.</p> <p>Харченко Т.Е. Квест-игры для дошкольников. - СПб.: Детство-Пресс, 2021.</p>
<b>Игры</b>	<p>Бойко В.В., Бережнова О.В. 300 игр и упражнений со скакалкой для дошкольников. Учебно-методическое пособие для педагогов и родителей. — М.: ИД «Цветной мир», 2016.</p> <p>Власенко Н.Э. 300 подвижных игр для дошкольников: практ. пособие. – М.: Айрис-пресс, 2011.</p> <p>Волошина Л.Н., Елецкая Н.М., Гавришова Е.В. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников. – Волгоград, Учитель, 2020.</p> <p>Гуськова А.А. Подвижные и речевые игры для детей 5-7 лет: Развитие моторики, коррекция координации движения и речи. - Волгоград: Учитель, 2014.</p> <p>Нищева Н.В. Картотеки подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. Детство-Пресс.-</p>

	<p>Осяк С.А., Султанбекова С.С., Захарова Т.В. и др. «Образовательный квест - современная интерактивная технология» // «Современные проблемы науки и образования». – 2015. - № 1-2.</p> <p>Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. – М.: Детство-Пресс, 2013.</p> <p>Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет.- М.: Мозаика-Синтез, 2016.</p> <p>Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду. Игровой стретчинг. – М.: Сфера, 2010.</p> <p>Шейна Л.И. Квесты как новая форма взаимодействия взрослых и детей [Текст] // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 46. – с. 439–441.</p>
<p><b>Двигательная деятельность</b></p>	<p>Бережнова О.В., Бойко В.В. Фольклорно-физкультурные праздники, досуги и развлечения в детском саду. Учебно-методическое пособие для педагогов. — М.: ИД «Цветной мир», 2017.</p> <p>Губа В.П., Солонкин А.А. Основы двигательного развития детей дошкольного возраста: Учебно-методическое пособие. – Физкультура и Спорт, 2009.</p> <p>Казина О.Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы. – М.: АСТ, 2008.</p> <p>Кирченко Н.А. Развитие основных физических качеств и координационных способностей детей. – М.: Белый ветер, 2015.</p> <p>Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – М: «Речь», 2009.</p> <p>Подольская Е.И. Спортивные занятия на открытом воздухе. - Волгоград, 2009.</p> <p>Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез, 2004.</p> <p>Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. Детство-Пресс. 2013</p> <p>Соломенникова Н.М., Машина Т.Н. Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет. Фитбол-гимнастика. - Волгоград: Учитель, 2013.</p> <p>Хацкалёва Г.А. Организация двигательной активности дошкольников с использованием логоритмики.- Спб, 2013.</p>
<p><b>Младенческий и ранний возраст</b></p>	<p>Теплюк С.Н. Игры-занятия на прогулке с малышами. Для работы с детьми 2–4 лет.</p> <p>Красикова И. Детский массаж. Массаж и гимнастика для детей от рождения до трех лет. - 2-е изд., испр. и доп. - СПб.: Корона принт, 2000.</p> <p>Галигузова Л.Н., Мещерякова С.Ю. Физическое развитие. Игры и занятия с детьми раннего возраста. 1-3 года. - М.: Мозаика-Синтез, 2007.</p> <p>Теплюк С.Н. Ребенок от рождения до года. Пособие для</p>

	<p>родителей и педагогов. М.: Мозаика-Синтез, 2008.</p> <p>Голубева Л.Г. Гимнастика и массаж для самых маленьких. (0-3 года). – М.: Мозаика-Синтез, 2012.</p> <p>Четвертаков К.В. Играем вместе. Развивающие игры для малышей и их родителей. – М.: Сфера, 2015.</p> <p>Лункина Е.Н. Растим малыша 2-3 лет. – М.: Сфера, 2009.</p> <p>Кривенко Е.Е. Адаптационные игры для детей раннего возраста. – М.: Цветной мир, 2018.</p> <p>Ветрова В. Во что играть с ребенком до трёх лет. - М: Сфера,</p>
<b>Коррекционная педагогика</b>	<p>Колчина Н.И., Матвеева Н.Г., Журавлева Г.Н.: Программа «Летний отдых и оздоровление дошкольников. Первые шаги к инклюзии». – М: Детство-Пресс, 2017.</p> <p>Ребенок в инклюзивном дошкольном учреждении: методическое пособие / Под ред. Т.В. Волосовец, Е.Н. Кутеповой. – М.: РУДН, 2010.</p> <p>Волосовец Т.В., Кутепова Е.Н. Инклюзивная практика в дошкольном образовании. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Мозаика-синтез, 2011.</p> <p>Староверова М.С., Ковалев Е.В., Захарова А.В. Настольная книга педагога, работающего с детьми с ОВЗ. Методическое пособие. – М.: Владос, 2011.</p> <p>Соловьева С.В. Проектирование индивидуальных образовательных программ для детей с ОВЗ / Методические рекомендации. - 2 издание, дополн. и перераб. – Екатеринбург: ГБОУ ДПО СО «Институт развития образования», 2011.</p>

### **Кадровые условия реализации Программы**

Реализация данной Программы обеспечивается инструктором по физкультуре совместно с воспитателями и специалистами ДОО, административно-хозяйственными работниками образовательной организации, а также медицинскими и иными работниками, выполняющими вспомогательные функции.

Наименование должностей инструктора по физкультуре, воспитателей и специалистов соответствует номенклатуре должностей педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, утверждённой постановлением Правительства Российской Федерации от 21 февраля 2022 г. № 225 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2022, № 9, ст. 1341).

Непрерывное сопровождение Программы осуществляется педагогическими и учебно-вспомогательными работниками в течение всего времени её реализации в ДОО.

### **Взаимодействие инструктора по физкультуре с воспитателями и специалистами ДОО**

Деятельность инструктора по физкультуре направлена на сохранение и укрепление здоровья дошкольников и их физическое развитие, пропаганду здорового образа жизни и предусматривает:

- проведение (в том числе совместно с другими специалистами) индивидуальных, подгрупповых и фронтальных занятий со всеми воспитанниками с учетом их психофизических возможностей и индивидуальных особенностей;
- подготовку и проведение общих праздников, досугов и развлечений;
- оказание консультационной поддержки родителям по вопросам оздоровления и физического развития ребенка в семье;
- ведение необходимой документации.

Особенностями организации работы инструктора по физкультуре с воспитателями и специалистами детского сада являются:

- планирование (совместно с другими специалистами) и проведение образовательной деятельности индивидуально с каждым воспитанником;
- планирование (совместно с другими специалистами) и организация образовательной деятельности со всеми воспитанниками группы;
- соблюдение преемственности в работе с другими специалистами по выполнению индивидуального образовательного маршрута ребенка;
- обеспечение индивидуального подхода к каждому воспитаннику с учетом рекомендаций специалистов.

### **Планирование мероприятий по взаимодействию с коллегами**

<b>Месяц</b>	<b>Мероприятия</b>
<b>Сентябрь</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Консультация «Роль воспитателя на физкультурном занятии и в проведении спортивных праздников».</li> <li>2. Консультация «Содержание и оформление «Центров двигательной активности в группах».</li> <li>3. Обсуждение сценариев осенних спортивных праздников, распределение ролей, назначение ответственных за проведение.</li> <li>4. Совместная разработка картотеки «Подвижные игры на улице».</li> <li>5. Консультация «Диагностика физического развития - требования и условия проведения». Помощь воспитателей и специалистов при проведении диагностики.</li> </ol>
<b>Октябрь</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Изготовление буклета для педагогов «Новинки педагогической литературы по оздоровлению и физическому развитию дошкольников».</li> <li>2. Подбор с музыкальным руководителем музыки для комплексов гимнастик с учетом особенностей и возможностей дошкольников.</li> <li>3. Совместное с воспитателями и музыкальным руководителем пополнение аудиозаписей на основе интересов и предпочтений детей.</li> </ol>
<b>Ноябрь</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Презентация-консультация «Эффективные методы оздоровления детей в процессе двигательной деятельности».</li> <li>2. Совместная разработка картотеки «Подвижные игры для детей в группе».</li> <li>3. Обсуждение физкультурно-оздоровительных мероприятий в рамках тематического проекта «Здоровый образ жизни» («Неделя Здоровья»).</li> <li>4. Совместное изготовление атрибутов и пособий для оздоровления и физической деятельности воспитанников.</li> </ol>
<b>Декабрь</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совместное с музыкальным руководителем пополнение картотеки «Музыкально-оздоровительные сеансы».</li> <li>2. Совместная с воспитателями и специалистами разработка индивидуальных</li> </ol>

<b>Б</b>	<p>маршрутов для часто болеющих детей.</p> <p>3. Разработка буклета «Упражнения для развития физических качеств детей».</p> <p>4. Консультация «Коррекционные технологии оздоровления и физического развития дошкольников».</p> <p>5. Пополнение аудиотеки о здоровом образе жизни людей (диафильмы, слайды, документальные).</p>
<b>Я нв ар ь</b>	<p>1. Изготовление с педагогами карточек-схем, мнемотаблиц и других предметно-схематических моделей для выполнения физических заданий и упражнений.</p> <p>2. Разработка памятки «Интернет-сайты по оздоровлению и физическому развитию детей».</p> <p>3. Мастер-класс «Организация предметно-пространственной среды в группе по развитию физических качеств у детей дошкольного возраста».</p>
<b>Ф ев ра ль</b>	<p>1. Пополнение картотеки «Народные подвижные игры».</p> <p>2. Обогащение РППС атрибутами для самомассажа: массажерами, массажными перчатками и массажными мячиками.</p>
<b>М ар т</b>	<p>1. Осуществление совместной дифференцированной работы с музыкальным руководителем для коррекции двигательной деятельности детей.</p> <p>2. Обсуждение и анализ действий с педагогом-психологом по созданию условий для эмоционального благополучия дошкольников в рамках ОО «Физическое развитие».</p> <p>3. Совместная взаимопроверка Центров двигательной активности в группах (приведение в соответствие с требованиями ФГОС и СанПин).</p>
<b>А пр ел ь</b>	<p>1. Разработка буклета «Развитие физических качеств у детей дошкольного возраста посредством координационной лестницы».</p> <p>2. Совместное пополнение РППС групп нестандартным физкультурным оборудованием: массажными ковриками из крышек, ребристыми дорожками на основе корпусов из фломастеров, вертушками для дыхательной гимнастики и др.</p> <p>3. Пополнение аудиотеки по теме «Маршевая музыка».</p>
<b>М ай</b>	<p>1. Консультация «Использование общеразвивающих упражнений и основных движений в самостоятельной двигательной деятельности детей».</p> <p>овместное проведение мониторинговых мероприятий по физическому развитию воспитанников.</p> <p>овместное с коллегами подведение итогов работы: результаты, достигнутые за год, нереализованные задачи Программы, причины невыполнения, перспективы на новый учебный год.</p>

## Организация образовательного процесса

### Организация образовательного процесса по оздоровлению и физическому развитию детей заключается:

- в обеспечении вариативности и разнообразия содержания образовательного процесса по ОО «Физическое развитие»;
- в осуществлении образовательной деятельности на протяжении всего времени нахождения ребенка в дошкольном учреждении;
- в реализации двигательной деятельности в игровой форме;
- в возрастной адекватности дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и индивидуальным особенностям развития детей), обучение воспитанников в специфически детских видах двигательной деятельности;
- в повышении роли семьи при взаимодействии с дошкольным учреждением, включении родителей в образовательную деятельность, поддержке образовательных инициатив семьи по оздоровлению и физическому развитию детей;
- в организации развивающей предметно-пространственной среды как важнейшего условия успешной реализации ФГОС ДО по ОО «Физическое развитие».

Реализация задач по освоению содержания Программы происходит в двух основных формах организации образовательного процесса:

- совместной деятельности взрослого и детей;
- самостоятельной деятельности детей.

В детском саду время образовательной деятельности организуется таким образом, чтобы вначале проводились наиболее насыщенные по содержанию виды деятельности, связанные с умственной активностью детей, максимальной их произвольностью, а затем творческие виды деятельности в чередовании с музыкальной и физической активностью.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствуют требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

Режим дня строится с учётом сезонных изменений. В тёплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий).

Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают.

При осуществлении режимных моментов учитываются также индивидуальные особенности ребёнка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и так далее).

Согласно СанПиН 1.2.3685-21 ДОО может корректировать режим дня в зависимости от типа организации, и вида реализуемых образовательных программ, сезона года.

### Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня

Показатель	Возраст т	
Начало занятий	все	



<b>Показатель</b>	<b>Возраст</b>	
не ранее	возраст ы	
Окончание занятий, не позднее	все возраст ы	
Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	от 4 до 5 лет	
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	от 4 до 5 лет	
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возраст ы	
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	все возраст ы	
<b>Показатель</b>	<b>Возраст</b>	
Продолжительность ночного сна, не менее	4-7 лет	
Продолжительность дневного сна, не менее	4-7 лет	
Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет	
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возраст ы	
Утренний подъем, не ранее	все возраст	

Показатель	Возраст	
	т ы	
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	

Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;

при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;

- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;

- возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

#### 4.6. Календарный план воспитательной работы

Календарный план воспитательной работы является единым для ДОО. Инструктор по физкультуре вправе наряду с Планом проводить иные мероприятия согласно Программе воспитания, по ключевым направлениям воспитания и дополнительного образования детей.

Все мероприятия в детском саду проводятся с учётом особенностей Программы, а также возрастных, физиологических и психоэмоциональных особенностей детей.

месяц	Название события	цель	Патриотическое воспитание	Трудовое воспитание	Социальное воспитание	Физическое воспитание	Эстетико-эстетическое воспитание	Познавательное воспитание
сентябрь	День туризма (день путешественника)	Формировать представление детей о путешествиях, туризме	Беседа «Где я был летом»	Игр.сит. «Соберём куклу на прогулку»	С/р игра «Мы – путешественник»	П/и «Самолёты»	Фото - выставка «Летние путешествия»	Д/и «Собери паровоз»
октябрь	День музыки	Познакомить детей с различными музыкальным и жанрами, музыкальным и инструментами.	Слушание стихов под музыку <a href="https://youtu.be/HNZlhsGA6SM">https://youtu.be/HNZlhsGA6SM</a>	«Создание (изготовление) шумового оркестра»	С/р игра «Магазин музыкальных инструментов»	Муз.- дид. игра «Солнышко и дождик»	Слушание музыки разных композиторов	Беседа «Что такое музыка?»

ноябрь	День доброты	Формирование у детей представления о добре, доброте, о хороших, добрых поступках.	Игра «Словарь вежливых слов»	«Помоги дружочку» (учить детей помогать друг другу)	Д/и «Добрый – злой» (оценивание героев сказок)	Физкультминутка «Тропинка доброты»	Коллективная работа «Добрые ладошки»	Беседа «Что такое хорошо и что такое плохо» поступки
декабрь	День рождения детского сада	Создать эмоциональное и - положительное отношение к детскому саду в целом, и к людям, которые здесь работают.	Экскурсия по детскому саду.	«Маленькие помощники» - наводим в группе генеральную уборку.	Рассматривание альбомов «Выпускники детского сада»	П/и «Мы весёлые ребята»	Коллективная работа: газета «С Днем рождения!»	Беседа «Кто работает в детском саду»
январь	День изобретателя	Обогатить знание детей о мире открытий и изобретений	Рассказ воспитателя «Великие изобретения моей страны»	Творческая мастерская «Изготовление султанчиков» (совместно с родителями)	Обсуждение пословиц и поговорок о труде.	Комплекс утр. гимнастики с изготовленными султанчиками.	«Сами придумаем и смастерим» (из бросового материала)	Беседа «Предметы, которые нас окружают»

февраль	День родного языка	Формирование и использование знаний народного фольклора у детей.	Чтение песенок и потешек	«Книжкина больница»	Вечер загадок «Угадай, из какой сказки?»	Подвижные народные игры «Курочка-хохлатка», «Через ручеек»	Прослушивание аудиосказок.	Беседа «Откуда сказка к нам пришла?»
март	День театра	Знакомство и приобщение детей к театральному искусству, формированию положительного отношения к нему.	Знакомство с различными видами театра	Профессии в театре	Сюж.-рол. игра «Мы пришли в театр» Показ спектакля	Подвижная игра на подражание «Звери»	Прослушивание аудиоспектакля	Беседа «Театр – что это такое?»
апрель	День здоровья	Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни.	«Добрый Доктор Айболит в гостях у ребят»	Д/и «Мой режим дня»	Сюж.-рол. игра «На приеме у врача»	Игры-эстафеты	Аппликация «Фруктовые витамины»	Д/и «Полезные и вредные продукты»

май	День семьи	Расширить представление о семье через организацию разных видов деятельности	Фотовыставка «Наша дружная семья»»	Д/и «Наводим порядок в кукольном уголке»	Сюж.-рол. играм «Семья»	Пальчиковые народные игры на тему семьи.	Рисование «Наша дружная семья»	Беседа «Что такое семья?»
-----	------------	---	------------------------------------	--	-------------------------	--	--------------------------------	---------------------------

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Перспективное планирование по физическому воспитанию по возрастным группам от 4-5 лет

	ходьба	бег	прыжки	Полз-е, лазание	Бросание, ловля, метание	Упражнения в равновесии	Строевые упр.	Танц. упр./спортивные упр.
сентябрь	Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием колена по одному в колонне друг за другом; через линии, через обручи; с перешагиванием кубиков «ровным кругом»	Бег обычный по кругу остановка по сигналу П.И. «самолёты» «змейка»	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперёд (2-3м), по дорожке 20-30см. «зайки на лужайке» «с кочки на кочку»	Ползание на четвереньках по прямой (расст. 8м), ползание на четвереньках по доске (шир.20см) П.И. «обезьянки»	Бросание мягкого мячика вверх двумя руками, ловля двумя руками. Катание обручей по прямой перед собой. «подбрось – поймай кегли»	Ходьба между линиями (гимн.палки). расст. между ними 15см. «по ровненькой дорожке»	Построение в шеренгу, равнение по кромке ковра; поворот направо, налево с указанием ориентира, равнение в колонне по одному – в затылок друг другу. «поезд»	Реагировать на начало и конец звучания музыки, Выполнение И.П.Д. «зайчик», «медведь», «лягушка» «где мы были мы не скажем, а что делали, покажем»  Разделение на 2 команды(мальчики, девочки), (белки, зайцы) расчётом. «перебежки» «птички и кошка»

октябрь	Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, на наружной стороне стоп. Х. с заданием (по сигналу присесть) с увеличением и уменьшением темпа. Х. по гимн. скамейке. «пузырь»	Бег по кругу с заданиями(подлезание через обруч, остановка по сигналу) «перелёт птиц»	Прыжки с продвижением вперёд в чередовании с ходьбой; вверх из положения сидя на корточках (упор присев) «лиса в курятнике»	Ползание по гимн. Скамейке на четвереньках, на животе с помощью рук. Подлезание под дугу (выс50см) «котята и щенята» «пройди в обруч»	Катание обручей друг другу, ловля их, бросание мяча друг другу двумя руками снизу. «школа мяча» «сбей кеглю»	Ходьба по гимн. Скамейке обычная на носках. Х. по доске, лежащей на полу (ш20см) с перешагиванием предметов «найди где спрятано»	Построение в ровный круг из колонны; построение в круг парами из двух колонн. Разделение на 2 колонны (встать парами) «найди свою пару»	Кружение по одному с предметом и без, кружение в парах «листопад» П.И. «ручечок»  Разделение на 2 команды, построение в пары с разделением. П.И. «найди свою пару» «Чья команда быстрее»
ноябрь	Ходьба в колонне по одному змейкой (между предметами), в парах по прямой, змейкой. Х. мелким и широким шагом; с перешагиванием	Бег в медленном темпе с остановкой по сигналу, с поворотом по сигналу, со сменой темпа «цветные автомобили»	Прыжки с поворотом на 180 и на 360. «из кружка в кружок»	Ползание по гимн. скамейке на пине, головой вперёд, ногами вперёд, подлезание змейкой прямо и боком между предметам и «кролики»	Катание мяча между предметами по прямой. Катание мяча по доске; броски мяча в движущуюся цель. Эст «мяч через сетку»	Ходьба по доске, перешагивая предметы с поворотом, ставя ногу с носка. Х. по гимн. скамейке, перешагивая предметы с поворотом с носка, руки в стороны. «кто лучше»	Построение в шеренгу, в круг, в 2 шеренги. Поворот кругом в одной шеренге.	Пружинка под муз, слушая темп, игровые образы.  Отбивание мяча об пол, элементы ведения двумя руками «лучшее ведение»
декабрь	Ходьба приставным шагом вправо, влево, ходьба с заданием (руки в стороны, вверх) «у медведя во бору»	Разучивание бега приставным шагом вправо, влево. «лошадки» «снежинки» и-пушиночки	Прыжки – ноги вместе, врозь, подключаем руки; прыжки через предметы (верёвку, кубики) «перепрыгни линии»	Ползание между предметам и, змейкой друг за другом; по кругу опираясь на стопы и ладони. «котята и щенята»	Бросание мяча снизу друг другу двумя руками на расст.1,5м. Метание «снежков» (мягкий мяч) на дальность (не менее 3-6м) «школа мяча»	Ходьба по прямой с мешочком на голове, руки в стороны. Сохр. Равновесия на ледяной дорожке.	Построение в 2 круга, один внутри другого «карусель «найди и промолчи»	Под муз.сопр. прямой галоп «лошадки» Кружение в круге, в парах, тройках.  Эст. с исп. предметов, простейшие пружинки и приседания на батуте со страховкой.



январь	Ходьба с чередованием бега. Х. с заданием (разл.положения рук), с изменением направления. «кто лучше»	Бег между предметами, змейкой, с остановкой по сигналу, со сменой направления. «бездомный заяц» «пастух и стадо»	Прыжки через линию, поочередно через 4-5 линий (расст.40-50см), впрыгивание и выпрыгивание из обруча и в обруч, по прямой, с поворотом на 180 «из кружка в кружок»	Подлезание под верёвку (выс.50см), постепенно уменьшая высоту до момента проползания на животе под верёвкой. Проползи по скамейке «кролики» «белка на дереве»	Бросание мяча двумя руками из-за головы и ловля его (расст.1,5м). Прокатывание мяча (фитболл) под дугой. Метание в горизонт. цель с расст. 2,5м правой и левой рукой. «мяч через сетку»	Перешагивание через мячи, кубики поочередно (5-6) с разл. положение м рук (в стороны, вверх, за головой, к плечам, на поясе), прыжки на двух ногах по дорожке 20-30см.	Размыкание в шеренге на вытянутые в стороны руки, первый стоит на месте. «кто ушёл» «пузырь»	Под муз. сопр. Подскоки на месте, ставить ноги на носок. Подскоки с продвижением вперёд. Перестроение из круга в рассыпную. «сугроб»  Возможность выполнения на улице: скольжение на санках, катание друг друга на санках, эст. с санками. В зале эст, снежки
февраль	Ходьба в чередовании прыжки мми (продвижение на двух ногах вперёд). Х. с заданиями, с закр. пройденного, х. по ребристым доскам	Бег с заданием, с остановкой, с прыжком на месте, парами, по кругу, с ловлей и увёртыванием «ловишки»	Прыжки из разл. положений (сидя, в полуприседе, ноги врозь) вверх. Прыжки через 2-3 предмета поочередно через каждый (выс.5-10см) «зайцы и волк»	Пролезание в обруч по одному, в парах, в тройках. Перелезание через гимна. скамейку, через разл. предметы «перелёт птиц»	Бросание мяча двумя и одной рукой через препятствие (с расст. 2м). Метание мяча в вертикал. цель (выс. центра мишени 1,5м) с расст. 1,5-2м. «попади в цель»	Сохранение равновесия на носках 30 сек. Кружение в разные стороны с остановкой и удержанием равновесия на одной ноге. «морю волнуется раз»	Размыкание в одной колонне на вытянутые руки вперёд, первый на месте. Соблюдение дистанции во время ходьбы. «поезд»	Продвижение вперёд в парах, по кругу под муз. «Гаяля по садочку ходила»  Улица: санки, упр. на внимание и скорость «кто быстрее доедет», «кто быстрее объедет предметы» «лыжники»
март	Ходьба с заданием (присесть изменить положение рук), х. парами по прямой с поворотом, х. по кругу «у медведя во бору» «шире круг»	Направленный бег в течение 1-1,5 мин, бег с заданием, с высоким подниманием бедра «огуречик, огуречик» «догонялки с ленточкой»	Прыжки в длину с места толчок двумя ногами, толчок одной ногой (не менее 70см); прыжки на месте одна нога вперёд, другая назад. «кто дальше прыгнет»	Лазание по гимна.стенке разнообразным способом переступанием, х. с пролёта на пролёт; ползание с опорой на стопы и ладони, руки в упоре сзади «паучок» «белка на дереве»	Бросание мяч вверх и ловля его двумя руками. Отбивание мяча ногами в парах друг другу, сидя на полу «целься вернее» «посади цветы»	Кружение в стороны; руки в стороны, руки на поясе; х. по прямой по сигналу кружение «самолёты» «перешагиваем через лужи»	Повороты направо, налево, кругом; повороты прыжком. Поворот направо за направляющими по ориентиру переступанием	Движения под музыку с предметами  Эст: работа с фитбольными мячами. Прокатывание по прямой в воротники, отбивание мяча перед собой двумя руками; упр. на тренажёрах.

апрель	Х. с заданием с предметами в руках, разл. задания (руки в стороны, вперёд, повторение х. в приседе, полуприседе «на параде» «на узенькой дорожке»	Бег на 30-40м. (улица), разучив. Техники челночного бега; бег через обручи, в змейкой «не забегай в круг» «принеси 3 игрушки»	Прыжок с высоты 20-25см; прыжки боком правым и левым; разучив. прыжков со скакалкой, переступания «лиса в курятнике» «на одной ножке вдоль дорожки»	Чередование подлезания и перешагивания через верёвку, дуги, модули; лазание по наклонной лестнице, доске Эст. обезьянки» «кролики»	Отбивание мяча о землю и ловля его 3-4 р. Отбивание мяча правой и левой рукой. Бросание мяча от груди, отбивание мяча на ходьбе с продвижением вперёд по прямой «брось через верёвку» «переплывём реку»	Поворот в обруче, хват обеими руками стоя стопами на обруче. Перекаты из положения лёжа на спине в положение лёжа на животе «карандашик» «космонавты» «такси» «юла»	Повороты переступанием по ориентиру, построение в колонну по 3 и 4 «бездомный заяц» «чье звено быстрее соберётся»	Ритмические движения под муз. «зайка беленький сидит»  Улица: игры с футбольным мячом. Элементы владения ногой мяча, забивания мяча в ворота
май	Различные виды ходьбы с использованием музыки, ходьба спиной вперёд. И.П.Д. «зоопарк	Челночный бег 3на5, бег на скорость 20м. -6,5 сек. Бег спиной вперёд «ловишки»	Прыжок в длину с разбега (разбег 3 шага). Прыжки на скакалке (переступанием); прыжки подскоки на одной ноге поочередно «из кружка в кружок»	Пролезание в обруч правым и левым боком приставным шагом в чередовании с бегом. Эст. «сложная дорожка», «преодолей препятствие»	Метание в горизонтальную и вертикальную цели, в движущуюся цель правой и левой рукой, перебрасывание мяча в парашютом способом снизу «нехочуха»	«сложная лестница»	Ходьба в колонне по периметру зала, повороты прыжком.	Хороводы с цветами, с предметами. Хоровод в кругу, сужение и расхождение в кругу шагом, подскоками «мышеловка» «качели»

## Приложение

### Планирование подвижных игр для детей среднего возраста (3 физкультурное занятие)

#### *Задачи:*

Развивать активность детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры со всеми детьми, поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами; игры, в которых развиваются навыки лазанья, ползания; игры с мячами, шарами, развивающие ловкость движений.

Постепенно вводить игры с более сложными правилами и сменой видов движений. Формировать умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

#### *Подвижные игры с незначительной и умеренной психофизической нагрузкой*

##### **Сентябрь (1, 2 неделя)**

##### **1. Ладушки**

Ребенок выполняет хлопки в ладоши, вначале подражая взрослому, потом по его команде: перед собой, над головой, за спиной; в положении стоя, сидя на корточках. Взрослый задает темп (ладушки, ладушки... хлоп, хлоп...), вначале медленный, потом с ускорением.

##### **2. Идем по мостику**

Обучение ребенка правильной ходьбе. На полу (площадке) проводится линия. Детей поддерживают вначале в ходьбе по прямой, приговаривая: «Идем по мостику...» Затем добавляют ходьбу зигзагом (между кубиками).

##### **Сентябрь (3,4 неделя)**

##### **3. Игра с пальцами**

Дети стоят перед воспитателем. Он внятно читает стихи, сопровождая их последовательным загибанием пальцев на обеих руках. Дети подражают ему, а в дальнейшем самостоятельно двигают пальцами, обращаясь к мизинцу на левой руке:

*Мой мизинчик, где ты был?  
С Безымянным щи варил,  
А со Средним кашу ел,  
С Указательным запел.*

*А Большой меня встречал  
И конфетой угощал.  
Указательный на правой  
Вел в поход нас всей оравой.  
Средний брат несет рюкзак,  
Безмянный ходит так.  
А Мизинец стал играть,  
Братьев – слушать приглашать.  
Правый же Большой плясал  
И на танец приглашал.  
Раз – два – три – четыре – пять. Е. Антонова-Чалая*

На этот счет дети разгибают пальцы и начинают новую игру или 2-3 раза повторяют эту.

### **5. Филин**

Дети стоят полукругом. По сигналу воспитателя «День!» дети – «филины» медленно поворачивают головы вправо и влево. По сигналу «Ночь!» дети смотрят вперед и взмахивают руками – «крыльями», опуская их вниз, протяжно, без напряжения, произносят «у...у...ффф». Повторяют 2-4 раза. Воспитатель контролирует правильность осанки.

### **Октябрь (1, 2 неделя)**

#### **6. Дерево, куст, травка**

Воспитатель предлагает детям пойти в парк: дети идут по залу (площадке). «В парке стоят высокие деревья, встаньте ровно, как эти стройные деревья, подтянитесь, выпрямитесь». Дети останавливаются, принимают позу правильной осанки (голова, туловище, ноги прямо) и раздвигают руки-«ветви» слегка в стороны, ладонями вперед. «Пойдем дальше в парк, посмотрим, есть ли у высокой берёзы сестрички?» Дети идут за воспитателем. Он останавливается: «Вот и сестрички берёзы – кустики, они пониже, но такие же стройные, красивые». Педагог предлагает детям встать, как кустики, - принять правильную осанку, но в полуприседе. «Пойдем, дети, поищем еще сестричек кустика. Вот они совсем маленькие, но и удаленные: красивые и тоже стройные». Воспитатель просит детей стать маленькими травинками. Дети садятся на корточки, голова прямо, спина выпрямлена, руки ладонями слегка разведены в стороны. Игра повторяется несколько раз. Педагог поощряет детей, выполнивших задание правильно.

### **7. Ласточка**

Ребенок стоит на одной ноге, другая отведена назад, руки в стороны, туловище наклонено вперед, голова поднята. Поза вначале удерживается не более одной секунды, и затем опорная нога меняется.

### **Октябрь (3, 4 неделя)**

#### **8. Часы: тик – так**

В положении стоя руки на поясе. По сигналу покачивает головой вправо и влево, произнося: «тик-так, тик-так». Воспитатель контролирует осанку ребенка.

## 9. Шарик

Дети стоят полукругом. «Надувают шары»: широко разводя руки в стороны и глубоко вздохнув, выдувают воздух в шарик – «ффф...», медленно соединяя ладони шариком. Вдруг шарик «лопается». Дети хлопают в ладоши. Из шарика выходит воздух. «Шшш...» – произносят дети, делая губы хоботком и складывая руки на коленях, повторяют 2-3 раза.

### Ноябрь (1, 2 неделя)

#### 10 Прокати мяч с горки

Один ребенок катит мяч сверху, а другой ловит его внизу. Затем они меняются местами.

#### 11. Кто как передвигается!

Дети сидят на стульях или на ковре. Воспитатель называет животных, птиц, насекомых или показывает их изображения, спрашивая: «Как они передвигаются?» (например, бабочка, лягушка, косолапый мишка, заяка и т.д.).

Дети стараются движениями ответить на вопросы, ползая, прыгая и другими способами передвигаясь по ковру.

Для более слабых детей возможен такой вариант этой игры: играющие рассаживаются группой. Одному из них предлагается жестами, движениями изобразить известное ему животное. Остальные должны отгадать и назвать его. Кто первый отгадает, тот идет изображать другое животное. Наиболее удачное подражание повторяется всеми играющими.

### Ноябрь(3, 4 неделя)

#### 12. Заяка серый умывается

Один из играющих назначается зайкой. Все остальные становятся в круг. «Зайка» занимает место в середине круга. Дети, стоящие в кругу, говорят вместе с воспитателем:

*Зайка ходит в гости к людям.  
Мы с ним вместе мыться будем.  
Зайка вымыл рот и уши.  
Он хороший, он послушный.  
Он помоем также лапки,  
Оботрет их чистой тряпкой.  
Одевается, скок, скок –  
В гости мчится со все ног.*

«Зайка» проделывает все движения, соответствующие тексту. Дети повторяют за ним эти движения. Тот, к кому «зайка зашел в гости», из стоящих в кругу, становится «зайкой», и игра заканчивается, когда сменится 5-6 «зайчиков».

### **13. Тучи и ветер**

Ребенок, сидя или стоя, изображает кругообразными движениями рук над головой и движениями всего тела маленькие и большие тучи. Потом он бежит как туча, которую гонит по небу ветер.

### **Декабрь (1, 2 неделя)**

#### **Ежик вытянулся – свернулся**

В положении стоя ребенок поднимает руки за голову и максимально вытягивается. Затем, приседая, наклоняется вперед, т.е. группируется, обхватывая ноги под коленями (еж свернулся). Повторить 2-6 раз. Между каждым повторением отдохнуть, полежать, как «тряпичная кукла» (см. игру 19), расслабиться.

### **15. Птичка**

Ребенок стоит, руки вниз, можно ближе к телу. Наклоняется вперед и отводит прямые руки назад за спину (крылья). Затем ребенок встает и выполняет прыжки на месте (прыгает, как воробышек).

### **Декабрь (3, 4 неделя)**

#### **16. Весёлый мяч**

Воспитатель кидает мяч, приговаривая: «бросим дальше, бросим выше», поочередно каждому ребёнку, который его ловит и кидает обратно воспитателю. Дети стоят в кругу.

### **17. Прячем Мишку**

Дети сидят или стоят. Воспитатель прячет знакомую детям большую игрушку, например медведя, но так, чтобы она была немного видна. Говоря детям «Ищите Мишку», «Где Мишка?», воспитатель ищет его вместе с детьми. Когда кто-нибудь из детей найдет игрушку, воспитатель, похвалив ребенка, снова прячет Мишку, но уже ближе к менее активным детям.

## **Январь (3, 4 неделя)**

### **18. Медведь**

Воспитатель предлагает поиграть с Мишкой и произносит:

*Мы к медведю побежим.  
Зарычит – мы убежим!*

Дети бегут за воспитателем к медведю и по сигналу «ррр...» все убегают. Повторив игру 3-4 раза, воспитатель предлагает подходить к медведю тихо, чтобы он не слышал. Самые неловкие дети могут повторить игру еще 2-3 раза, после того как другие закончили играть.

### **19. Подпрыгни до ладошки**

Дети сидят на скамейке или стоят. Воспитатель подзывает к себе то одного, то другого ребенка и предлагает ему дотянуться до ладони. Руку воспитатель держит на небольшом расстоянии от головы ребенка.

*Вариант игры:* подпрыгнуть и достать рукой бубен, яркую игрушку или колокольчик, который воспитатель держит на некотором расстоянии от головы ребенка. Самые прыгучие дети соревнуются между собой, прыгая на еще большую высоту.

## **Февраль (1, 2 неделя)**

### **20. Маленькие ножки бежали по дорожке**

Дети стоят по кругу, а воспитатель предлагает всем показать свои ножки. Дети топают ногами. Воспитатель говорит, что ножки у них маленькие, но бегают по дорожке быстро, и приговаривает несколько раз: «Маленькие ножки бежали по дорожке». Затем воспитатель говорит, что у медведя ноги большие, а идет он медленно: «Большие ноги шли по дороге».

Создав образы легкого и быстрого, медленного и тяжелого движения, воспитатель предлагает поиграть. Несколько раз повторяется припевка. Дети в соответствии со словами припевки, ритмом мелодии то бегают, то ходят.

Воспитатель вызывает подражательные ритмичные движения детей, то быстрые и легкие, то медленные и тяжелые. Эти движения выполняются детьми как игровые действия и радуют их.

### **21. Мыши в кладовой**



Дети изображают мышей. Они стоят по одну сторону площадки (мышь в норах). На противоположной стороне площадки находится «кладовая». Сбоку от детей сидит воспитатель, играющий роль кошки. «Кошка» засыпает, «мышь» бегут в «кладовую», они нагибаются и подлезают под веревку. Затем, присаживаясь на корточки, «грызут сухари»: «хруп-хруп». «Кошка» внезапно просыпается и бежит за «мышью». «Мышь» выбегает из «кладовой» и бегут в «норки». «Кошка» ловит «мышью». Поймав одного, «кошка» сажает его отдельно и повторяет игру с остальными. Игра кончается, когда все «мышь» будут пойманы. По окончании игры воспитатель предлагает всем потянуться, поднять голову вверх: «Они теперь не мышь, а славные ребятки и будут хорошо расти». При этом контролируется осанка, смыкание губ. В роли кошки выступает воспитатель.

### Февраль (3, 4 неделя)

## 22. Музыкальные ритмические игры

Под песенку, музыку, ритм стишка с ребятами разучивают танцевальные движения:

а) *Ай, ду-ду, ду-ду, ду-ду!*  
*Сидит ворон на дубу,*  
*Он играет во трубу*  
*Во серебряную.*

Под этот ритм ребенок делает хлопки в ладоши: перед собой, над головой, под коленом ноги, поднятой вверх, и т.д.

б) *Еле, еле, еле, еле*  
*Завертели карусели,*  
*А потом, потом, потом*  
*Все бегом, бегом, бегом.*  
*Гоп!*  
*Тише, тише, не спешите,*  
*Карусель остановите.*  
*Раз – два, раз – два,*  
*Вот и кончилась игра.*

Дети берут веревку, связанную в круг, или обруч и бегут легким шагом по кругу. По команде «Гоп!» поворачиваются, берут веревку в другую руку, и «карусель» опять вращается, бег переходит в ходьбу. На последней строчке все останавливаются, наклоняются вперед и кладут веревку на пол.

в) *Мишка косолапый пляшет и поет,*  
*Своих медвежат танцевать ведет.*

Воспитатель и ребенок стоят напротив друг друга, держась за руки, и танцуют, подпрыгивая на месте и слегка продвигаясь вперед, назад, в стороны.

г) *Заинька, поклонись, серенький, поклонись,  
Вот так, вот сяк поклонись.  
Заинька, повернись, серенький, повернись.  
Заинька, топни ножкой, серенький, топни ножкой,  
Вот так, вот сяк топни ножкой.*

Воспитатель и ребенок стоят друг против друга и выполняют движения, указанные в стихах.

## **Март (1, 2 неделя)**

### **23. Цветные автомобили**

Дети стоят в ряд. Это «автомобили».

Воспитатель стоит в центре площадки лицом к играющим. По сигналу воспитателя дети двигаются на другую сторону площадки в «гараж».

### **24. Лягушки**

Посередине площадки чертят большой круг или кладут толстый шнур в форме круга. Внутри круга «болото». Группа детей располагается по краю круга. Вместе с воспитателем дети говорят следующие стихи:

*Вот лягушки по дорожке  
Скачут, вытянувши ножки,  
Ква – ква – ква – ква – ква!  
Скачут, вытянувши ножки.*

Дети, стоящие по кругу, подпрыгивают, изображая лягушек. По окончании стихотворения дети, сидящие на стульях, хлопают в ладоши (пугают «лягушек»). «Лягушки» прыгают в «болото» - перепрыгивают через черту и присаживаются на корточки, произносят «ква-ква» с глубоким выдохом. Роль лягушек выполняют более крепкие и тренированные дети.

В конце игры воспитатель просит детей потянуться, поднять вверх руки, посмотреть на них (вдох). При этом контролируется правильная осанка, смыкание губ.

## **Март (3, 4 неделя)**

### **25. Быстрый мяч**

Дети стоят в кругу, один из них держит мяч. По сигналу игроки передают мяч друг другу, по сигналу «стоп», игра останавливается. Тот у кого в руках мяч, выходит в круг и показывает любое движение, остальные хлопают в ладоши.

### **26. Птички и гнездышко**

Воспитатель делит детей на 3-4 группы по 5-6 человек. Каждая группа имеет свое «гнездышко» (скамейка, большой обруч, нарисованный круг). Дети изображают птичек, сидящих в гнездышках. При словах воспитателя «Полетели» «птички» вылетают из «гнезд»: дети прыгают на носках, взмахивая руками – «крыльями». Птички ищут «корм»: приседают, касаясь руками пола и наклонив голову. По указанию воспитателя «Домой!» «птички», прыгая на носках, возвращаются в «гнездышки».

## **Апрель (1, 2 неделя)**

### **41. Дождик**

По команде взрослого «Начинается дождик» ребенок вместе со взрослым убегает под крышу дома. Далее игра усложняется. На земле рисуются круглые, овальные и другие линии – «лужи». Ребенка берем за руку и в беге перепрыгиваем с ним препятствия – «лужи».

### **42. Трамвай**

Дети стоят друг за другом, одной рукой держатся за шнур, который помогает соблюдать между детьми определенное расстояние. На конце шнура привязан колокольчик. Ребенок, стоящий последним, дает звонок, трамвай трогается. По указанию воспитателя «трамвай» (дети) то ускоряет, то замедляет движение. По сигналу (звонок колокольчика) трамвай останавливается. Зазевавшиеся идут в конец шеренги. Игра заканчивается, когда все дети побывали последними.

## **Апрель (3, 4 неделя)**

### **43. Зайка**

Дети становятся в круг, воспитатель – в центре. Он говорит: «Зайка серенький сидит и ушами шевелит. Вот так, вот так и ушами шевелит». Затем подносит ладони к голове шевелит ими, поворачиваясь вправо и влево. Дети подражают движениям воспитателя и повторяют за ним

слова. Далее продолжается рассказ и показ движений, которые повторяют дети. Зайка любит морковку и откусывает передними зубами, нижние зубы

соединяются с верхними. «Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть». Воспитатель и дети хлопают в ладоши, повторяют: «Вот так, вот так, надо лапочки погреть». При словах «Зайке холодно стоять, надо зайке поскакать» все прыгают на одном месте (руки на поясе), повторяя «вот так, вот так, надо зайке поскакать». Воспитатель продолжает: «Зайку волк испугал (рычит), зайка тут же убежал». Дети разбегаются в рассыпную.

#### **44. Наседка и цыплята**

Дети сидят или стоят. На одной стороне площадки веревкой огорожен «дом», где помещаются «цыплята» (дети) с «наседкой» (воспитатель). Сбоку в стороне находится «большая птица». «Наседка» покидает свой «дом» - подлезает под веревку и отправляется на поиски корма. Она зовет цыплят: «Ко-ко-ко!». На зов ее «цыплята» подлезают под веревку и вместе с ней гуляют по площадке («клюют зернышки»: наклоняются, приседают и др.). При словах воспитателя «Летит большая птица» «цыплята» убегают домой. Из игры выбывают «цыплята», пойманные «большой птицей».

#### **Май (1, 2 неделя)**

#### **45. Пчелы и медведь**

Ребенок – «пчела» вылезает из улья (пролезает под стул, канат) и «летает» – легко бегают, раскинув руки. При возгласе: «медведь» – быстро возвращается в улей. «Медведем» может быть другой ребенок или взрослый. «Медведь» может появляться и хватать «пчелу» и без возгласа.

#### **46. По ровненькой дорожке**

Дети идут по площадке колонной за воспитателем и повторяют за ним стихи:

*По ровненькой дорожке  
Бежали наши ножки.  
По камешкам, по камешкам  
И в ямку за товарищем!  
Встали мы на ножки  
На ровненькой дорожке.  
Но вот наш дом,  
В нем мы живем.*

При словах «по ровненькой дорожке» дети идут обычным шагом, при словах «по камешкам» подпрыгивают на обеих ногах, при словах «в ямку за товарищем» присаживаются, затем встают и снова идут. Услышав слова «вот наш дом», все бегут на свои места и садятся на заранее приготовленные стулья. Первое время воспитатель не добивается,

чтобы дети шли ровной колонной. Постепенно они приучаются к этому. Воспитатель обращает внимание детей на умение ходить красиво, приняв хорошую осанку.

### **Май (3, 4 неделя)**

#### **47. Лохматый пес**

Выбирают «пса». «Пес» сидит в стороне. Дети медленно идут к нему, приговаривая:

*Вот сидит лохматый пес,  
В лапки свой уткнувши нос.  
Тихо, мирно он сидит,  
Не то дремлет, не то спит.  
Подойдем к нему, разбудим  
И посмотрим, что же будет?*

После этих слов дети убегают.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### РАБОТА В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

Средний дошкольный возраст

июнь

Совместная деятельность взрослого и детей С учётом интеграции образовательных областей				Организация развивающей среды для самостоятельной деятельности детей	Взаимодействие с родителями/соц. партнёрами
Общеразвивающий комплекс	Развитие основных движений	Развитие физических качеств	Спортивные игры и упражнения		
Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет) Комплекс № 39 (замена - с флажками) для детей Замена: 4 упр. И.п. стоя.	Бег враспынную; Прыжки вверх, с целью достать предмет; Прыжки в длину с места через верёвочки, палочки; Ходьба в сочетании с наклонами и приседаниями; Лазание по лесенке.	Быстрота; Сила; Ловкость; Гибкость.	«Перепрыгнем через ручеёк»; «Дорожки»; «Поймай комара»; «Солнышко и дождик»; «Лягушки»; «Одуванчики»; «Найди свой цветок»; «Весёлые бабочки»; «Пчёлки и ласточка»; «Стрекоза»; «Цветочки»; «Медведь и пчёлы»; «У медведя во бору».	Флажки; Скакалки; Верёвки; «Комар» на палочке; Зонтик; Цветы; Маски;	Провести беседу с родителями на тему: «Спортивная форма (форма одежды) для совместной деятельности на прогулке».

Совместная деятельность взрослого и детей С учётом интеграции образовательных областей				Организация развивающей среды для самостоятельной деятельности детей	Взаимодействие с родителями/соц. партнёрами
Общеразвивающий комплекс	Развитие основных движений	Развитие физических качеств	Спортивные игры и упражнения		
Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет) Комплекс № 37 (с платочком) для детей	Ходьба в колонне по одному; Бег в колонне по одному; Бег в разных направлениях; Прыжки в длину с места через верёвочки, палочки;	Сила; Ловкость.	«На пляже»; «Ветер и солнышко»; «Перепрыгнем через ручеёк»; «Делай так»; «Дождик»; «Солнышко и дождик»; «Друзья помогли»; «Греет солнышко теплее».	Платочки; Скакалки; Верёвочки; Гимнастические палочки; Зонтик;	Консультация для родителей: «О летнем отдыхе детей»

Совместная деятельность взрослого и детей С учётом интеграции образовательных областей				Организация развивающей среды для самостоятельной деятельности детей	Взаимодействие с родителями/соц. партнёрами
Общеразвивающий комплекс	Развитие основных движений	Развитие физических качеств	Спортивные игры и упражнения		
Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет) Комплекс № 41 (без предметов) для детей Замена: 4 упр. И.п. стоя. 5 упр. И.п. стоя, руки перед собой на уровне пояса, ладонными вниз. Поднять согнутую в колене правую ногу вверх и коснуться коленом правой ладони. Тоже самое сделать другой ногой.	Ходьба и бег по ограниченной поверхности (скамейка, бревно); Бег в разных направлениях; Бег в рассыпную, с остановкой на звуковой и зрительный сигналы; Броски мяча двумя руками снизу; Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперёд;	Быстрота; Координация; Сила.	«По мостику»; «Кто живёт у нас в квартире?»; «Мы – шофёры»; «Поезд едет, поезд мчит»; «По ровненькой дорожке»; «Поезд», «Самолёты»; «Автомобили»; «Как у нашей мамы руки»; «Улица»; «Птицы и автомобиль»; «Цветные автомобили».	Скамейка; Бревно; Рули; Обручи; Маски; Ориентиры; Мячи; Флажки; Сигналы светофора;	Консультация для родителей: «Здоровый образ жизни семьи»



Совместная деятельность взрослого и детей С учётом интеграции образовательных областей				Организация развивающей среды для самостоятельной деятельности детей	Взаимодействие с родителями/соц. партнёрами
Общеразвивающий комплекс	Развитие основных движений	Развитие физических качеств	Спортивные игры и упражнения		
Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет) Комплекс № 40 (с мячом) для детей Замена: 4 упр. И.п. стоя, ноги врозь. 5 упр. И.п. стоя, мяч перед собой. Поднять согнутую в колене правую ногу вверх и коснуться коленом мяча. Тоже самое сделать другой ногой.	Бег с ловлей и увёртыванием; Бег с ускорением; Ходьба в сочетании с наклонами и приседаниями;	Быстрота; Ловкость; Гибкость.  Развитие творчества в движении.	«Мы посадим все цветы»; «Цветы и пчёлка»; «Одуванчик»; «Садовник и цветы»; «Сорви цветок».	Мячи; Совочки; Цветы; Обручи; Маски.	Консультация для родителей: «Закаливаем малыша».

## V. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ

Рабочая программа раскрывает содержание и организацию образовательной деятельности для детей младенческого, раннего и дошкольного возраста по образовательной области «Физическое развитие», в ГБДОУ 49 (далее - ДОО).

Программа разработана в соответствии с Федеральной программой дошкольного образования (утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 г. № 1028) и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155, в редакции от 08.11.2022), (далее – ФГОС ДО).

При разработке Программы учитывались следующие нормативно правовые документы:

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990).

2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023).

3. Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ (актуальная ред. от 14.07.2022) «Об

о  
с 4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

н 5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. № 32 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

г 6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 2.3.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

н 7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».

х 8. Приказ Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

а 9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 сентября 2013 г. № 1082 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии».

р **Цель Программы:** Оздоровление и физическое развитие детей дошкольного возраста в соответствии со спецификой здоровья каждого ребенка.

б **Основные задачи:**

е 1. Создать условия для охраны и укрепления здоровья детей.

н 2. Формировать умение качественно выполнять основные виды движений и общеразвивающие упражнения.

а 3. Формировать начальные представления о видах спорта.

4. Развивать физические качества дошкольников.

в

р

о

с

5. Способствовать становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

6. Формировать ценности здорового образа жизни, его элементарные нормы и правила: в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек.

**Задачи с учетом специфики региональных и социокультурных условий:**

1. Обогащать двигательный опыт дошкольников с учетом национальных и социокультурных условий.

2. Приобщать детей к подвижным играм народов, живущих в регионе.

3. Познакомить с известными спортсменами-земляками, популярными в регионе видами спорта, спортивными традициями и достижениями родного края.

4. Формировать знания и навыки культуры здорового образа жизни с учетом климатических условий.

5. Вовлекать в физкультурно-оздоровительную деятельность регионального содержания.

6. Воспитывать уважение и любовь к своей малой Родине.

В Программе содержатся целевой, содержательный и организационный разделы.

**В целевом разделе** представлены: цели, задачи, принципы её формирования; планируемые результаты освоения Программы в младенческом, раннем, дошкольном возрастах, а также на этапе завершения освоения Программы; педагогическая диагностика достижения планируемых результатов.

**Содержательный** раздел включает задачи и содержание образования по ОО «Физическое развитие».

В нем представлено описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы. Включены образовательные технологии, способствующие оздоровлению и физическому развитию дошкольников.

Указаны особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик, а также способы поддержки детской инициативы в физкультурно-оздоровительной деятельности.

Показаны особенности взаимодействия инструктора по физкультуре с семьями обучающихся. Даны направления и задачи коррекционно-развивающей работы.

В содержательный раздел Программы входит рабочая программа воспитания, которая раскрывает задачи и направления воспитательной работы в рамках ОО «Физическое развитие», предусматривает приобщение детей к российским традиционным духовным ценностям в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности.

**Организационный раздел** Программы включает описание психолого-педагогических и кадровых условий реализации Программы, организацию развивающей предметно-пространственной среды в физкультурном зале и в группах детского сада, материально-техническое и методическое обеспечение.

Представлены особенности организации образовательного процесса и календарный план воспитательной работы.

Дополнительным разделом Программы является текст ее краткой презентации.

В **Приложении** указан диагностический инструментарий для определения уровня физической подготовленности дошкольников.

Программа строится на принципе личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми.

Материал распределяется по возрастным группам (дети от 4 до 5 лет) и видам физкультурно-оздоровительной деятельности. Педагогическая и коррекционная работа, представленная в Программе, обеспечивает всестороннее физическое развитие дошкольников.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Определение уровня физической подготовленности дошкольников

Диагностика осуществляется по методике И.И. Малозёмовой.

**Источник:** Малозёмова И.И. Физическое воспитание дошкольников: теоретические и методические основы [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов педагогических вузов / И. И. Малозёмова; Урал. гос. пед. ун-т. - Электрон. дан. - Екатеринбург: [б. и.],

**Педагогическая диагностика:** Разработанная творческой группой ГБДОУ 49 ( протокол №1 от 30.08.2022г педагогического совета)- см. Приложение к Рабочей программе.

Диагностические мероприятия проводят два раза в год: в сентябре и в мае.

**Физическая подготовленность** определяется уровнем сформированности **психофизических качеств** (сила, скоростно-силовые качества, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость, удержание равновесия, координационные способности) и степенью сформированности двигательных навыков

## Спортивные досуги

### СЕНТЯБРЬ

#### «Страна правил дорожного движения»

**Цели :**закреплять знания детей о правилах дорожного движения; уточнить у детей знания сигналов светофора; воспитывать стремление знать и соблюдать правила дорожного движения.

#### **Материалы и оборудование;**

(Флажки красный, жёлтый, зелёный)

Рули цветные, картинки (дорожные знаки)

Светофор (сигналы светофора)

Машина. Мотоцикл - игрушки.

#### **Ведущий.**

Дети, сегодня мы с вами собрались, чтобы поговорить о правилах дорожного движения.

Наш детский сад находится рядом с дорогой и если мы прислушаемся, то услышим гул от движения множества автомобилей. Они мчатся на большой скорости. Машины едут по дороге.

#### **Песня: «Бибика»**

Нам часто приходится переходить дорогу, для этого нам нужно знать правила дорожного движения. А поможет нам сегодня милиционер-регулировщик.

**(милиционер – регулировщик рассказывает)**

Стихотворение.

Милиционера пост

Очень важен и не прост

Делаю ребятам предостережение:

Выучите срочно правила движения,

Чтоб не волновались

Каждый день родители,

Чтоб спокойны были

За рулём водители.

Я приглашаю вас в страну «Правил дорожного движения»

Загадывание загадки.

Чтоб тебе помочь

Путь пройти опасный

Горим и день и ночь

Зелёный. Жёлтый. Красный.

(Светофор)

Почему светофор называют другом на дороге?

(светофор регулирует движение на дороге, он помогает людям и машинам соблюдать правила дорожного движения)

А какие правила дорожного движения вы знаете?

(ответы детей.)

**Чтение стихотворения С. Михалкова.**

Если свет зажёгся красный,

Значит, двигаться опасно

Свет зелёный говорит-

Проходите - путь открыт.

Ребята, я предлагаю вам сесть в «Автобус» и мы отправимся в путешествие.

(Раздача рулей)

**1. Станция.**

**Ведущий.** Начинаем игру.

Я задам сейчас вопросы

Отвечать на них не просто

Кто знает правила движенья-

Ответит тот без промедленья.

**1. Какие сигналы светофора вы знаете?**

(КРАСНЫЙ, ЖЁЛТЫЙ, ЗЕЛЁНЫЙ)

**2. Где должны ходить пешеходы?**

(по тротуару)

**3. Где ожидают автобус?**

(на остановке.)

**4. Запрещающий сигнал светофора? (красный)**

**5. Какая часть дороги предназначена для машин?**

(проезжая часть)

**Подвижная игра: «Цветные автомобили»**

Ведущий раздаёт детям цветные рули.

Правила игры: Ведущий показывает флажок «красный» выезжают машины (красные рули)

**2. Станция.**

**«Королева дорожных знаков»**

**Королева.**

Добрый день, дорогие друзья!

Я - Королева дорожных знаков и очень люблю порядок на дорогах. А вы?

Дети. Да.

**Королева.** Ну, тогда отвечайте!

Быстрая в городе нашем езда,

Правила знаешь движения?

(да)

Сел в автобус, не взял билет

Так поступать получается?

(нет)

Старушка. Преклонные очень года

Ты место уступишь ей? (ДА)

Вот в светофоре горит красный свет

Можно идти через улицу? (нет)

Ну а зелёный горит, что тогда?

Можно идти через улицу (да)

**Игра: «Светофор»**

Ведущий показывает сигналы светофора, если красный- дети стоят на месте.

Зелёный- идут.

**3. Станция.**

«Говорящие знаки»

1. В треугольнике два братца

День - деньской куда-то мчатся,

Мы вопрос поставим так:

Что он значит этот знак?

(осторожно дети)

2. Этот знак найти сумеешь-

Ни за что не похудеешь.

Не оставьте без вниманья

Это значит... (пункт питания)

3. Правило дорожное говорит так:

Оставь свой транспорт, если нужно

Где установлен этот знак.

(Место стоянки)

4. Этот знак желает вам.

Доброго пути,

Здесь можно улицу спокойно перейти,

(пешеходный переход)

5. Этот знак нам говорит.

Для машин здесь путь закрыт

Водитель, продолжай движение

Где есть на это разрешение

(Въезд запрещён)

**Заключение.**

**Словесная игра:**

«Это я, это я. это все мои друзья».

1. Кто из вас идёт вперёд?  
Только там, где зебра-переход?  
Это я. это я это все мои друзья.
2. Кто из вас бежит так скоро  
Что, не видит светофора?
3. Кто из вас в вагоне тесном,  
Уступал старушке место?  
Это я, это я, это все мои друзья.
4. Кто на скользкую дорогу.  
Выбегает в непогоду?
5. Знает кто, что красный свет  
Это значит, хода нет?  
Это я это я это все мои друзья.

## ОКТАБРЬ

### «В гости к мишке»

*Дети входят в зал. Воспитатель держит в руках накрытого тканью игрушечного мишку.*

**Воспитатель:**

Ребята, отгадайте загадку.  
Он - хозяин леса строгий,  
Любит спать зимой в берлоге.  
Страшно может он реветь.  
Кто же он? (медведь)

**Дети:** Медведь.

**Воспитатель:** Правильно, это мишка (показывает). Он приглашает нас в гости, в лес. Но нас ждёт нелёгкая дорога. Повернулись за воспитателем.

*Дети идут друг за другом.*

**Воспитатель:**

Мы шагаем друг за другом  
лесом и весенним лугом.  
Носом глубоко дышите,  
спинки ровненько держите!

*Остановились (в колонне по одному) друг за другом.*

**Воспитатель:** Вот быстрые журчащие ручейки, которые нужно перепрыгнуть.

*Прыжки через косички (6 штук)*

**Воспитатель:** Прыгаем как мячики, девочки и мальчики.

Путь неровный рвы, канавы.  
Их преодолеть нам надо!

**Воспитатель:** Через эту канаву мы переберёмся по мостику на четвереньках, чтобы не упасть. Не бойтесь?

**Ползание на четвереньках (6 метров) по гимнастической скамейке.**

**Воспитатель:** Молодцы! Ловкие, умелые, быстрые и смелые!

**Воспитатель:**

А сейчас мы по этой тропинке пойдём,  
Поляну с цветами в лесочке найдём.  
И хоть она недалеко,  
Идти нам будет нелегко.

Песок и камни на дорожке  
Немножко пощекочут ножки.

**Ходьба по ограниченной поверхности (20 см шириной), песок, камни, шишки.**

**3. Воспитатель:**

Вот цветочки перед нами,  
Поиграем мы с цветами

**Воспитатель:** Покажем мишке, как вы делаете зарядку. Подойдите к цветочкам

**Упражнение с цветами**

1) И.п. – ноги слегка расставлены. Руки у груди.

Поднять цветы вверх, посмотреть на них.

Вернуться в И.п. (4 раза).

**Воспитатель:**

Мы растём, растём,  
Мы цветём, цветём

2) И.п. - ноги на ширине плеч, руки опущены.

Повороты: в одну сторону, затем - и.п.

В другую, и.п. (по 4 раза в каждую сторону).

**Воспитатель:**

Взмах цветком туда,  
Взмах цветком сюда.

Делай раз,  
И делай два!

3) И.п. - руки возле груди. Наклоны вперёд, руки вниз, вернуться в и.п. (4 раза).

**Воспитатель:**

Наклонитесь,  
Быстро встаньте!  
Наклонитесь,  
Улыбнитесь!

4) И.п.- руки возле груди. Приседания (4 раза).

**Воспитатель:**

Аккуратно приседаем,  
И цветочки не роняем!

5) И.п. - лёжа на животе, руки вытянуты вперёд, ноги прямые. Прогнуться, поднять руки (4 раза).

**Воспитатель:**

Вверх цветочками взмахнули,  
Отдохнули. Вверх взмахнули – и легли!

6) Прыжки чередуются с ходьбой на месте.

**Воспитатель:**

Мы - весёлые ребята,  
Как спортивные зайчата,  
Будем прыгать и скакать  
Будем ножки развивать!

**Воспитатель:**

Как солдаты на параде  
Мы шагаем ряд за рядом.



Левой – раз, левой – два!

Посмотрите все на нас!

**Воспитатель:** А сейчас мы подуем на цветочки и согреем лепесточки. Сделайте глубокий вдох и подуйте на них (5 раз)

**Воспитатель:**

Тихо-тихо мы пойдём

И цветочки уберём

**Воспитатель:** Молодцы ребята! Мишке понравилось, как вы делали зарядку.

Теперь вы стали ещё сильнее и точно дойдёте до «Мишкиного» леса. Правда, Мишенька? «ДА!» Встали в колонну по одному.

8) Ходьба.

**Воспитатель:** Смотрите, дети, в какую чащу мы зашли! Здесь живут разные звери. И лисы с лисятами тоже живут здесь. Поиграем как лисята?

Встаньте в круг и идите друг за другом на носочках, как лисята.

**Воспитатель:**

Вот идут наши ребята –

Настоящие лисята.

Хвостиком виляют,

Следы замечают.

На носочках ходят ловко,

Будто лисоньки-плутовки.

**Воспитатель:** А ещё в лесу живут весёлые, озорные волчата. Пошалим, как они? Встаньте парами лицом друг к другу и возьмитесь за руки, легли на животики и покатались.

**Воспитатель:**

Вот волчата покатались,

Крепко лапками сцепились.

Ловко, весело играют

И друг другу помогают

**Взять мишку.**

**Воспитатель:** Мишка очень рад, что вы пришли к нему в гости. Он хочет поиграть с вами в игру, которая так и называется – «Медведь».

#### **Подвижная игра «Медведь»**

Как-то мы в лесу гуляли

И медведя повстречали.

Он под ёлкой лежит, (хороводный шаг)

Растянулся и храпит.

Мы вокруг него ходили,

Косолапого будили

Ну-ка, мишенька, вставай (останавливаются, грозят пальцем).

И быстрее нас догоняй!

Убегают по всему залу в разных направлениях. Музыка останавливается, дети становятся в круг.

**Воспитатель:** Ну, а теперь, Мишенька, мы вернёмся домой, но по ровненькой дорожке.

#### **Малоподвижная игра «По ровненькой дорожке» (дети в кругу).**

По ровненькой дорожке

Шагают наши ножки. (Хороводный шаг)

Через камни и песок (ходьба с высоким подниманием колена)  
Перешагивай, дружок.  
По тропинке, по лесной (Бег, взявшись за руки)  
Побежали вслед за мной.  
А теперь опять пошли (Хороводный шаг)  
И до домика дошли.  
Присели, руки сложили «домиком».

**Воспитатель:**

Мы по лесу погуляли  
Поиграли, подышали  
И вернулись без сомненья,  
Все с хорошим настроением.

**НОЯБРЬ.**

**«Волшебные человечки»**

**Программное содержание:** доставить детям удовольствие; закрепить двигательные навыки; приучать заботиться о своем здоровье; воспитывать организованность, чувство дружбы.

**Оборудование:** домик, елочки, колпачки для гномиков, ребристая доска, дорожки для ходьбы, телефон, игрушка котик, сундучок с угощением.

**Ход:**

*Дети входят в зал стайкой.*

**Воспитатель:** Здравствуйте, дети, сегодня мы с вами познакомимся с маленькими волшебными человечками и будем с ними играть. Зовут их гномиками, они такие маленькие, как и вы. А живут они в лесу. Сейчас мы с вами отправимся в лес. Гномики любят ходить друг за другом.

*(Дети идут за ведущим. По залу разложены дорожки для ходьбы, дуги, ребристая доска).*

**Воспитатель:** А еще гномики очень любят бегать. Побегали, а теперь пойдем на полянку, поиграем. Ой, смотрите, снег идет. Откуда снег идет?

**Дети:** С неба.

**Воспитатель:** Ребята, давайте потянемся к небу. А теперь давайте снежинки будем ловить. Хотите в снежки поиграть?

**Дети:** Да.

**Воспитатель:** Сначала лепим снежки, а потом кидать будем. Ой, смотрите, мы все в снегу! Давайте отряхнемся. Чтобы ножки у нас согрелись, надо попрыгать.

*Дети прыгают.*

**Воспитатель:** Повеселились, гномики, пора домой возвращаться. Ой, домик стоит. Кто же здесь живет? Давайте постучимся.

*Из домика выходит бабушка с котиком.*

**Бабушка:** Кто это так веселился, кто моему коту спать не давал?

**Воспитатель:** А что ты, бабушка, такая грустная?

**Бабушка:** Заболел мой котик Васька. Читает стихотворение «Бедный мой котик Васька».

**Воспитатель:** Обращается к детям, спрашивает, как можно помочь коту?

*(Ответы детей)*

**Воспитатель:** Предлагаю научить котенка Ваську весело играть, но прежде я предлагаю вам сделать зарядку.

**Физминутка.**

Попрошу всех ровно встать,  
 Что скажу, всем выполнять.  
 Все дышите!  
 Не дышите!  
 Наклонитесь!  
 Потянитесь,  
 Встаньте прямо,  
 Улыбнитесь!  
 Что ж, осмотром я доволен,  
 И никто из вас не болен,  
 Разрешаю всем играть!

### **Игра «Отогрелись»**

Разотрем ладошки, погреем их немножко». (3-4 раза)  
Теплыми ладошками умоемся, как кошки».  
Носик, носик повертели, отогрели, отогрели».  
Ушки, ушки повертели, отогрели, отогрели».  
Встали, покружились, повертели, наши ножки отогрелись».

**Воспитатель:** Ой, ребята, котику стало лучше. Он стал весёлый и предлагает поиграть в игру «Кот и мыши».

### **Игра «Кот и мыши»**

*Дети идут к коту на носочках и говорят:*

Тише, мыши, тише, мыши,  
Котик спит на нашей крыше.  
А кто Ваське помешает,  
Того Васька догоняет.

*(Дети убегают на ковер).* Провести игру 2-3 раза.

### **ДЕКАБРЬ.**

#### **«Зимнее приключение»**

**Цель:** Упражнять в выполнении общеразвивающих упражнений (ходьбе, беге, ползании, подлезании, метании). Развивать ловкость, внимание, быстроту реакции, координацию движений. Доставить детям радость от игры с персонажами.

**Материал и оборудование:** елка; стойки; шнуры; костюмы зайца, волка; колокольчик; снежки в корзине.

#### **Ход:**

*Под веселую музыку в зал входят дети.*

**Воспитатель:**

Пролетала здесь сорока  
Принесла с собою весть  
Что в лесу далеком елка  
Разукрашенная есть.  
Поспешим туда, друзья  
Нам опаздывать нельзя.

*(Дети идут по кругу друг за другом)*

Вот сугробы-

Высоко колени поднимаем.

*(Высоко поднимают колени, держа руки на поясе)*

По дорожке ледяной  
Не спеша шагаем  
*(Идут на носочках, руки подняты вверх)*  
Чтобы в снег не провалиться  
Мы должны поторопиться  
*(Бегут в рассыпную)*  
Лыжи на ноги наденем  
И по снегу мы поедем  
*(приседают на полусогнутые ноги, имитируя движения лыжника)*  
Мы деревья обойдем,  
снег с их веток не стряхнем.  
*(бегут змейкой, огибая расставленные стойки)*  
На заснеженной поляне  
Ель нарядную найдем.

*Воспитатель ставит в центр зала елку, украшенную игрушками. Выполняются  
общеразвивающие упражнения.*

*(Звучит медленная тихая спокойная музыка).*

#### **«Фонарики»**

На полянке елка стройная стоит  
И огнями яркими весело блестит

И.п.: соя руки за спиной. 1-4-вращая кистями, поднять руки через стороны вверх, подняться на носки. 5-8-вернуться в исходное положение. (4 раза)

#### **«Снег»**

На пушистых ветках  
Белый снег лежит  
Ветерок подует

#### **«И снежок слетит»**

И.п.: сидя на пятках руки опущены

1-всать на колени, поднять руки вверх, посмотреть на кисти;

2-4 медленно сесть на пятки, руки опустить. (4 раза)

#### **«Колкие иголки»**

Что растет на елке?

Колкие иголки.

И.п.: сидя, ноги вытянуть, руки в упоре сзади.

1-2-носком правой ноги коснуться пола справа и слева от колена левой ноги;

3-4-то же левой ногой (по 4 раза)

**Воспитатель:** Ребята, а на какой праздник приходила к нам наряженная елка.

**Дети:** На новый год!

**Воспитатель:** правильно, а где живет елка? А кто еще живет в лесу?

**Дети:** Волки, медведи, зайцы.

*Стук в дверь входит Зайчик. (Ребенок старшего возраста в шапочке зайца).*

#### **Подвижная игра «Зайка к детям прискакал»**

**Воспитатель:** Спасибо зайчик, до свидания. Ребятки, зайчик поскакал в свой лес, а сейчас, ребята, у меня есть волшебный колокольчик «Колокольчик, позвени деток в мишек преврати».

*Дети ходят как мишки.*

**Воспитатель:** Колокольчик, позвени деток в заек преврати.

*Звучит музыка. Вбегает Волк (ребёнок подготовительной группы).*

**Волк:**

Ох, и холодно мне!

Ох, и голодно мне!

Зайцем пахнет на опушке,

Здесь расставляю я ловушки.

Я у ёлки полежу-

Глупых зайцев выслежу!

Не сработают ловушки-

Я поймаю их за ушки.

*Переносит ёлку к центральной стене. Ставит стойки с натянутым на высоте 40 см шнуром. Выполняется основной вид движений подлезание под шнур.*

**Волк:** Какие они ловкие и осторожные. Не одного зайца не поймал.

**Воспитатель:** Так и хочет волк поймать зайцев. А ну, давайте его прогоним, берите снежки, бросайте в волка.

*Волк бросает снежки в детей, в конце убегает.*

**Воспитатель:** А сейчас пойдём по дорожке домой.

Выполняется основной вид движений ходьба и бег между двумя линиями.

(расстояние 25 см). (Пензулаевастр, 38).

**Воспитатель:** Молодцы мои ребятки!

Ловкие, умелые

Дружные и смелые!

Все вы постарались детки.

Получайте по конфетке.

## **ЯНВАРЬ.**

### **«Бобик в гостях у ребят»**

**Цель:** Упражнять детей в ходьбе, высоко поднимая ноги, в подъёме и спуске по гимнастической доске. Закреплять умение выполнять задание по инструкции педагога. Учить действовать совместно.

**Задачи:** Создать у детей радостное настроение, желание играть вместе с педагогом. Развивать эстетический и музыкальный вкус.

**Материал и оборудование:** Гимнастическая скамейка или доска, корзина, стулья, дуги для подлезания. Кубики, шишки -по две на каждого ребенка. Игрушки - собачка, бельчонок.

### **Ход досуга:**

*Воспитатель здоровается с детьми, называет их ласково по именам.*

**Воспитатель:**

Если где-то нет кого-то

Значит, кто-то где-то есть.

Только где же этот кто-то

И куда он мог залезть? *(Слышится повизгивание)*

Это кто-то у нас в группе спрятался. Давайте его поищем.

*Дети ходят по залу, пролезают под гимнастической скамейкой, перелезают через стулья.*

*Находят спящего щенка (игрушку).*

**Воспитатель:** Ой, ребятки, кто это? (собачка, щенок) Да он спит! Давайте мы его разбудим.

*Дети будят щенка.*

**Воспитатель:** Как зовут его, ребята?

**Дети:** Бобик.

*Щенок просыпается, потягивается.*

**Бобик:** (рычит) Спать не дают: шумят, топают, кричат... Пойду поищу место другое, где можно будет поспать спокойно. А вы за мной не ходите, меня не будите! Идет по залу, воспитатель и детки крадутся за ним высоко поднимая ноги. Бобик внезапно поворачивается, рычит. Дети убегают

**Воспитатель:** Ты нас, Бобик не пугай, лучше с нами поиграй.

**Бобик:** Ладно уж, поиграю с вами.

### **Проводится игра «Лохматый пес»**

*Дети сидят на одной стороне зала. Один ребенок на противоположной стороне зала изображает пса. Дети гурьбой тихо подходят к нему, а воспитатель в это время произносит.*

**Воспитатель:**

Вот лежит лохматый пес,  
В лапы свой уткнувши нос,  
Тихо, смиренно он лежит,  
Не то дремлет, не то спит  
Подойдем к нему разбудим  
И посмотрим, что-то будет?

*Пёс вскакивает громко лает. Дети убегают, он их ловит.*

**Бобик:** Молодцы, хорошо умеете бегать. Никого я не догнал! А по бревнышку ходить умеете?

**Дети:** Да!

**Бобик:** Тогда идите все за мной.

*Дети вслед за собачкой проходят по бревну, повторяя за воспитателем движения.*

**Бобик:** Вот какие вы молодцы! Весело у вас. Быстрые вы и ловкие.

**Воспитатель:** А теперь бобик поиграй с ребятами.

### **Проводится игра: «Мы топаем ногами»**

Мы топаем ногами,  
Мы хлопаем руками.  
Киваем головами  
Мы руки поднимем,  
Мы руки опускаем,  
Мы руки подаем

*(Дети соединяют руки, образуя круг)*

И бегаем кругом

И бегаем кругом

*(Все бегут, воспитатель говорит «Стой». Малыши останавливаются.)*

**Бобик:** Молодцы, ребята, весело у вас! А вам со мной не скучно?

**Дети:** Нет.

**Воспитатель:** Давайте еще кого-нибудь поищем!

*Дети идут по залу, подлезают под дуги, перелезают через бревно, находят  
бельчонок(игрушку)*

**Бельчонок:** Здравствуйте, дети. Меня зовут бельчонок Тим. А вас?

*Дети говорят свои имена.*

**Бельчонок.** А вы мне поможете, шишки собрать в корзинку?

**Дети:** Да!

*Дети собирают шишки и кладут их в корзинку.*

**Бельчонок.** Спасибо вам ребята за помощь.

## **ФЕВРАЛЬ.**

### **«Будем в армии служить!»**

**Цель:** создание условий для закрепления теоретических знаний детей о военной технике, людях военных профессий, а также возможности закрепления навыков выполнения различных видов движений, в игровой тематической деятельности.

**Задачи:** закрепить знания детей о военных профессиях и технике (моряки, морская техника, летчики, летные машины, танки, шоферы); обогащение словаря детей терминами военных – обозначения военных профессий, машин, атрибутов военных; совершенствование выполнения детьми ходьбы змейкой, маршем, построения в колонну по сигналу, и т.п. (в зависимости от содержания заданий, по выбору инструктора, или педагога);

**Оборудование и материалы:** флажки по количеству детей; изображения военной техники (самолеты, танки, «катюши», пулеметы и т.д.); самолетики бумажные (по количеству участников мероприятия); кубики (не менее 10 – 15 штук); мячики цветные (не менее 5 – 7 штук каждого цвета); Фишки (кегли) для ориентиров.

**Предварительная работа:** Беседы с детьми и рассматривания картинок с изображением военной техники, людей военных профессий; изготовление бумажных самолетиков (совместно с педагогами, или родителями, по желанию); выполнение упражнений на формирование у детей навыков различных видов ходьбы, бега, перестроений – в ходе физкультурно – оздоровительных мероприятий в режиме дня.

### **Ход мероприятия:**

*Дети с флажками в руках, под маршевую мелодию входят в зал и проходят к своим стульчикам, флажки дети убирают под стульчики.*

**Ведущий:** У наших солдат и командиров скоро праздник – День защитников Отечества. И, чтобы к празднику подготовиться, мы будем играть в военные игры, споем песни, прочитаем стихи. Мальчики очень хотят быть похожими на отважных и ловких солдат! А девочки мальчиков, конечно же поддержат!

### **Дети читают стихи:**

1. Годы быстро пролетят,  
Буду в Армии служить.  
Буду я, как старший брат,  
Форму новую носить.

2. Я ремень надену свой  
И пилотку со звездой –  
Буду я в строю шагать,  
Буду метко в цель стрелять.

3. Буду я, как старший брат,  
Замечательный солдат.  
Не дождусь я этих дней  
Как бы вырасти скорей.

*Дети исполняют песню по выбору музыкального руководителя.*

**Ведущий:** В Армии служат летчики, танкисты, моряки пехотинцы. Посмотрите (*обращает внимание детей на картинку с моряками, морской военной техникой*),

По реке идет корабль,  
Из далёка - далека.  
На борту стоят четыре  
Очень смелых моряка.

*Выполняется разминка под музыкальное сопровождение русской народной мелодии «Яблочко».*

*Постановка движений – по выбору инструктора по физкультуре, из знакомых детям упражнений.*

**Ведущий:** Посмотрите, а вот и самолет, он, наверное, военный (*обращает внимание детей на изображения летной техники и летчиков*).

**Ребенок:** Летчиком я стать хочу,  
Выше облака взлечу.  
Говорю вам всем, друзья,  
Смелым летчиком буду я!

#### **Проводится игра «Смелые летчики».**

Под музыкальное сопровождение «Потому что мы пилоты», ведущий предлагает детям взять сделанные заранее самолетик из бумаги и запускать их по залу от одной линии – чей самолетик дальше улетит.

**Ребенок:** Все мальчишки нашей страны  
Быть отважными должны,  
Чтоб границы охранялись,  
Чтоб девчонки улыбались.

**Ведущий:** военные должны уметь ориентироваться в любой сложной ситуации. Пусть наши военные покажут, смогут ли они рассортировать боеприпасы.

#### **Проводится игра «Разбери боеприпасы»**

Участникам предоставляются коробки с кубиками и мячами. Нужно рассортировать предметы, сложив кубики в одну коробку, а мячи – в другую. Как вариант – мячи нужно разложить в коробки по цветам, выполнить задание на время (пока играет музыка).

**Ведущий:** А вот ещё, детвора, веселая игра.

#### **Проводится игра «Слушай команду и дружно выполняй!»**

Дети по команде «бегом», бегут врассыпную галопом по залу, по команде «Стройся» - выстраиваются за командиром в колонну друг за другом.

**Ведущий:** В Армии все профессии нужны и, конечно же, водители, чтобы водить машину, танк. Сейчас и мы с вами потренируемся водить военные машины.

#### **Проводится игра «Внимательные шоферы».**

Дети двигаются змейкой по залу (через ориентиры – фишки, кегли, и т.п.) за ведущим. Важное условие: не отставать в колонне, не сбивать ориентиры, идти ровной колонной, четко друг за другом.

**Ведущий:** Ребята, сегодня мы с вами посмотрели и убедились, что растем смелыми, ловкими, внимательными и отважными бойцами! Весело и полезно поиграли, много интересного узнали. Теперь самое время отправиться подкрепить силы, и приготовить подарки нашим главным защитникам – дедушкам, папам и братьям.



Итак, песню запевай! Шагом ровно шагай!

*Под бодрую песню (или музыкальное сопровождение) дети покидают зал.*

## МАРТ

### «Народные игрушки».

**Цель:** расширение представлений детей о народной игрушке.

#### **Задачи**

- учить бегать в разных направлениях, не сталкиваясь друг с другом;
- упражнять в прыжках на двух ногах;
- развивать ловкость, быстроту, внимание, ориентировку в пространстве;
- создавать эмоционально-положительный настрой;
- формировать привычку к здоровому образу жизни.

#### **Ход мероприятия:**

(Дети с воспитателем заходят в зал).

**Инструктор:** Дети, мы сегодня пойдём в гости, а по дороге я расскажу вам сказку.

(Дети с инструктором идут по кругу).

**Инструктор:** Давным-давно в одном царстве-государстве жил один мастер, который очень любил детей и делал для них разные игрушки. Однажды он придумал игрушку из дерева с чудесным сюрпризом. Игрушка очень понравилась детям и взрослым и мастер решил сделать ещё много таких куколок, а назвал он их. Как? (Достаёт матрёшку).

(Ответы детей).

**Инструктор:** Я-матрёшка-сувенир,

В расписных сапожках.

Прогремела на весь мир

Русская матрёшка!

Мастер выточил меня

Из куска берёзы.

До чего ж румяна я,

Щёки, словно розы!

А сейчас, дорогие ребятки, закройте глаза- начинаются чудеса! (В зал заходит взрослый в сарафане и косынке).

**Инструктор:** Ребятки, посмотрите, кто к нам пришёл- настоящая русская Матрёшка! Какая она нарядная и красивая!

(Дети здороваются).

**Матрёшка:** Здравствуйте, ребятки!

Я-весёлая Матрёшка!

Я смотрю на ваши ножки:

Надоело им стоять,

Предлагаю станцевать!

**Физкультминутка "Матрёшки".** Хлопают в ладошки

Весёлые Матрёшки- хлопают в ладоши На ногах сапожки,

Топают Матрёшки- руки на пояс, поочерёдно правую и левую ногу выставить на пятку

Влево-вправо наклонились- наклоны туловища влево-вправо Всем знакомым поклонились-

наклоны головы влево-вправо

**Матрёшка:** Посмотрите-ка, ребятки, сколько красивых игрушек я с собой принесла!

(Поднимает накидку, под которой на столике разложены народные игрушки).

**Инструктор:** Предлагаю всем ребятам с ними поиграть!

**Подвижная игра "Не опаздывай!".** (Взрослые раскладывают на полу в шахматном порядке игрушки. Дети становятся у своей игрушки. По сигналу инструктора разбегаются по залу. По сигналу "Не опаздывай!"- бегут к игрушкам. Правила: Дети должны убежать дальше от игрушек, не натыкаясь друг на друга; помогать друг другу найти свою игрушку).

**Матрёшка:** Как свистулька хороша-

Свистнет- и поёт душа! (Показывает детям игрушку-свистульку).

**Подвижная игра "Поймай свистульку".** (Дети стоят в кругу. Матрёшка держит над их головами палочку с привязанной к ней свистулькой. Дети подпрыгивают, стараясь поймать игрушку. Тот, кто схватил игрушку, говорит: "Свистулька!" Правила: Ловить обеими руками, подпрыгивая на двух ногах).

Матрёшка: А вот это-петушок,

Громкий он имеет голосок!

**Зрительная гимнастика "Петушок".**

Перед нами- петушок- дети смотрят перед собой Он с земли зерно клюёт- смотрят вниз  
Слева- курица идёт- смотрят влево, вправо, вверх Справа- уточка плывёт. Сверху- солнце ярко светит,

Согревая всех на свете!

**Матрёшка:** Поиграем-ка, друзья! В круг встаём- и ты, и я!

**Подвижная игра "Ровным кругом".** (Дети идут по кругу, взявшись за руки. Говорят слова:

Ровным кругом друг за другом

Мы идём за шагом шаг.

Стой на месте!

Дружно вместе

Сделаем вот так! С окончанием слов останавливаются и повторяют за Матрёшкой движения:хлопают себя руками по бокам- "петушок"; рисуют руками круг- "матрёшка"; вытягивают губы- "свистулька").

**Матрёшка:** Посмотрите-ка, ребятки, какая красивая у меня в руках дудочка! Она тоже хочет с вами поиграть!

**Дыхательная гимнастика "Дудочка".** Дети стоят, изображая игру на дудочке. Вдох носом; медленный выдох с произношением: "Ду-у-у-у. "

**Инструктор:** Спасибо тебе, Матрёшка, и твоим друзьям!

Поиграли с нами, позабавили!

**Матрёшка:** И без угощения не оставили!

Кушайте вкусные сушки,

Вспоминайте весёлые игрушки!

(Дети благодарят Матрёшку, прощаются и уходят).

## **АПРЕЛЬ.**

### **«Веселые ребята»**

**Программное содержание:** развивать коммуникативные качества у детей. Формировать умение принимать активное участие в играх, преодолевать скованность, развивать чувство уверенности в себе;расширить у детей двигательный и игровой опыт, развивая функциональные системы, координацию движений, ориентировку в пространстве, силу, ловкость, выносливость; доставить детям радость и удовольствие от участия в празднике.

### **Ход досуга**

*Под музыку дети входят в зал.*

**Воспитатель:** Ребята, давайте встанем в один большой круг, возьмемся за руки и пошагаем.

*Мы сперва пойдём направо, а затем пойдём налево,  
А потом в кружок сойдемся и присядем нанемножко,  
А теперь назад вернемся и на месте покружимся  
И похлопаем в ладоши, а теперь в кружок все вместе.*

**Воспитатель:** Каждый день у нас, ребятки - начинается с зарядки.

Утром, даже самым хмурым, веселит нас физкультура!

И, конечно, очень важно. Чтоб зарядку делал каждый.

#### ***Ритмическая гимнастика «Лим-По-По»***

**Воспитатель:** Молодцы! Все зарядились здоровьем и хорошим настроением. А теперь мы приглашаем вас отправиться в путешествие. Детки, а на чем же мы поедем?

Давайте поедем на паровозе через длинный тоннель.

**Воспитатель:** - Вот и наша остановка. Приглашаем всех друзей – навестить в лесу зверей.

*По извилистой тропинке мы идем в весенний лес.*

*Посмотрите, посмотрите, сколько много здесь чудес!* (шагают за воспитателем)

*Дальше по лесу шагаем и медведя мы встречаем.* (шагают вперевалочку)

*Зайчик быстрый скачет в поле, очень весело на воле.* (прыгают)

*Мы шагаем, мы шагаем, ножки выше поднимаем.* (шагают по кругу)

*Дышим ровно, глубоко, очень нам идти легко.* (останавливаются).

#### **Полоса препятствий**

**Воспитатель:** Ребята! Препятствия впереди их нам надо перейти (кочки, мягкие модули, тоннель...)

**Игра «Мой веселый звонкий мяч», «Воробушки и автомобили», «Солнышко и дождик».**

#### **МАЙ**

#### **«Путешествие в сказку»**

**Цель:** Воспитание любви к физической культуре и спорту, чувства дружбы.

**Задачи:** Формирование у детей представлений о средствах двигательной выразительности. Способствовать искреннему выражению чувств. Вызвать эмоциональный отклик на просьбы о помощи.

#### **Ход:**

**Воспитатель:** Ребята, сегодня мы с вами отправляемся в путешествие, в котором встретимся с героями сказки «Теремок». А отправимся мы туда на поезде.

#### **Проводится подвижная игра «Поезд».**

*(Теремок размещен у стены).*

**Воспитатель:** Стоит в поле Теремок, он не низок, не высок. Пусть сыграет с нами тот, кто в Теремке живет. Ребята, давайте вместе спросим: Кто-кто в Теремочке живет? Кто-кто в невысоком живет?

**Мышка:** Я маленькая мышка, я вовсе не трусишка!

Становитесь в хоровод: все вы-мышки,

А Дима (Ваня) – кот!

*Воспитатель надевает маску кому-нибудь из детей и ставит его в середину круга.*

**Воспитатель и мышка:** Мыши водят хоровод, на лежанке дремлет кот.

Тише, мыши не шумите и кота не разбудите!

**Дети (мышы):** Тра-та-та, тра-та-та!

Не боимся мы кота!

#### **Проводится подвижная игра «Кот и мыши» (повтор 2-3 раза).**

**Воспитатель:** Ребята, давайте поможем мышке перенести мешочки с крупой поближе к

Теремку.

**Проводится аттракцион «Кто быстрее перенесет крупу».**

**Воспитатель и дети:** Кто-кто в Теремочке живет? Кто-кто в невысоком живет?

Голос из теремка: В маленькой канавке на лесной опушке Днем и ночью громко квакают...

**Дети:** Лягушки!

*Лягушка (появляется в окошке):*

Ква-а-а! поиграем в самую лягушачью игру. Давайте сделаем болото.

*(Дети вместе с воспитателем раскладывают по кругу веревку)*

**Проводится подвижная игра «Лягушки» (повтор 2-3 раза).**

**Воспитатель:** Ребята, а давайте покажем лягушке как мы умеем быстро играть пальчиками.

**Проводится аттракцион «Мотальщики».**

**Воспитатель и дети:** Кто-то в Теремочке живет? Кто-кто в невысоком живет?

**Зайка:** *(показывается в окошке):*

Раз, два, три, четыре, пять!

Негде зайчику скакать,

Всюду ходит волк, волк,

Он зубами щелк, щелк!

**Воспитатель:** А мы спрячемся в кусты, прячься, зайка, и ты!

*Дети садятся на свои стульчики.*

**Волк:** Зайки скачут скок, скок, скок!

Выходите на лужок.

Будем травку кушать, будем слушать,

Не идет ли волк...

Волк!

**Проводится подвижная игра «Зайцы и волк» повтор 2-3 раза.**

**Воспитатель:** Ребята. Давайте поможем зайчику собрать морковку.

**Проводится аттракцион «Кто больше соберет».**

**Воспитатель:** Кто-кто в Теремочке живет? Кто-кто в невысоком живет? Никто не отзывается, ребятки! Вы знаете сказку? Скажите, кто сейчас должен появиться из Теремка?

**Дети:** лиса!

**Воспитатель:** Почему же лиса не выходит?... Вот, что я придумала: давайте мы ее выманим, начнем как курочки кудахтать, как петушки кукарекать.. Она подумает, что курочки вышли.

Только не забудьте, что убежать от лисички надо очень быстро в курятник, в домик, где живут курочки и петушки.

**Проводится подвижная игра «Лиса в курятнике»**

**Воспитатель:** Кто-кто в Теремочке живет? Кто-кто в невысоком живет?

*Медведь (игрушка на руке у воспитателя, появляется за спинами детей):*

**Медведь:** Я хочу жить в Теремке, но меня туда не пускают,

Говорят, что я ничего не умею делать.

Неправда это, я умею петь:

У-у-у-у! А еще я с давних пор замечательный танцор!

Приглашаю всех ребят со мной вместе поплясать!

*Общий танец под русскую народную мелодию (включается фонограмма)*

**Воспитатель:** Вот какой веселый пляс в детском саду идет у нас, Не стоит никто на месте, все танцуют с нами вместе! Вот, ребятки, молодцы! Поплясали от души!

А теперь, ребятки, к Теремочку подойдем...  
Что-то мы сейчас найдем...