

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 5 до 6 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 81 (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 от 28.04.2023).

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».

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».

6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

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».

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».

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

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 2-х месяцев до 7-ми лет) и видам физкультурно-оздоровительной деятельности. Педагогическая и коррекционная работа, представленная в Программе, обеспечивает всестороннее физическое развитие дошкольников.

## **левой раздел Программы**

### **Пояснительная записка**

Содержание Программы направлено на реализацию целей и задач:

<b>Цель Программы:</b>	
Оздоровление и физическое развитие детей 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**

#### **К пяти годам**

- 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

1. Сформированы знания о спортивных традициях, праздниках и достижениях родного края. Дети знакомы с подвижными народными играми народов, проживающих в регионе.
3. Сформированы знания и навыки культуры здорового образа жизни с учетом климатических условий.
4. Развита физическая культура детей с учетом специфики национальных и социокультурных условий.
5. Дети с удовольствием принимают участие в различных физкультурно-оздоровительных мероприятиях регионального характера.
6. Развито чувство сопричастности к спортивным достижениям уроженцев своего края.
7. Сформировано эмоционально-ценностное отношение к семье, к родному городу (поселку), к культуре и традициям малой Родины.

## 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);



тимизации 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	<p>Диагностический инструментальный И.И. Малозёмовой. (См. ПРИЛОЖЕНИЕ).</p> <p>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.</p> <p>Педагогическая диагностика ,разработанная педагогическим коллективом ГБДОУ 81 ( принята на Педагогическом совете,Протокол.)</p>	Сентябрь, май	Инструктор по физическому воспитанию, воспитатели, медицинская сестра
Анализ динамики соматического здоровья (относительно начального диагноза)	<p>Анализ заболеваемости. Справки о медицинском осмотре врачами-специалистами</p> <p>Анализ результатов работы по технологии БОС- здоровье</p>	Сентябрь, май	Врач-педиатр, медицинская сестра

### III. Содержательный раздел Программы

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

Программа определяет задачи и содержание образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие», предусмотренные для освоения в каждой возрастной группе детей в возрасте от двух месяцев до семи лет.

<b>От 5 лет до 6 лет</b>	
<b>Основные задачи</b>	<b>Содержание образовательной деятельности</b>
<p>обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки; развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде; воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха; продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов; укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания; расширять представления о здоровье и его ценности, факторах</p>	<p>Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.</p> <p>Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.</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 по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину; ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными</p>

<p>на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха; воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.</p>	<p>способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;</p> <p>ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;</p> <p>бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;</p> <p>прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); прыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;</p> <p>прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;</p> <p>упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и</p>
--	--

расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка». Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

**Общеразвивающие упражнения:**

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжимание и разжимание кистей;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений.

Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

**Ритмическая гимнастика:**

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные

формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуются упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

**Строевые упражнения:**

педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

**Подвижные игры:** педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

**Спортивные игры:** педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с

кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

**Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступающим шагом», «полуёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.

Плавание: с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом.

**Формирование основ здорового образа жизни:** педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем,

	<p>предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).</p> <p><b>Активный отдых.</b></p> <p>Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.</p> <p>Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.</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, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.</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

### В дошкольном возрасте (3 года - 8 лет):

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

Для достижения задач воспитания	При организации обучения целесообразно дополнять традиционные методы (словесные, наглядные, практические) методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:
<p>метод организации опыта поведения и деятельности: приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы.</p> <p>метод 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>метод мотивации опыта поведения и деятельности: поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы.</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> <p>Исследовательский метод включает составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования.</p> <p>Метод проектов. Он способствует развитию у детей исследовательской активности, познавательных</p>



	интересов, коммуникативных и творческих способностей, навыков сотрудничества и другое.
--	--

### Специальные методы физического обучения:

Метод	Содержание
1. Модельный метод обучения	Обучение ребенка происходит по определённой модели: объяснение-показ-выполнение-коррекция-выполнение-автоматизация.
2. Соревновательный метод	Метод способствует практическому освоению основных видов движений и общеразвивающих движений.
3. Метод круговой тренировки	Метод подразумевает выполнение нескольких видов физических упражнений сериями, по кругу. Характеризуется последовательным выполнением упражнений в процессе прохождения «станций», расположенных по кругу. Благодаря этому в работу последовательно включаются все группы мышц.
4. Метод проблемного обучения движениям	Состоит в том, что в двигательную деятельность ребенка вносится проблемная ситуация. Это делает обучение более интересным и увлекательным.
Метод строго регламентированного упражнения	Обладает большими педагогическими возможностями. Он позволяет: 1) осуществлять двигательную деятельность дошкольника по твердо предписанной программе (по подбору упражнений, их связкам, комбинациям, очередности выполнения и т.д.); 2) строго регламентировать нагрузку по объему и интенсивности, а также управлять ее динамикой в зависимости психофизического состояния ребенка и решаемых задач; 3) точно дозировать интервалы отдыха между частями нагрузки; 4) избирательно развивать физические качества; 5) эффективно осваивать технику физических упражнений.
Метод творческих физических заданий	Благодаря творческим заданиям ребенок придумывает комбинации физических движений, варианты подвижных игр, сочиняет свои новые игры.

### 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; естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребёнка; физические упражнения - 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 «Развитие физических качеств посредством игры».
3. Технология «Двигательный игротренинг».

4. Технология «Оздоровительная гимнастика».
5. Технология «Валеологическое воспитание».
6. Технология «Подвижные квест-игры».

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

№№	Название технологии	Цель и задачи технологии
1.	<p><b>Технология «Развивающая педагогика оздоровления»</b></p> <p>В основе технологии лежит программа В.Т. Кудрявцева, Б.Б. Егорова «Развивающая педагогика оздоровления».</p> <p>Источник: Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст). - М.: Линка-Пресс, 2000.</p>	<p><b>Цель:</b> формирование двигательной сферы и создание психолого-педагогических условий для физического развития детей на основе их творческой активности.</p> <p><b>Задачи</b></p> <p><b>Старшая группа:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Развитие символической функции движения, освоение языка движений.</li> <li>2. Формирование способности к созданию и передаче через движение эстетических образов.</li> <li>3. Развитие способности к двигательной импровизации.</li> <li>4. Воспитание двигательной находчивости.</li> <li>5. Развитие у детей умения координировать действия при совместном решении творческих двигательных задач.</li> </ol>
2.	<p><b>Технология «Развитие физических качеств посредством игры»</b></p> <p>В основе - игровые технологии</p> <p>Л.Н. Волошиной, Н.М. Елецкой, Е.В. Гавришовой Е.В.</p> <p>Источник: Волошина Л.Н., Елецкая Н.М., Гавришова Е.В. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников. – Волгоград, Учитель, 2020.</p>	<p><b>Цель:</b> создание условий для физического развития, обогащения двигательного опыта, развития физических качеств через освоение детьми подвижных игр и игр с элементами спорта.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сформировать у дошкольников устойчивый интерес к играм с элементами спорта, спортивным упражнениям, желание использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.</li> <li>2. Сформировать навыки и стереотипы здорового образа жизни.</li> <li>3. Обогащать двигательный опыт детей новыми двигательными действиями, обучить правильной технике выполнения элементов спортивных игр.</li> <li>4. Содействовать развитию двигательных способностей.</li> <li>5. Воспитывать положительные морально-волевые качества.</li> </ol>
3.	<p><b>Технология «Двигательный игротренинг»</b></p> <p>В основе технологии – авторские разработки по коррекции движений у дошкольников посредством фитбол-гимнастики.</p> <p>Источник: 1. Овчинникова Т.С.,</p>	<p><b>Цель:</b> коррекция двигательной сферы у детей дошкольного возраста посредством различных видов фитбол-гимнастики.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формировать правильную осанку</li> <li>2. Учить основным движениям с мячом: ходьбе, бегу, прыжкам, приседаниям, упражнениям лежа на полу и на мяче.</li> <li>3. Формировать навык правильного дыхания в процессе фитбол-гимнастики.</li> </ol>

	<p>Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – М: «Речь», 2009.</p> <p>оломенникова Н.М., Машина Т.Н. Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет. Фитбол-гимнастика. - Волгоград: Учитель, 2013.</p>	<p>4. Формировать координацию движения и речи.</p> <p>5. Развивать равновесие, координацию движений, гибкость, крупную и мелкую моторику обеих рук.</p> <p>6. Содействовать развитию координационных способностей.</p>
4.	<p><b>Технология «Оздоровительная гимнастика»</b> 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>Цель:</b> оздоровление и развитие физических качеств детей дошкольного возраста в процессе различных видов гимнастик.</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>
5.	<p><b>Технология «Валеологическое воспитание»</b></p> <p>В основе технологии – методические разработки Л.В. Гаврючиной по валеологическому</p>	<p><b>Цель:</b> разностороннее и гармоничное развитие и воспитание ребенка, обеспечение его полноценного здоровья, развитие разнообразных двигательных и физических качеств, укрепление психического здоровья, формирование убеждений и привычки к здоровому образу жизни на основе валеологических знаний.</p> <p><b>Задачи:</b></p>

	<p>воспитанию. Источник: Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Методическое пособие. – М.: Творческий центр,</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Культивировать и воспитывать у детей осмысленное отношение к физическому и духовному здоровью как единому целому.</li> <li>2. Расширить адаптивные возможности детского организма (повышение его жизненной устойчивости, сопротивляемости, избирательности по отношению к внешним воздействиям).</li> <li>3. Закрепить отдельные оздоровительные меры в виде константных Психосоматических состояний ребенка, которые далее могут воспроизводиться в режиме саморазвития.</li> <li>4. Формировать психическую (произвольную) регуляцию жизненных функций организма путем развития творческого воображения.</li> <li>5. Воспитывать у ребенка способности к самосозиданию - «творению» собственной телесной организации в приемлемых для него формах.</li> <li>6. Помочь детям овладеть доступными навыками самоврачевания (психологической самокоррекцией).</li> <li>7. Прививать чувство психологической взаимопомощи в экстремальных ситуациях.</li> <li>8. Способствовать развитию познавательного интереса к своему и чужому телу, его возможностям.</li> </ol>
6.	<p><b>Технология «Подвижные квест-игры»</b></p> <p>Разработана на основе практических материалов Т.Е. Харченко. Источник: Харченко Т.Е. Квест-игры для дошкольников. - СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2021.</p>	<p><b>Цель:</b> развитие физических и познавательных способностей детей дошкольного возраста посредством квест-игр.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <p>одействовать становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере. азвивать физические качества: координацию движений, силу, общую выносливость, ловкость, гибкость, скорость, равновесие. пособствовать самостоятельному решению двигательных задач с учётом игровой ситуации. азвивать познавательную активность и умственные способности: внимание, быстроту реакции, память, воображение.</p> <p>4. Развивать интерес к решению различных заданий и проблемных ситуаций.</p> <p>5. Воспитывать взаимовыручку, навыки взаимодействия со сверстниками, умение работать в коллективе.</p>

### 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

дошкольников.

В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, инструктор по физкультуре может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности.

### Варианты совместной деятельности

№.№	Содержание совместной деятельности инструктора по физкультуре и детей
	Совместная деятельность инструктора по физкультуре с ребёнком, где он выполняет функции педагога: обучает ребёнка чему-то новому.
	Совместная деятельность ребёнка с инструктором по физкультуре, при которой ребёнок и педагог - равноправные партнеры.
	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.
	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 спортивные и подвижные игры детей.
	Самостоятельная физкультурная деятельность по выбору детей.
	Самостоятельная оздоровительная деятельность детей.

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

самостоятельность;

- 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	<p>игровые ситуации, индивидуальные малоподвижные игры и игры небольшими подгруппами (режиссерские, дидактические, малоподвижные и др.);</p> <p>упражнения по освоению навыков культуры здоровья;</p> <p>индивидуальная работа с детьми в соответствии с задачами ОО «Физическое развитие»;</p> <p>оздоровительные и закалывающие процедуры;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- здоровьесберегающие мероприятия;</li> <li>- утренняя гимнастика;</li> <li>- оздоровительная пробежка;</li> <li>- самостоятельная двигательная деятельность детей.</li> </ul>
	Проведение занятий	<p>образовательные ситуации;</p> <p>тематические события;</p> <p>занятия в рамках проектной деятельности;</p> <p>проблемно-обучающие ситуации, интегрирующие содержание образовательных областей.</p>
	Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки	<ul style="list-style-type: none"> <li>- физические упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей;</li> <li>- подвижные народные игры;</li> <li>- игры с правилами: сюжетные и бессюжетные;</li> <li>- игры с элементами спортивной игры (футбол, волейбол, баскетбол, бадминтон, городки);</li> <li>- подвижные игры и упражнения на развитие физических качеств дошкольников;</li> <li>- индивидуальная работа с детьми;</li> <li>- проведение спортивных праздников;</li> <li>- самостоятельная двигательная деятельность детей.</li> </ul>
	Образовательная деятельность, осуществляемая во вторую половину дня	<ul style="list-style-type: none"> <li>- зарядка после дневного сна;</li> <li>- воздушные ванны после сна;</li> <li>- упражнения для профилактики плоскостопия и коррекции правильной осанки;</li> <li>- игровые ситуации, индивидуальные малоподвижные игры и игры небольшими подгруппами (режиссерские, дидактические, малоподвижные и др.);</li> <li>- проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, развлечений, спортивных праздников;</li> <li>- индивидуальная работа с детьми в соответствии с задачами ОО «Физическое развитие»;</li> <li>- самостоятельная двигательная деятельность детей.</li> </ul>

## 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; - игровой самомассаж; - народные малоподвижные и подвижные игры; совместная игра инструктора по физкультуре и детей; - игровые ситуации в рамках ОО «Физическое развитие».
	<b>Продуктивная деятельность</b>	мастерская по изготовлению спортивных атрибутов и пособий; - продукты детского творчества на основе знаний и впечатлений детей о ЗОЖ, физкультуре и спорте.
	<b>Коммуникативная деятельность</b>	беседы, ситуативные разговоры о ЗОЖ, физкультуре и спорте; - речевые ситуации в физкультурной деятельности.
	<b>Познавательно-исследовательская</b>	- творчество во всех видах физкультурной деятельности.



	<b>деятельность</b>	
	<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, спортсменах, 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:

- самомассаж;
- различные виды гимнастик: пальчиковая, дыхательная, для глаз и др.;
- сюжетно-ролевые, режиссерские и 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;

ощрять 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 среде**: 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.

особое внимание педагог уделяет общению с ребёнком в период проявления кризиса семи лет: характерные для ребёнка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребёнком. Важно уделять внимание ребёнку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Дети седьмого года жизни очень чувствительны к мнению взрослых. Необходимо поддерживать у них ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.

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.

оздание 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>
1. Оказать психолого-педагогическую поддержку родителям в оздоровлении и физическом развитии ребенка. 2. Сформировать у родителей теоретические знания и практические умения по вопросам физического воспитания и обучения детей. 3. Ознакомить родителей с содержанием работы инструктора по физкультуре ДОО. 4. Организовать поддержку образовательных инициатив семьи, способствующих физическому развитию детей и формированию у них основ здорового образа жизни. 5. Объединить усилия инструктора по физкультуре, воспитателей и родителей по реализации задач ОО «Физическое развитие» посредством совместных образовательных и досуговых мероприятий.

<b>Принципы взаимодействия в соответствии с ФОП</b>
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;
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;
взаимное 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;
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;
возрастосообразность: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо

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 (законными представителями); Дни открытых дверей, открытые просмотры физкультурных занятий, 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; содержания и методах образовательной работы с детьми.	Родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары-практикумы, тренинги и ролевые игры, консультации, педагогические гостиные, родительские клубы и другое; информационные проспекты, стенды, ширмы, папки-передвижки для родителей (законных представителей); журналы и газеты,
	<b>Консультационное</b>	Объединяет в себе консультирование	

	<p>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.</p>	<p>издаваемые ДОО и инструктором по физкультуре для родителей (законных представителей), педагогические библиотеки для родителей (законных представителей); сайт ДОО, страница инструктора по физкультуре на сайте ДОО, социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотовыставки проведенных мероприятий; совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными спортивными традициями и др.</p>
--	---	---

### План работы с родителями

Месяц	Мероприятия
<b>Сентябрь</b>	<p>Выступление на родительском собрании «Оздоровление и физическое развитие детей в условиях ДОО и семьи».</p> <p>2. Анкетирование «Физическое развитие Вашего ребенка».</p> <p>Оформление информационного стенда для родителей «Страничка здоровья».</p> <p>4. Индивидуальные консультации по вопросам физического развития детей.</p>
<b>Октябрь</b>	<p>1. Ознакомительная беседа «Методы оздоровления детей дошкольного возраста».</p> <p>. Индивидуальные консультации по вопросам коррекционно-развивающей работы в процессе физической деятельности.</p> <p>. Оказание помощи родителям в составлении картотеки подвижных игр на улице.</p>
<b>Ноябрь</b>	<p>. Консультация «Народные игры и забавы с детьми».</p> <p>Практикум «Изготавливаем тренажеры для дыхательной гимнастики».</p> <p>Ознакомление родителей со спортивно-оздоровительными</p>

	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». Изготовление буклета «Виды гимнастик для детей». 3. 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». 4. Создание электронной библиотеки для родителей по физическому развитию дошкольников.
<b>Май</b>	1. Консультация «Методы приобщения дошкольников к здоровому образу жизни». 2. Анкетирование родителей по результатам физического развития детей. 3. Индивидуальные консультации по вопросам поступления детей старшего дошкольного возраста в спортивную школу и спортивные кружки.

### **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.
<b>Задачи</b>	<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 направленность в работе по физической культуре</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 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;</li> <li>• учить детей выполнять физические упражнения в коллективе сверстников, развивать способность пространственной ориентировке в построениях, перестроениях;</li> <li>• развивать двигательные навыки и умения реагировать на изменение положения тела во время перемещения по сложным конструкциям из полифункциональных мягких модулей (конструкции типа «Ромашка», «Островок», «Валуны» и т. п.);</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 (быстрый, средний, медленный);</li> <li>• закреплять навыки в разных видах бега: быть ведущим в колонне, при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера;</li> </ul>
--	---



	<ul style="list-style-type: none"> <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 и с набивным мячом, взаимодействовать с партнером при ловле и бросках мяча;</li> <li>• продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать свои варианты игр, комбинации движений;</li> <li>• учить запоминать и проговаривать правила подвижных игр, последовательность действий в эстафетах, играх со спортивными элементами;</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 и сагиттальной плоскостях (чувство пространства);</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 направленность в работе по формированию начальных представлений о ЗОЖ</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 осанки, и средствами физического развития и предупреждения его нарушений (занятия на различном игровом оборудовании - для ног, рук, туловища);</li> <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</li> </ul>

	<p>зимой» — мышцы напряжены, «сосулька весной» — мышцы расслабляются); использовать упражнения по нормализации мышечного тонуса, приёмы релаксации;</p> <ul style="list-style-type: none"> <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> <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>
--	---

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

### Направления воспитания

Направление воспитания	Цель	Ценности	Содержание
Патриотическое направление	Содействовать формированию у ребёнка личностной позиции наследника традиций и культуры, защитника Отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны.	Родина и природа лежат в основе патриотического направления воспитания. Чувство патриотизма возникает у ребёнка вследствие 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.	Патриотическое направление воспитания базируется на идее патриотизма как нравственного о чувства, которое вырастает из культуры человеческого бытия, особенностей образа жизни и её уклада, народных и семейных традиций. Работа по патриотическ

			<p>ому воспитанию предполагает: формировани е «патриотизма наследника», испытывающе го 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 (предполагает развитие у детей готовности преодолевать трудности ради своей семьи, малой родины); «патриотизма созидателя и творца», устремленног о в будущее, уверенного в благополучии и процветании своей Родины (предполагает конкретные каждодневны е дела,</p>
--	--	--	---

			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 отношения детей к семье, другому человеку, развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми.	Семья, дружба, человек и сотрудничество лежат в основе социального направления воспитания.	В дошкольном детстве ребенок начинает осваивать все многообразие социальных

			<p>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 качеств и идеалов, способности</p>
--	--	--	--



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

			<p>я 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</p>	<p>Жизнь и здоровье лежит в основе физического и оздоровительного направления воспитания.</p>	<p>Физическое и оздоровительное направление воспитания</p>

	<p>элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.</p>		<p>основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становления осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.</p>
<p>Трудовое направление</p>	<p>Формирование ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребёнка к труду.</p>	<p>Труд лежит в основе трудового направления воспитания.</p>	<p>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</p>

			<p>выполнении трудовых поручений способствует формированию ответственности за свои действия.</p>
<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 в 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,</p>

			способствует воспитанию воображения, чувств. Красивая и удобная обстановка, чистота помещения, опрятный вид детей и взрослых содействуют воспитанию художественного вкуса.
--	--	--	--

### 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 на этапе завершения освоения программы

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
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.

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
		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 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 самооценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самооценности 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
- личностно-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 этнопедагогики, 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 личностно-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 ребёнку 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 обеспечивают 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, поощряя 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 объединяли 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 **«Родительский клуб»**, 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 В Контакте создана еще одна профессионально-родительская общность: **«Для вас, родители»** для оперативной связи по различным вопросам физического воспитания, обучения и развития дошкольников.

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».

### 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.

Образовательная область	Приобщение детей к ценностям	Задачи
Социально-коммуникативное развитие	«Родина», «Природа», «Семья», «Человек», «Жизнь», «Милосердие», «Добро», «Дружба», «Сотрудничество», «Труд».	<ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитание любви к своей семье, своему населенному пункту, родному краю, своей стране;</li> <li>- воспитание уважительного отношения к ровесникам, родителям (законным представителям), соседям, другим людям вне зависимости от их этнической принадлежности;</li> <li>- воспитание ценностного отношения к культурному наследию своего народа, к нравственным и культурным традициям России;</li> <li>- содействие становлению целостной картины мира, основанной на представлениях о добре и зле, прекрасном и безобразном, правдивом и ложном;</li> <li>- воспитание социальных чувств и навыков: способности к сопереживанию, общительности, дружелюбия, сотрудничества, умения соблюдать правила, активной личностной позиции.</li> <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</li> </ul>

		своего труда и труда других людей.
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 соответствии с возрастными особенностями);</li> <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-</li> </ul>

		образного способов его освоения детьми; - 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).
Физическое развитие	«Жизнь», «Здоровье»	- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре; - становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилами; - воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.

## **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> </ol>

	5. Привлечь семьи дошкольников к участию в совместных с инструктором по физкультуре мероприятиях, организуемых в детском саду, муниципалитете, регионе, в Российской Федерации.
--	---

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 народного единства, День защитника Отечества, Праздник весны и труда, 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: «Бессмертный полк и др.»;
- события народной культуры и народных традиций: Масленица и др.
- социальные проекты: «Путешествие по родному краю», «Народные традиции России», «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»**, проводятся традиционные физкультурно-оздоровительные и спортивные праздники: «Осенняя спартакиада», «Летняя «Зимняя олимпиада», «День здоровья», «День физкультурника», «Неделя туриста», спортивный праздник «Вместе с папой» и другие событийные мероприятия.

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**

№№	Компоненты среды	Содержание предметно-пространственной среды
	Знаки и символы государства, региона, населенного пункта и ДОО	Лэпбуки «Символы России», «Символы моего города», в которых есть изображения герба и флага России, региона, родного города (поселка), портрет Президента. Альбомы и фотографии с изображением спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятий, проведенных в детском саду, в регионе и в России. Аудиозапись Гимна РФ. Аудиозаписи патриотических песен.
	Компоненты среды, отражающие региональные, этнографические и другие особенности социокультурных	Оборудование, атрибуты и пособия, отражающие культуру и быт народов родного края и используемые в физкультурно-оздоровительной деятельности.

	условий, в которых находится ДОО	Альбом с фотографиями региональных спортсменов и спортивных сооружений. Аудиозаписи фольклорных песен народов родного края. Физкультурное оборудование на участках ДОО.
	Компоненты среды, отражающие экологичность, природосообразность и безопасность.	Уголок уединения (в котором можно сделать гимнастику, самомассаж). Фотовыставки, способствующие самоидентичности ребенка: «Любимые игры ребят нашей группы», «Я - спортсмен!». Пособия и игры-самоделки, изготовленные конкретными детьми совместно с родителями, воспитателями или инструктором по физкультуре. Физкультурные тренажеры из нетрадиционного или бросового материала. Стенд «Наши олимпийские звездочки». Оборудование, инвентарь и пособия для физического развития детей в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа. Все элементы РППС соответствуют требованиям по обеспечению надёжности и безопасности их использования, санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам, правилам пожарной безопасности.
	Компоненты среды, обеспечивающие детям возможность общения, игры и совместной деятельности	Игрушки, атрибуты, пособия и оборудование для спортивных мероприятий, подвижных игр, гимнастики, оздоровительных упражнений. Мягкие игровые модули, игровые ширмы. Полифункциональные предметы, предметы-заместители, природные материалы, пригодные для использования в физкультурно-оздоровительной деятельности. Книги, энциклопедии, альбомы по спортивной тематике.
	Компоненты среды, отражающие ценность семьи, людей разных поколений, радость общения с семьей	Игрушки, атрибуты, пособия и оборудование для сюжетно-ролевых и творческих игр на спортивную тематику. Лэпбук: «Я и моя спортивная семья». Фотоальбомы с фотографиями членов семей воспитанников, выступающих на спортивных мероприятиях. Рисунки детей на тему «Спорт и семья». Тематическая папка «Подвижные игры наших бабушек и дедушек».
	Компоненты среды, обеспечивающие ребёнку возможность познавательного развития,	Спортивные предметы для занятий спортом. Схемы, графические знаки, мнемотаблицы для разучивания ОВД, ОРУ, физкультурных композиций. Предметы-заместители для физкультурно-



	<p>экспериментирования, освоения новых технологий, раскрывающие красоту знаний, необходимость научного познания, формирующие научную картину мира</p>	<p>оздоровительной деятельности. Иллюстративный материал: книги, энциклопедии, тематические альбомы и др.</p>
	<p>Компоненты среды, обеспечивающие ребёнку возможности для укрепления здоровья, раскрывающие смысл здорового образа жизни, физической культуры и спорта</p>	<p>Атрибуты для самомассажа: массажеры, массажные перчатки, массажные мячики, массажные дорожки. Нестандартное оборудование для дыхательной и пальчиковой гимнастик. Элементы костюмов для сюжетных гимнастик и музыкально-спортивных праздников (шапочки, накидки, маски и т.д.). Атрибуты для подвижных, малоподвижных и самостоятельных игр. Дидактические игры, пособия, атрибуты, способствующие ознакомлению детей с культурой ЗОЖ. Аудиозаписи для проведения гимнастик. Коллекция оздоровительных игр Железновых, развивающие видео и презентации об организме человека, здоровом питании, полезной и вредной пище. Пособия, книги, энциклопедии, альбомы, демонстрационный материал по формированию у детей знаний о ЗОЖ.</p>
	<p>Компоненты 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 ознакомлению с народно-прикладным творчеством, традиционными обрядовыми праздниками многонационального российского народа. Оборудование и атрибуты для подвижных и сюжетных народных игр. Костюмы и элементы костюмов, в том числе народные, для различных образовательных и досуговых мероприятий. Видеотека и аудиотека, способствующие погружению детей в культуру России, знакомству с особенностями традиций многонационального российского народа.</p>

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
<b>Обще-образовательная школа</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- открытые просмотры физкультурных занятий в школе и ДОО;</li><li>- посещение детьми детского сада и их родителями спортивных мероприятий в школе в качестве приглашенных гостей;</li><li>- совместное проведение тематических мероприятий (спортивных праздников, развлечений, соревнований и др.);</li><li>- разработка и реализация совместных физкультурно-</li></ul>

	оздоровительных проектов.
<b>Спортивная школа</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- посещение детьми детского сада и их родителями соревнований в качестве приглашенных гостей;</li> <li>- совместное проведение мероприятий, посвященных государственным и общественным праздникам;</li> <li>- разработка и реализация совместных физкультурно-оздоровительных проектов;</li> <li>- совместное участие в муниципальных, региональных и всероссийских конкурсах по тематике Программы.</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» (от 28.04.2023).

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».

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

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

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

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

Боролшинская Т.В. 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.

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

Боролшинская Т.В. Воспитание дошкольников о защитниках Отечества: методическое пособие по патриотическому воспитанию в ДОУ / под. ред. Л.А. Кондрыкинской. – М.: Сфера, 2006.

Боролшина Н.Г., Осипова Л.Е. Мы живем в России. Гражданско-патриотическое воспитание дошкольников. (Средняя, старшая, подготовительная группы). - М.: «Издательство Скрипторий 2003», 2008.

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

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

Боролшикова 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. Сластенина. - М.: «Академия», 2009.
15. Икляева 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.
20. Илантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. – М.: Детство-Пресс, 2013.
21. 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.
23. Тепанов П.В. Воспитательный процесс: от изучения результатов к управлению по татам // Воспитательная работа. 2010 № 4. С.61- 64.
24. 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. Педагоги 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.

Образовательные 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.

Семья 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.

беспечение 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).

овершенствование 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.

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

заимодействие 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.

ормирование 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 физкультурно-оздоровительной среды
	<b>Содержательно-насыщенная</b>	<p>Группы оснащены физкультурным игровым оборудованием; в физкультурном зале и на участке детского сада имеется необходимое развивающее оборудование, тренажеры и инвентарь.</p> <p>Все это обеспечивает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность детей всех категорий и возрастных групп;</li> <li>- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;</li> <li>- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;</li> <li>- возможность самовыражения детей.</li> </ul> <p>Для детей раннего возраста образовательное пространство предоставляет необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.</p>
	<b>Трансформируемость</b>	<p>Предполагается возможность изменений предметно-пространственной среды физкультурного зала и групп в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.</p>
	<b>Полифункциональность</b>	<p>Планированием образовательной деятельности по оздоровлению и физическому развитию детей предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды физкультурного зала, например, детской мебели (по прямому назначению и для игры), мягких игровых модулей, игровых ширм, мягких матов, которые также используются в различных видах двигательной деятельности.</li> <li>- наличие в физкультурном зале или группе полифункциональных предметов, пригодных для использования в разных видах двигательной активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в подвижных играх).</li> </ul>
	<b>Вариативность</b>	<p>Предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наличие в физкультурном зале и группах различных пространств (для подвижных игр, самостоятельной</li> </ul>



		физкультурно-оздоровительной деятельности и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей; - периодическая сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную и познавательную активность детей.
	<b>Доступность</b>	Предусмотрено: - доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность по физическому развитию дошкольников; свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности; - исправность и сохранность материалов и оборудования.
	<b>Безопасность</b>	Предусмотрено: - соответствие всех элементов развивающей предметно-пространственной физкультурно-оздоровительной среды требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

**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**

<b>Вид помещения</b>	<b>Оснащение</b>
<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>	<p>Спортивное оборудование (для ходьбы, бега, равновесия; прыжков; катания, бросания, ловли; ползания и лазания; общеразвивающих упражнений):</p> <p>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, колебросы, 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.</p> <p><b>Оснащение физкультурного зала для коррекционной работы:</b>  контактные коврики и дорожки,  дорожки со следами,  игольчатые мячи,  тренажеры для коррекции плоскостопия;  - сухой бассейн.</p>
<b>Прогулочные участки (на каждую группу)</b>	<p>скамейки.  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>
<b>Спортивная площадка (на территории ДОО)</b>	Спортивная площадка выделена и огорожена, оснащена: воротами для футбола или хоккея; баскетбольными кольцами; стойками для волейбольной сетки; тренажерами-балансирами; лестницами.
<b>Кабинет инструктора по физкультуре</b>	<p>Библиотека методической литературы по оздоровлению и физическому развитию дошкольников.  Материалы по опыту работы педагогов.  Картотеки:  - утренней гимнастики;  - дыхательной гимнастики;  - физкультминуток;  - коррекционно-оздоровительной гимнастики;</p>

	<p>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

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

	детей 3-7 лет: пособие для педагогов дошкол. учрежд.: в 3 ч. – М.: Владос, 2014.
<b>Оздоровление</b>	<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: 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.:</p>

	<p>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>
<p><b>Игры</b></p>	<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,</p> <p>Хацкалёва Г.А. Организация двигательной активности дошкольников с использованием логоритмики.- Спб, 2013.</p>
<p><b>Коррекционная педагогика</b></p>	<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. Составление совместного с воспитателями плана спортивных праздников, развлечений и др. мероприятий.</li><li>2. Консультация «Роль воспитателя на физкультурном занятии и в проведении спортивных праздников».</li><li>3. Консультация «Содержание и оформление «Центров двигательной активности в группах».</li><li>4. Обсуждение сценариев осенних спортивных праздников, распределение ролей, назначение ответственных за проведение.</li><li>5. Совместная разработка картотеки «Подвижные игры на улице».</li><li>6. 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. Консультация «Развитие физических качеств у старших дошкольников в процессе проведения утренней гимнастики».</li><li>2. Изготовление буклета для педагогов «Новинки педагогической литературы по оздоровлению и физическому развитию дошкольников».</li><li>3. Изготовление памятки для воспитателей «Деятельность воспитателя по подготовке детей к спортивным праздникам и развлечениям».</li><li>4. Обсуждение физкультурно-оздоровительных мероприятий в рамках тематических проектов «Путешествие по родному краю» и «Тропой туриста» («Региональная неделя» и «Неделя туриста»).</li><li>5. Подбор с музыкальным руководителем музыки для комплексов</li></ol>

	<p>гимнастик с учетом особенностей и возможностей дошкольников.</p> <p>6. Совместное с воспитателями и музыкальным руководителем пополнение аудиозаписей на основе интересов и предпочтений детей.</p>
<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. Семинар-практикум «Игровой самомассаж для детей дошкольного возраста».</li> <li>5. Совместное изготовление атрибутов и пособий для оздоровления и физической деятельности воспитанников.</li> <li>6. Совместное обсуждение новогоднего сценария, назначение ответственных, распределение ролей.</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 маршрутов для часто болеющих детей.</li> <li>3. Разработка буклета «Упражнения для развития физических качеств детей».</li> <li>4. Консультация «Коррекционные технологии оздоровления и физического развития дошкольников».</li> <li>5. Пополнение аудиотеки о здоровом образе жизни людей (диафильмы, слайды, документальные и мультипликационные фильмы).</li> <li>6. Совместная с педагогами подготовка (организационные моменты, оформление, репетиции, изготовление атрибутов) и проведение праздника «Новый год».</li> </ol>
<b>Январь</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подготовка к «Зимней Олимпиаде» (обсуждение планируемых мероприятий, распределение ролей, назначение ответственных).</li> <li>2. Изготовление с педагогами карточек-схем, мнемотаблиц и других предметно-схематических моделей для выполнения физических заданий и упражнений.</li> <li>3. Совместная с учителем-логопедом разработка картотеки по коррекции и развитию мелкой и крупной моторики.</li> <li>4. Консультация «Проведение на участках детского сада физкультурно-оздоровительных мероприятий».</li> <li>5. Разработка памятки «Интернет-сайты по оздоровлению и физическому развитию детей».</li> <li>6. Мастер-класс «Организация предметно-пространственной среды в группе по развитию физических качеств у детей дошкольного возраста».</li> </ol>
<b>Февраль</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Консультация «Развитие ловкости у старших дошкольников в процессе проведения квестов».</li> </ol>



	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Совместная деятельность с воспитателями по разучиванию и закреплению у детей спортивных движений к праздникам и развлечениям.</li> <li>3. Совместная с педагогами подготовка к спортивно-патриотическому празднику «Зарница».</li> <li>4. Консультация «Воспитание нравственно-волевых качеств личности ребенка в процессе двигательной деятельности».</li> <li>5. Пополнение картотеки «Народные подвижные игры».</li> <li>6. Обогащение РППС атрибутами для самомассажа: массажерами, массажными перчатками и массажными мячиками.</li> </ol>
<b>Март</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совместная с педагогами подготовка к «Неделе Спорта» (обсуждение планируемых мероприятий, распределение ролей, назначение ответственных).</li> <li>2. Совместная разработка картотеки «Оздоровительные гимнастики».</li> <li>3. Консультация «Фитбол-гимнастика как средство оздоровления и физического развития детей дошкольного возраста».</li> <li>4. Осуществление совместной дифференцированной работы с музыкальным руководителем для коррекции двигательной деятельности детей.</li> <li>5. Обсуждение и анализ действий с педагогом-психологом по созданию условий для эмоционального благополучия дошкольников в рамках ОО «Физическое развитие».</li> <li>6. Совместная взаимопроверка Центров двигательной активности в группах (приведение в соответствие с требованиями ФГОС и СанПин).</li> </ol>
<b>Апрель</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Консультация «Развитие двигательной активности детей раннего и дошкольного возраста в различные режимные моменты».</li> <li>2. Разработка буклета «Развитие физических качеств у детей дошкольного возраста посредством координационной лестницы».</li> <li>3. Совместная с воспитателями и музыкальным руководителем подготовка и проведение Выпускного утренника.</li> <li>4. Мастер-класс «Пособия из нетрадиционных материалов для физических упражнений с детьми».</li> <li>5. Совместное пополнение РППС групп нестандартным физкультурным оборудованием: массажными ковриками из крышек, ребристыми дорожками на основе корпусов из фломастеров, вертушками для дыхательной гимнастики и др.</li> <li>6. Пополнение аудиотеки по теме «Маршевая музыка».</li> </ol>
<b>Май</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Консультация «Использование общеразвивающих упражнений и основных движений в самостоятельной двигательной деятельности детей».</li> </ol> <p>овместная с воспитателями подготовка к показательным выступлениям дошкольников, посещающих спортивные кружки и секции.</p> <p>овместное проведение мониторинговых мероприятий по физическому развитию воспитанников.</p> <p>резентация «Реализация задач воспитания детей дошкольного возраста в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности»</p> <p>овместное с коллегами подведение итогов работы: результаты,</p>

	достигнутые за год, нереализованные задачи Программы, причины невыполнения, перспективы на новый учебный год.
--	---

## 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 теплый 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	Норматив
------------	---------	----------

<b>Показатель</b>	<b>Возраст</b>	<b>Норматив</b>
<b>Требования к организации образовательного процесса</b>		
Начало занятий не ранее	все возрасты	
Окончание занятий, не позднее	все возрасты	
Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	от 5 до 6 лет от 6 до 7 лет	25 минут 30 минут
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	от 5 до 6 лет	50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна 90 минут
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возрасты	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	все возрасты	2-х минут
<b>Показатели организации режима дня</b>		
<b>Показатель</b>	<b>Возраст</b>	<b>Норматив</b>
Продолжительность ночного сна, не менее	4-7 лет	11 часов
Продолжительность дневного сна, не менее	4-7 лет	2,5 часа
Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет	3 часа в день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возрасты	1 час в день
Утренний подъем, не ранее	все возрасты	7 ч 00 минут
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	10 минут

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

Месяц	Название события	Патриотическое воспитание	Трудовое воспитание	Социальное воспитание	Физическое и оздоровительное воспитание	Эстетико-эстетическое воспитание	Познавательное воспитание
сентябрь	<b>День туризма (день путешественника)</b>	Презентация «моя родина - Россия»	С/р игра на улице «Разбей лагерь туриста»	Игровое упражнение «К походу готов!», «Собери рюкзак»(аптечку)»	Экологич.тропа+ викторина «Правила туриста»	Фото -выставка «Летние путешествия»	Беседа «Кто такие путешественники?» Рассматривание глобуса, «Атласа для маленьких».
октябрь	<b>День музыки</b>	Музыкальная гостиная. «Музыка моей страны» слушание стихотв и музыки «Белая береза»	«Создание (изготовление) шумового оркестра»	Игра-развлечение «Песня в картинках» (начало, середина, конец)	Комплекс утр.гимнастики «Музыка и спорт»	Коллективная работа «Музыка в цвете» «Осенние ноты» слушание музыки и раскрашивание ноты.	Беседа о жанрах музыкально-сценического искусства (опера, балет)
ноябрь	<b>День доброты</b>	Презентация «Что такое хорошо и что такое плохо»	Акция «Помоги малышу»	Акция добра «Подари улыбку» дома рисуют смайлики	Спортивная эстафета добра	Коллективная работа «Шарики (цветы)добра»	Беседа по иллюстрациям об уходе и помощи больным людям и инвалидам.
декабрь	<b>День рождение детского сада</b>	Презентация «История д/с 49. Как все	Трудовой десант «Волонтеры д/сада»	Акция (флэшмоб) «Поздравления от чистого сердца»	Соревнования в зале на приз д/сада	Изготовление поздравительной газеты	Конструирование: «Детский

		начиналось»					сад» из различных материалов
январь	<b>День изобретателя</b>	Презентация «Великие изобретения моей страны»	Творческая мастерская «Изготовление султанчиков»	Мастерская юного изобретателя «Изготовление игры -Лабиринт»	Комплекс утр.гимнастики с мячами, изготовленными своими руками	Коллаж «10 предметов изобретателя- подростка»	Беседа «Откуда можно узнать что-то новое» (рассматриван ие познавательн ой литературы)
февраль	<b>День родного языка</b>	«Конкурс чтецов»	Ручной труд «Помощь книге»	Конкурс-сказок «Знаток родного языка»	Подвижные народные игры	Выставка «Мой любимый сказочный герой»	Чтение былин. Обсуждение пословиц и поговорок.
март	<b>День театра</b>	Презентация «Детские театры Санкт-Петербурга»	Изготовление пригласительн о билета	Литературный досуг «Театральные персонажи»	Подвижная игра с героями сказок «Голоса любимых героев»	Прослушивание аудио сказок	Д/и «Собери картинку» (иллюстрации сказок)
апрель	<b>День здоровья</b>	Презентация «Телевизор и компьютер. Друг или враг?»	Трудовой десант «Я здоровье берегу, сам себе я помогу»	Изготовление плаката «Правила здорового образа жизни»	Досуг «Спорт и я -лучшие друзья»	Выставка работ «Обед олимпийца»	Д/и «Витамины – это таблетки, которые висят на ветке» (фрукты, овощи, их польза)
май	<b>День семьи</b>	Фотовыставка «Кем гордится моя семья»	Творческая мастерская «Ромашка на	Книжная выставка «Почитаем вместе»	Спортивные увлечения моей семьи»	Конкурс рисунков на асфальте «Наша	Знакомство с пословицами о семье.

			счастье»			дружная семья»	Беседа «Профессии наших родителей»
--	--	--	----------	--	--	----------------	---

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.

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Перспективное планирование по физическому воспитанию**

**5-6 лет**

	ходьба	бег	прыжки	Полз-е, лазание	Бросание, ловля, метание	Упр. в равновесии	Строевые упр.	Танц. упр./спортивные упр.
сентябрь	Ходьба в колонне по одному; с заданиями; с разл. положениями рук. Х. на пятках, на носках, на внешней стороне стопы. Х. в колонне по 2-3 чел. «канат оходец» «клоун»	Бег обычный в колонне по одному по кругу остановка по сигналу; задания во время бега по сигналу: прыжок, поворот на 180 П.И. «кто быстрее по дорожке?» «ловишка в кругу» Соревнования	Подпрыгивать на двух ногах с продвижением вперед (расст.4 м). П.с продвижением вперед через предметы «змейка». П. в высоту с места; выпрыгивать вверх из упора присев; п. в длину с места «достань до предмета», «классы»	Полз. на четвереньках между предметами в чередовании с ходьбой и бегом. Полз. По скамейке на ладонях и коленях. Опираясь на предплечья и колени пролезание в обруч прямо и боком. «матросы»	Перебрасывание мячей стоя в шеренгах двумя руками снизу (расст. м-у шер.2,5м). Перебрасывание мячей с ударом об пол и ловля двумя руками. Брос мяча вверх и ловля двумя руками; хлопок; броски мяча и ловля с разл. заданием. мяч через сетку поймай мяч» «удочка»	Х. по гимнастической скамейке с перешагиванием. Через кубики, набивные мячи (расст. 2 шага реб.), руки на поясе, руки за головой. Х. по канату, верёвке боком приставным шагом; с мешочком на голове «самолёты»	Построение в колонну по одному; в шеренгу – равнение в затылок в колонне; в рассыпную без ориентиров. Внимание на осанку. «угадай кто позвал»	Реагировать на начало и конец звучания музыки, Прямой галоп в чередовании с бегом под муз. «лошадки»  Отбивание мяча об пол и ловля, элементы ведения (баскетбол) «школа мяча» «подбрось-поймай» «мяч по кругу»



октябрь	<p>Отработка Навыка Х. с изменением темпа движения по сигналу у. Х. с перешагиванием через препятствия (кубик и модули) «мышеловка»</p>	<p>Упражнения в непрерывном беге до 1 мин. Бег с заданиями. Упражнения в беге с перешагиванием через кубики до 1,5 мин. До 2 мин. «гуси-лебеди» «ловишки»</p>	<p>Прыжки на двух ногах через шнуры (5-6) правым и левым бком (расст. 35-40см). Спрыжки со скамейки на пол, согнутые ноги. Прыжки на препятствия, на гимнастической скамейке «на одной ножке по дорожке</p>	<p>Переползания через препятствия – скамейка, воротники. Подлезание под дугу прямо и боком, не касаясь руками пола; ползание на руках и стопах между предметами «змейкой» «пролезь в обруч» «проползи не задень»</p>	<p>Передача мяча руками от груди из И.П. ноги на ширине плеч. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы. Метание мяча в горизонт. цель 2м. правой рукой и 3м. «школа мяча» (мяч вдгонку, мяч под планкой)</p>	<p>Ходьба по гимнастической скамейке боком, приставным шагом, перешагивая через кубики (расст. 2-3 шага ребёнка) Сохранение равновесия на мяче фитболе. «не упади в ручей» «перешагни канавы»</p>	<p>Перестроение в колонну по 2, разучив поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному. Поворот в колонне по 2. «мы весёлые ребята»</p>	<p>Приставной шаг вправо и влево в колонне по одному под музыку. Приставной шаг с приседанием. «Африка» Прокатить мяч правой и левой ногой; прокатить в воротники, элементы футбола «школа мяча» «низко-высоко» «обведи кеглю»</p>
---------	---	---	---	--	--	---	---	--

ноябрь	<p>Х. на носках, руки за головой между набивными мячами 3м.; Х. с высокими подниманием колен; с изменением направл. движен. «Буратино клоун»</p>	<p>В рассыпную. Упражнения в медленном беге до 2 мин. Бег с изменением направления движ.; бег змейкой, восьмой с исп. ориентиров и без них. «ловишки» «пробег и тихо»</p>	<p>П. на двух ногах на мягкое препят. (выс. 20см), п. с 3 шагов на препят.; п. на правой и левой ногах между предметами попеременно меняя ноги; п. на месте с поворотом и продвиж. вперед. «Высоко и далеко»</p>	<p>Ползание по прямой на четвереньках, подтапки вая мяч (набивной 0,5 кг) до 6м. Пролетание в обруч с мячом в руках в группировке, не касаясь верхнего обода. Подлезание под шнур (выс. 40см) прямо и боком «брось и поймай» «не хочуха»</p>	<p>Перебрасыв. Мяча двумя руками снизу, ноги на ширине плеч; из-за головы стоя в шеренгах 3м. Отбивание мяча об пол (диаметр 6-8см) продвигаясь вперед шагом по прямой.</p>	<p>Х. по гимнастической скамейке, переключая малый мяч из правой руки в левую перед собой и за спиной. Х. по гимнастической скамейке на носках, с разл. положением рук.</p>	<p>Отрабатывать навык построения в колонну по 2 перестроением, повороты направо, налево переступанием «ровным кругом друг за другом»</p>	<p>Полуприседание с выставлением ноги поочередно на пятку, на носок, в чередовании с подскоками и на месте с продвиж. Вперед. «медведь и пчелы»</p> <p>Обвести мяч двумя руками вокруг кубиков; вести мяч правой рукой по прямой – элементы баскетбола, подпрыгивания, прыжки на батуте «школа мяча»</p>
--------	--	---	--	--	---	---	--	--

	<p>Х. мелким и широким шагом; с забрасыванием голени к ягодицам. Х. в чередовании с бегом; спиной вперёд; х. с хлопками под коленом на каждый шаг «сделай фигуру» «Карусель»</p>	<p>Упражнять в беге в колонне по одному с сохранением дистанции. Бег с заданием (семянный бег, перебежки в разном темпе бега) «снежинки» «ровным кругом»</p>	<p>Перкпрыгивание на двух ногах через бруски 50см., через шнур, положенный вдоль зала справа и слева от него с продвижением вперёд 4м., подпрыгивая с ноги на ногу с продвижением вперёд 5м. перепрыжки встречными</p>	<p>Ползание между предметами (кеглями), не задевая их. Ползание на руках и стопах. Ползание подталкивая мяч головой вперёд «змейкой», ползание по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь руками, влезание на шведскую лестницу различными способами.</p>	<p>Подбрасывание мяча вверх двумя руками и ловля его после хлопка. Прокатывание набивного мяча по доске; прокатывание футбольного мяча по доске, под воротиками, броски мяча одной рукой, ловля другой. «пятнашки и мячом» «снежки»</p>	<p>Ходьба по наклонной доске прямо, руки в стороны; приставным шагом боком, руки на поясе; подпрыгивание на гимнастической скамейке; медленный бег по сигналу поворотом вокруг себя. «летает- не летает» (стоя на одной ноге)</p>	<p>Построение в колонну по 3. Построение в 2-3 круга по сигналу вокруг своих ориентиров «мороз-красный нос»</p>	<p>Поочередно выбрасывать ногу в прыжке. Прямой галоп с хлопками над головой, подскоки в кругу сужая круг и расширяя «море волнуется раз...»</p> <p>Обводить мяч поочередно вокруг предметов; передавать мяч ногой друг другу в шеренгах, в парах. Проведение мяча по прямой и забивание в воротики «школа мяча» (элементы футбола) «забей гол»</p>
--	--	--	--	--	---	---	---	---

	<p>Ходьба в полуприседе; в низком приседе, х. на кистях и стопах. Х. в чередовании с прыжками с продвижением вперёд «ровным кругом»</p>	<p>Прыжки на правой и левой ноге между кубиками в чередовании с бегом. Бег с высокими подниманием бедра, с забрасыванием голени назад. «олени» «лошади»</p>	<p>Прыжки по прямой с зажатыми мешочком между колен. Прыжки в длину с места. Начать с 40см.; прыжки через шнуры на двух ногах без паузы 50см.; прыжки через скакалку, прыжки с исп. ОРУ «бездомный заяц»</p>	<p>Ползание с мешочком на спине в четверенках по прямой. Лазание по гимнастической стенке разными способами, переползание через препятствия, подлезание под дугу, влезание на гимнастическую стенку одним способом; перелезание через гимнастическую стенку по 3-4 рейки; переход по рейкам шведской стенки.</p>	<p>Перебрасывание мяча от груди стоя в шеренгах; перебрасывание мяча двумя руками снизу. Ведение мяча в прямом направлении разными способами «пятнашки и снежком»</p>	<p>Х. и бег по наклонной доске вверх, вниз, балансируя руками, ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, удерживая равновесие. «хитрая лиса».</p>	<p>Построение в 2 колонны, перестроение в 2 звена с ориентирами, построение в 2 круга без ориентиров, повороты направо и налево прыжком «ловишки парами»</p>	<p>Прямой галоп, боковой галоп с остановкой в такт музыке, вып. простых движений руками в ритм. гимнастики. «два паровоза»  Бросание мяча в обруч двумя руками от груди, из-за головы. Проводить мяч по прямой; ударом об пол под обручем отдать мяч партнёру «школа мяча» Эстафеты с мячом «проведи и не задень»</p>
--	---	---	--	--	---	--	--	---

февраль	Х. из колонны в рассыпную. Упражнять в ходьбе по кругу лицом в кр, спиной в круг. Х. на носках с перекатом на пятку, с пятки на носок. «карусель»	Упражнять в непрерывном беге до 1,5 м. Бег в рассыпную, построение в круг. Бег с заданиями: остановка, поворот. Бег в другую сторону. «ловишки-перебежки»	Прыжки и через бруски правым и левым боком. П. в длину с места 60см. П. с ноги на ногу до ориентира; п. через короткую скакалку, длинную скакалку «гуси-лебеди»	Ползание на четвереньках между кеглями. Ведение машинки - упор на руки и стопы, ползание по гимнастической скамейке с мешочком на спине; проползание различными способами по ковру, полу. «проползи и не урони»	Броски мяча в баскетбол. Корзину, ведение мяча ногой, клюшкой «перестрелки»	Перебрасывание мягкого мяча одной рукой, ловля двумя руками. Метание мешочков в вертикаль. цель правой и левой рукой с расстояния 3м. Подбрасывание мяча и ловля его правой и левой рукой.	Построение в колонну по 2 и перестроение в колонну по 1 на ходьбе. Закрепляем построение в 2-3 звена к своим ориентирам «два мороза»	Выбрасывание поочередно прямых ног; по одному; в колонне, в шеренге «Ленька-енька»  Ведение мяча ногой между предметами до указанной цели. Забивание в воротики «школа мяча»
---------	---	---	---	---	---	--	--	--

март	<p>Ходьба скрестным шагом, правая вперёд. Имитация ходьба метательного копья. Х. спиной вперёд; х. приставным шагом вправо, влево. «мы весёлые ребята</p>	<p>Упражнять в посменном темпе бега до 2мин. Бег между предметами «пробег и не задень» Бег с выполнением заданий по сигналу, с подлезанием в воротик и по ходу движения.</p>	<p>П. из обруча в обруч, лежащие на расст. 40см. по прямой из большого обруча в большой; обручи вплотную П. в высоту с разбега 30см. «перешагни» П. на двух ногах между кеглями . «прыгни и не задень»</p>	<p>Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «по медвежьей» Подлезание под шнур боком справа и слева. Ползание под дугой не касаясь руками пола, проползание через туннель разными способами и «проползи и не задень»</p>	<p>Перебрасывание мяча другу и ловля его после отскока от пола в шеренгах. Перебрасывание мяча с отскоком от пола и ловля его с хлопком в ладоши. Метание мешочков в горизонтальную цель с расст. 3м. одной рукой – правой и левой руками способом «от плеча»</p>	<p>Ходьба по канату боком, приставным шагом с мешочком на голове, руки в стороны, руки на поясе. Х. по гимнастической скамейке – присесть посередине, встать, продолжить ходьбу. Поворот кругом на середине «пожарные на учении»</p>	<p>Построение в колонну по 4 по расчёту; по звеньям, размыкание и смыкание на вытянутые руки, поворот направо переступанием.</p>	<p>Выбрасывание одной ноги вперёд с приземлением другой ноги. «море волнуется раз...» Отбивание воланчика, мячика ракеткой – основы бадминтона. «Отбей волан» «Угадай кто позвал»</p>
------	---	--	--	---	---	--	--	---

апрель	Х. скрестным шагом; правая и левая вперед и. Х. с заданием уточки, лягушки, страусы «совушка»	Бег боком приставным шагом вправо, влево. Бег скрестным шагом впереди. Бег с заменой ведущего «хвосты» «замена	Прыжки на двух ногах правым боком 3 прыжка, поворот на 180 и 3 прыжка левым боком над двух ногах. П. через короткую скакалку 5-6 раз на месте, с продвижением вперед. П. через шнур, продвижение вперед, п. в длину с разбега.	Прокаты в обруча друг другу стоя в шеренгах с подлезанием в обруч. Пролезание в обруч и обратно на скорость (парами) 3-4м. Переползание через скамейку в чередовании с ходьбой по скамейке	Подбрасывание малого мяча одной рукой и ловля после отскока от пола двумя. Метание мешочков вертикаль. цель правой и левой рукой; прокатыв. набивного мяча по прямой, сбивая ориентир «попади в цель» «метатели	Ходьба по гимнастической скамейке с передачей мяча на каждый шаг. Х. по гимнастической скамейке приставляя пятку одной ноги к носку другой «гимнасты»	Построение в 4-5-6 звеньев к своим ориентирам «мышеловка»	Кружение в парах, тройках «карусель»  Отбивание воланчика, мячика друг другу и ловля его в руки. «Кто лучше отобьет» Попасть в большой обруч воланчиком.
--------	---	--	--	--	---	---	---	---

май	<p>Ходьба с заданием (ведущие дети). Комплекс ОРУ на ходьбе. Ходьба со сменой ведущего.</p>	<p>Бег до 2,5 мин. тестирование 20м. Разучивание челночного бега Соревнования, эстафеты «собери пирамиду» «принеси предмет</p>	<p>Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед. Прыжки в длину с разбега «согнуты ноги»; выпрыгивание вверх хлопком над головой из и.п. упор присев и возврат. В И.П. «бездомный заяц» «горелки» «классы</p>	<p>Ползания между предметами по-медвежьи; подлезание под дугу, обруч боком приставным шагом не касаясь. Ползания по гимнастической скамейке на животе подтягиваясь руками «гуси-лебеди» «медведь и пчелы»</p>	<p>Забрасывание мяча в кольцо (обруч) с разбега 2м. Бросание мяча одной рукой и ловля одной рукой. Бросание мяча о стену и ловля двумя руками «караси и щука» «выбивала</p>	<p>Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая 2 кубика; руки на поясе, за головой, в стороны. Ходьба по гимнастической скамейке ударяя мячом об пол и ловля его двумя руками «сделай фигуру»</p>	<p>Построение по ориентирам в колонну, расчёт по порядку, расчёт на 1,2, 1-2-3. «пожарные на учении»</p>	<p>Ритмические танцы. Игры, эстафеты на ведение и владение мячом «пятнашки»</p>
-----	---	--	--	---	---	---	--	---

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Использование ИКТ- технологий в образовательном процессе

Нормативно-правовой базой для реализации ИКТ-технологий, является ряд нормативных документов

\*Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ  
(Ст. 16, Ст. 18., Ст. 29)

\*«Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» от 17 октября 2013 г. 1155 (п.3.3;п 3.4)  
«Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; «СанПиН 1.2.3685-21



( зарегистрировано в Минюсте России 29.01.2021 № 62296) ( выдержки для детских садов, школ, СПО и других образовательных организаций) ( вступил в силу с 01.03.2021года)»

\* «Гигиенические требования к персональным электронно- вычислительным машинам и организации работы» «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы» Сан ПиН

\* Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель)» от 18 октября 2013 года.

Воспитательно –образовательный процесс включает в себя:  
- организацию непрерывной образовательной деятельности воспитанника,  
- организацию совместной развивающей деятельности педагога и детей,  
- реализацию проектов,  
- создание развивающей среды (игр, пособий, дидактических материалов).

У детей дошкольного возраста преобладает наглядно – образное мышление. Главным принципом при организации деятельности детей этого возраста является принцип наглядности. Использование разнообразного иллюстративного материала, как статичного, так и динамического позволяет педагогам ДОО быстрее достичь намеченной цели во время непосредственной образовательной деятельности и совместной деятельности с детьми. Использование Internet – ресурсов позволяет сделать образовательный процесс информационно емким, зрелищным и комфортным.

Одной из наиболее удачных форм подготовки и представления учебного материала к совместной организованной деятельности в детском саду - это создание мультимедийных презентаций. Она облегчает процесс восприятия и запоминания информации с помощью ярких образов, т.к. сочетает в себе динамику, звук и изображение, т.е. те факторы, которые наиболее долго удерживают внимание ребенка.

Для детей 6 лет время просмотра презентации составляет не более 7 минут, что является частью занятия.

Игровые занятия с использованием ИКТ в ДОО рекомендуется проводить не более одного в течение дня и не чаще трех раз в неделю в дни наиболее высокой работоспособности детей: **во вторник, в среду и в четверг**. После занятия с детьми проводят гимнастику для глаз.

Запрещается проводить занятия с использованием ИКТ в ДОО за счет времени, отведенного **для сна, дневных прогулок и других оздоровительных мероприятий**.

При проведении занятий детей с использованием компьютерной техники, организация и режим занятий должны соответствовать требованиям к персональным электронно- вычислительным машинам и организации работы. « Гигиенические требования к персональным электронно- вычислительным машинам и организации работы...»

#### Цветовое оформление слайда

Теория цвета:

красный –позитивный и веселый, но после 18 слайда вызывает агрессию и не учебное состояние;

желтый - лучше приглушить ближе к бежевому, хороший цвет для учеников младшего и среднего звена;

зеленый (мягкий, приглушенный) – до 29-30 слайда воспринимается оптимально;

синий (мягкий) – позитивный цвет до 30 слайда;

фиолетовый – не способствует запоминанию информации;

белый - способствует воспроизведению информации от 50 до 70%;

черный – цвет агрессии и стресса;

коричневый (яркий) – после 23 слайда вызывает подъем артериального давления;

серый – вызывает тревогу.

## **ПРИЛОЖЕНИЕ**

### **Средства ИКТ, применяемые в работе с дошкольниками**

- Ноутбук (для индивидуальной работы и для использования в работе с мультимедийным проектором)  
Музыкальный центр /для прослушивания музыки, аудио сказок/  
Мультимедийный проектор /презентации, мультфильмы/
- Телевизор
- Видеоплеер  
Фотоаппарат  
Принтер, сканер, копировальный аппарат  
Мобильный телефон /фото, интернет, диктофон/  
Видеокамера

### **Примерный комплекс упражнений для глаз**

#### **1 комплекс упражнений**

Закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1-4, затем раскрыть глаза, расслабить мышцы глаз, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

Посмотреть на переносицу и задержать взор на счет 1-4. До усталости глаза не доводить. Затем открыть глаза, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1-4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1-6. Аналогичным образом проводятся упражнения, но с фиксацией взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 3-4 раза.

Перевести взгляд быстро по диагонали: направо вверх — налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1-6; затем налево вверх — направо вниз и посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

#### **2 комплекс упражнений**

Не поворачивая головы (голова прямо), делать медленные круговые движения глазами вверх-вправо-вниз-влево и в обратную сторону: вверх-влево-вниз-вправо. Затем посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

Голову держать прямо. Поморгать, не напрягая мышцы глаз, на счет 10-15. Не поворачивая головы (голова прямо) с закрытыми глазами, посмотреть направо на счет 1-4, затем налево на счет 1-4 и прямо на счет 1-6. Поднять глаза вверх на счет 1-4, опустить вниз на счет 1-4 и перевести взгляд прямо на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

Следить глазами за медленным опусканием, а затем за медленным подниманием руки на расстоянии 40-50 см от глаз. Повторить 10-12 раз, меняя руки.

Закрывать глаза. Подушечками трех пальцев каждой руки легко надавливать на верхнее веко - 2-3 с. Затем снять пальцы с века и посидеть с закрытыми глазами 2-3 с. Повторить 3-4 раза.

Поставить большой палец правой руки перед глазами посередине на расстоянии 25-30 см от глаз. Смотреть на него двумя глазами 3-5 с, правым глазом (закрывать левый) 3-5 с, двумя глазами, левым глазом (закрывать правый) и снова двумя глазами по 3-5 с. Сменить руку. Повторить цикл 2-3 раза.

В условиях детского сада возможно, необходимо и целесообразно использовать ИКТ в различных видах образовательной деятельности. Совместная организованная деятельность педагога с детьми имеет свою специфику, она должна быть эмоциональной, яркой, с

привлечением большого иллюстративного материала, с использованием звуковых и видеозаписей.

## **ПРИЛОЖЕНИЕ**

### **Перспективное планирование организованной двигательной деятельности детей на прогулке по обучению спортивным упражнениям и элементам спортивных игр в соответствии с условиями образовательного учреждения для детей старшего возраста (3-е физкультурное занятие) на 2023-2024год**

#### **Сентябрь**

Цель: развитие выносливости, прыгучести, координации движений

Вид деятельности: обучение детей прыжкам с короткой и длинной скакалкой

#### **Октябрь**

Цель: развитие силы, меткости

Вид деятельности: обучение игре в городки

#### **Ноябрь**

Цель: развитие силы, прыгучести, равновесия

Вид деятельности: обучение прыжкам в длину с разбега

#### **Декабрь**

Цель: развитие коммуникативных навыков, силы

Вид деятельности: обучение катанию на санках

#### **Январь**

Цель: развитие координации движений, равновесия, коммуникативных навыков

Вид деятельности: обучение катанию на ледянках

#### **Февраль**

Цель: развитие координации движений, меткости, умения взаимодействовать в команде

Вид деятельности: обучение элементам хоккея

#### **Март**

Цель: развитие быстроты, ловкости, координации движений

Вид деятельности: обучение элементам футбола

#### **Апрель:**

Цель: развитие ловкости, координации движений, меткости

Вид деятельности: обучение элементам баскетбола

#### **Май**

Цель: развитие координации движений, меткости, равновесия

Вид деятельности: обучение элементам бадминтона



## ПРИЛОЖЕНИЕ

### РАБОТА В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

#### Планирование на июнь месяц по физическому воспитанию

Старший 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 № 47 (с кубиками) для детей 3-4 лет	Бег с ускорением; Бег с изменением направления; Ходьба в сочетании с наклонами и приседаниями; Подлезание под верёвку;	Ловкость; Быстрота; Гибкость.	«Собери овощи»; «Собери грибы»; «Куры в огороде»; «Медведь и пчелы»; «Мыши в кладовой»; «Заяц любит есть морковку»; «Пугало»; «Репка»; «Кто больше наберет грибов»; «Выбираем репку»; «Огород»; «У медведя во бору»	Кубики; Овощи; Грибы; Маски; Ведро; Корзинки; Обручи; Верёвки.	Консультация для родителей: «Спортивный уголок дома».

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		
<p>Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет) Комплекс № 38 (без предметов) для детей 5-6 лет</p> <p>Замена: 4 и 5 упр. И.п. стойка ноги врозь.</p> <p>6 упр. И.п. стойка ноги врозь, руки вперёд, в стороны. 1 – мах правой ногой, коснуться ладони левой руки. 2 - И.п. 3 - мах левой ногой, коснуться ладони правой руки. 4 - И.п.</p> <p>7 упр. И.п. основная стойка. 1 – присесть, руки вперёд, 2 – И.п. 3 – присесть, руки за голову, 4 – И.п.</p>	<p>Ходьба и бег по ограниченной поверхности (скамейка, бревно);</p> <p>Бег с ускорением;</p> <p>Бег с остановкой и приседаниями;</p> <p>Прыжки в длину с места;</p> <p>Прыжки в длину с разбега;</p> <p>Лазание по лесенке разноимённым способом;</p>	<p>Быстрота;</p> <p>Ловкость;</p> <p>Координация.</p> <p>Развитие творчества в движении.</p>	<p>«По мостику»;</p> <p>«Через холодный ручей»;</p> <p>«Река и ров»;</p> <p>«Воздух, вода, земля, ветер»;</p> <p>«Собери солнышко»;</p> <p>«У Маланьи у старушки»;</p> <p>«Медведь и пчёлы».</p>	<p>Верёвочки;</p> <p>Гимнастические палочки;</p> <p>Скакалки;</p> <p>Обручи;</p> <p>Ориентиры;</p> <p>Палочки.</p>	<p>«Игры на прогулке летом» - картотека подвижных игр.</p>

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 обручем) для детей 5-6 лет	Ходьба и бег по ограниченной поверхности;  Метание предметов в горизонтальную цель;  Элементы игры в хоккей на траве.	Ловкость;  Сила.   Развитие творчества в движении.	«По мостику»; «Ловкий пешеход»; «Перекрёсток»; «Пешеходы и транспорт»; «Светофор»; «Перейди улицу»; «Как у нашей мамы руки»; «Улица», «Путешествие»; «Болото»; «У дедушки Трифона»; «Городки»; «Взятие города»; «Защищай город».	Скамейка; Бревно; Обручи; Рули; Сигналы светофора; Ориентиры; Городки; Клюшки; Малые мячи.	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		
<p>Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста лет) Комплекс № 39 (с кубиками) для детей 5-6 лет</p> <p>Замена: 4 упр. И.п. – основная стойка.</p> <p>6 упр. И.п. стойка ноги врозь, кубики вперёд, в стороны. 1 – мах правой ногой, коснуться кубика в левой руке. 2 - И.п. 3 - мах левой ногой, коснуться кубика в правой руке. 4 - И.п.</p>	<p>Бег врассыпную;</p> <p>Бег с ускорением;</p> <p>Прыжки на двух ногах врассыпную;</p> <p>Пролезание в обруч.</p>	<p>Быстрота;</p> <p>Ловкость;</p> <p>Сила.</p> <p>Развитие творчества в движении.</p>	<p>«Фиалка»;</p> <p>«Огородники»;</p> <p>«Одуванчик»;</p> <p>«Собери ромашку»;</p> <p>«Собери цветок»;</p> <p>«Садовник»;</p> <p>«Хрен»;</p> <p>«Редя, редя, кто тебя посадил?»;</p> <p>«Собери букет»;</p> <p>«Найди полевой цветок»;</p> <p>«Вьюны».</p>	<p>Кубики;</p> <p>Обручи;</p> <p>Ведро;</p> <p>Ориентиры;</p> <p>Цветы;</p> <p>Лепестки для складывания цветов;</p>	<p>Консультация для родителей: «Здоровый образ жизни семьи»</p>





## 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 81 (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 **Цель Программы:** Оздоровление и физическое развитие детей младенческого, раннего и 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 5. Способствовать становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

Р

о

с

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

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 группам (дети 5-6 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 81 ( протокол № г 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.

#### I. Определения уровня развития психофизических качеств дошкольников

В физкультурном зале диагностируются такие физические способности, как скоростно-силовые качества - бросок набивного мяча двумя руками из-за головы (4–7 лет); прыжок в длину с места (4–7 лет), метание мешочка с песком правой и левой рукой; координационные способности, в том числе удержание равновесия; гибкость - наклон туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке (4–7 лет), выносливость и быстрота.

На физкультурной площадке обследуются такие физические качества, как быстрота - бег на 30 м (4–7 лет); скоростно-силовые качества - метание мешочка с песком весом 150–200 г (4–7 лет); ловкость - челночный бег 3х10 м (4–7 лет); выносливость - бег 90 м (5 лет), 120 м

До обследования в зале размечают площадку для прыжков с места, бросание набивного мяча, а на спортивной площадке - для метания мешочка с песком. Врач заранее выявляет тех детей, которые не будут выполнять те или иные задания (по состоянию здоровья). Инструктор готовит протокол обследования, в котором фиксируются количественные показатели уровня сформированности физических качеств и качественные показатели степени сформированности двигательных навыков.

Количественные показатели сравниваются со средними показателями развития психофизических качеств. Для оценки уровня сформированности двигательных навыков используются качественные показатели бега, прыжков в длину с места, метание вдаль.

**Высокий уровень** - ребенок правильно выполняет все элементы техники (красный цвет).

**Средний уровень** - ребенок справляется с большей частью элементов техники (синий цвет).

**Низкий уровень** - ребенок допускает значительные ошибки (зеленый цвет).

Определение физической подготовленности осуществляется на учетно-контрольных занятиях. Во вводную часть и разминку включают физические упражнения, которые наилучшим образом подготовят ребенка к выполнению тестовых заданий. В основной части проводятся два или три теста, это зависит от возраста ребенка и особенностей самого теста, а в заключительной - малоподвижная игра или игровое упражнение - релаксация.

## Определения уровня сформированности быстроты

### Бег на 30м

**Предварительная работа.** На беговой дорожке (ширина - 3 м, длина 30 м) отмечают линии старта и финиша. На расстоянии 3 м от финиша устанавливают яркий ориентир, чтобы дети не снижали скорость задолго до финишной линии. Готовят флажок, секундомер.

**Методика обследования.** Инструктор проводит несколько разогревающих упражнений, подготавливающих мышцы рук, туловища и ног: для детей 4–5 лет - наклоны, приседания; для детей 6–7 лет - комплекс общеразвивающих упражнений «Рисуем шары».

1. «Рисуем головой». И.п. - ноги на ширине плеч, руки на поясе. Круговые движения головой в разные стороны (по 4 раза).

2. «Рисуем локтями». И.п. - ноги на ширине плеч, руки к плечам. 1–2 - круговые движения локтями вперед; 3–4 - круговые движения локтями назад (по 4 раза).

3. «Рисуем туловищем». И.п. - ноги на ширине плеч, руки на поясе, круговые движения туловищем сначала в лево, потом в право (по три раза).

4. «Рисуем коленом». И.п. - одна нога, согнутая в колене, поднята и отведена в сторону, руки на поясе. 1–3 - круговое движение коленом левой (правой) ноги; 4 — вернуться в исходное положение (по три раза).

5. «Рисуем стопой». И.п. - одна нога согнута в колене и поднята, рука на поясе. Вращательное движение стопой в разные стороны (по 8 раз). После разминки детям 4–5 лет инструктор предлагает добежать до игрушки, а детям 6-7 лет до яркой стойки как можно быстрее («Представьте, что вы самое быстрое животное»).

Затем инструктор с секундомером и протоколом занимает позицию на финише и фиксирует количественный и качественный показатели. Воспитатель вызывает на старт двух детей - двух мальчиков или двух девочек - (остальные дети стоят или сидят на гимнастической скамейке). На старте дети принимают удобную им позу. Воспитатель подает команды: «Внимание» (поднимает флажок), «Марш» (опускает флажок). Во время бега дети подбадривают друг друга, называя по имени. На старт возвращаются шагом и делают вторую попытку.

**Количественный показатель:** время бега (в мин.).

**Качественный показатель**

**Старший возраст**

1. Руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед — внутрь.

2. Быстрый вынос бедра маховой ноги (под углом примерно 60–70 градусов).

3. Прямолинейность, ритмичность бега.

**Высокий уровень** - соответствие всем показателям.

**Средний уровень** - соответствие трем показателям.

**Низкий уровень** - соответствие двум показателям.

## Определение уровня сформированности скоростно-силовых качеств

### Прыжок в длину с места

**Предварительная работа.** В зале кладут мат и с боку мелом наносят разметку - (через каждые 10 см на дистанции 2 м).

**Методика тестирования.** С целью предупреждения травм сначала проводится разминка, которая позволяет разогреть мышцы стоп, голени, бедра. Детям 4–5 лет предлагают попрыгать как зайчики (прыжки с продвижением вперед); дети 6-7 лет выполняют имитационное упражнение «Лыжник». «Надели одну лыжу, другую (стопы поставили параллельно на расстоянии 15 см), взяв руки одну, вторую палку (руки согнуты

в локтях), поехали (ноги полусогнуты, движение согнутых рук вперед, назад), приготовились к прыжку с трамплина (ноги параллельны, полусогнуты, руки отведены назад, туловище наклонено), прыгают (полет, приземление: ноги на ширине плеч руки вперед).

После разминки инструктор предлагает детям 4-5 лет встать около черты и перепрыгнуть через ручеек на другой берег (мат); детям 6-7 лет - встать около черты и допрыгнуть до яркой стойки. Инструктор, стоя рядом с разметкой, фиксирует расстояние от черты до места приземления пятками (количественные показатели), а также качественные показатели.

Каждый ребенок делает 3 попытки.

**Количественный показатель:** длина прыжка (в см).

**Качественные показатели:**

**Старший возраст**

И.п.: а) ноги параллельно, на ширине ступни друг от друга; б) полуприседание с наклоном туловища; в) руки слегка отведены назад.

1. Толчок: а) двумя ногами одновременно; б) выпрямление ног; в) резкий мах руками вперед-вверх.

2. Полет: а) руки вперед-вверх; б) туловище согнуто, голова вперед; в) полусогнутые ноги вперед.

3. Приземление: а) одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с перекатом с пятки на всю ступню; б) колени полусогнуты, туловище слегка наклонено; в) руки движутся свободно вперед - в стороны; г) сохранение равновесия при приземлении.

**Высокий уровень** - соответствие всем показателям.

**Средний уровень** - соответствие трем показателям.

**Низкий уровень** - соответствие двум показателям.

### **Прыжок в высоту с места**

**Предварительная работа.** В зале готовят измерительные ленты.

**Методика обследования.** Для разминки детям 5 лет предлагают попрыгать как зайчики, на месте, у детей 6-7 лет спрашивают, какое животное самое «прыгучее», и предлагают попрыгать как кенгуру, и дотронуться до предмета, который подвешен над головой.

Измерительная лента одним концом крепится на поясе ребенка, другой конец в кассете, лежащей на полу. Прыгая вверх, ребенок вытягивает ленту из кассеты на длину прыжка. Инструктор делает замер. Ребенок совершает три подскока. Лучший результат фиксируется в протоколе.

**Количественный показатель:** высота подскока (в см).

### **Бросок набивного мяча**

**Предварительная работа.** В зале делают разметку от линии, обозначенной вдоль мата через 50 см на расстоянии 5 м). Говорят 3 набивных (медицинских) мяча весом 500 гр. Для детей 4-5 лет и 1000 гр. для детей 6-7 лет.

**Методика обследования.** Во вводную часть для детей 4-5 лет включают ходьбу на высоких четвереньках, для детей 6-7 лет — отжимания от пола (для мальчиков — на прямых ногах, для девочек — на согнутых в коленях).

Ребенок подходит к контрольной линии, инструктор предлагает ему добросить мяч до яркой стойки. Бросок выполняется из и.п.: ноги врозь, мяч отведен за голову как можно дальше. Ребенок совершает 3 броска. Лучший результата фиксируется в протоколе.

**Количественный показатель:** дальность броска (в см).

#### **Метание мешочка с песком**

**Предварительная работа.** На спортивной площадке мелом размечают дорожку (каждые 50 см. на дистанции 2 м.). Готовят 3 мешочка с песком весом 200г, мел.

**Методика обследования.** После разминки инструктор предлагает ребенку (из и.п.: стоя, одна нога впереди, другая на расстоянии шага, рука с мешочком за головой) Произвести 3 броска каждой рукой. Осуществляется замер после каждого броска и лучший результат заносят в протокол. В нем фиксируются количественные и качественные показатели.

**Количественные показатели:** дальность броска (в см).

**Качественные показатели:**

#### **Старший возраст**

1. И.п.: а) стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая впереди, правая — на носок; б) правая рука с предметом на уровне груди.

2. Замах: а) поворот туловища вправо, сгибая правую ногу и перенеся на нее вес тела; б) разгибая правую руку, размашисто отвести ее вниз — в сторону; в) перенос веса тела на левую ногу, поворот груди в направлении броска, правый локоть — вверх.

3. Бросок: а) продолжая переносить вес тела на левую ногу, правую руку с предметом резко выпрямить; б) хлещущим движением кисти бросить предмет вдаль — вверх; в) сохранять заданное направление полета предмета.

**Высокий уровень** — соответствие всем показателям.

**Средний уровень** — соответствие трем показателям. **Низкий уровень** — соответствие двум показателям.

### **Определение уровня сформированности гибкости**

**Предварительная работа.** Готовят гимнастическую скамейку сантиметровую ленту, флажок.

**Методика обследования.** С целью повышения подвижности в суставах в качестве разминки используют упражнения выполняемые, из разных исходных положений с большой амплитудой: коснуться пальцами пола при наклоне, коснуться пальцами стоп при наклоне из положения сидя, коснуться пальцами пятки при повороте стоя на коленях, прокатить мяч руками как можно дальше их положения сидя ноги в стороны, поднять прямые руки как можно выше из положения лежа на животе.

Затем инструктор предлагает ребенку встать на гимнастическую скамейку так, чтобы носки ног касались ее края, и, не сгибая колени, попытаться взять флажок. Во время выполнения задания воспитатель поддерживает ребенка за колени, а инструктор измеряет величину наклона от края скамейки до третьего пальца опущенных рук. Ребенок делает 2 попытки.

**Количественный показатель:** величина наклона (в см).

### **Определения уровня сформированности выносливости**

**Предварительная работа.** Готовят дорожку вокруг детского сада, отмеряют дистанцию для детей 5 лет - 90 м, 6 лет - 120 м, 7 лет - 150 м.

**Методика обследования.** Инструктор проводит с детьми несколько разогревающих упражнений, подготавливающих мышцы рук, туловища и ног. Проводится на беговой дорожке с высокого старта. Дети встают на линию старта и по команде «Марш!» вместе с взрослым стайкой бегут к линии финиша. Выносливость оценивается по непрерывному бегу. Тест считается выполненным, если ребенок пробежал всю дистанцию без остановки.

## Определения уровня координационных способностей

### 1. Определение ловкости

**Предварительная работа.** На беговой дорожке выделяют 10-метровый отрезок: на старте - 2 мешочка с песком весом 200 г, на финише - стул. Для младшей группы дистанция не более 5 м.

**Методика обследования.** Инструктор дает задание - пробежать как можно быстрее между кеглями, не задев их. По команде ребенок бежит к финишу. Инструктор, находясь на финише, фиксирует количественные показатели. Предусмотрены две попытки.

**Количественный показатель:** время (в сек), затраченное на выполнение задания.

### 2. Определение ловкости

**Предварительная работа.** Готовят мячи диаметром 20 см.

**Методика обследования.** Инструктор предлагает детям 5-6 лет подбрасывать мяч, не сходя с места; детям 7 лет - отбивать мяч, не сходя с места.

**Количественный показатель:** количество бросков и ударов.

### пределение равновесия

**Предварительная работа.** Готовят секундомер и протокол.

**Методика обследования.** Инструктор предлагает игровое задание: детям 4 лет надо изобразить «Паровозик» (и.п.: стопы на одной линии, пятка правой (левой) ноги касается носка левой (правой) ноги, руки вдоль туловища); Детям 5 лет изобразить «Балерину» (и.п.: стоя на носках, руки на поясе); детям 6 лет изобразить «Цаплю» (и.п.: стоя на одной ноге, другая согнута, приставлена стопой к колену и отведена под углом 90 градусов). Предупреждает: тот, кто сойдет с места, выходит из игры.

**Количественный показатель:** время (в сек), затраченное на выполнение задания.

## II. Определение качества выполнения движения

При оценке качества выполнения движения исключить:

- 1) возрастную дискоординацию;
- 2) медицинские показания (гипертонус, врожденная косолапость, изотонический рефлекс и т. д.);
- 3) степень значимости ошибок: грубые - **синего цвета**, средние - **зелёного цвета**, мелкие - **красного цвета**

№ п/п	Основное движение	Степень значимости ошибки		
		Грубые <b>синий цвет</b>	Средние <b>зелёный цвет</b>	Мелкие <b>красный цвет</b>
1.	Техника бега по прямой на быструю 10 м, 20 м, 30 м	1. Несогласованность движений рук и ног	1. Ошибка в исходном положении головы, туловища и рук. 2. Бег на полусогнутых ногах. 3. Неравномерность шагов. 4. Нарушение прямолинейности.	1. Ошибка в принятии исходного положения.
2.	Техника бега на выносливость 30 м, 90 м, 120 м, 150 м.			
3.	Техника бега 3х5 м, 3х10 м «челночный бег» (координация движений)			



4.	Техника прыжка в длину с места	1. Отсутствие фазы полета. 2. Жесткое приземление. 3. Падение впереди или назад, с опорой на руки.	1. Отсутствие замаха. 2. Толчок с одной ноги.	1. Ошибка в принятии исходного положения.
5.	Оценка гибкости из и.п. стоя на скамейке	1. Потеря равновесия.	1. Сгибание ног в коленном суставе.	1. Ошибка в и.п.
6.	Техника упражнения на пресс	1. Выполнение с отталкиванием локтями или с помощью взрослого	1. Потеря вертикальности направления движения	1. Подъем туловища слегка - не достигает 90°
7.	Техника метания правой (левой) рукой	1. Несогласованность движения ног, туловища и рук. 2. Нарушение траектории полета предмета.	1. Ошибка в принятии исходного положения «замах» 2. Ошибка в движении руки. 3. Ошибка при сохранении равновесия.	1. Ошибка в исходном положении. 2. Недостаточная амплитуда движения

Подводя итоги диагностики, важно не просто установить уровень сформированных психофизических качеств (высокий, средний, низкий), но выявить темп прироста психофизических качеств у каждого ребенка, который можно определить по формуле В. И. Усакова:

$$W = \frac{V_2 - V_1}{V_1} \cdot 100\%$$

где W — прирост показателей (%), V<sub>1</sub> — исходный уровень, V<sub>2</sub> — конечный уровень.

### Оценка темпов прироста физических качеств детей дошкольного возраста:

- неудовлетворительно: до 8% прирост за счет естественного роста;
- удовлетворительно: 8–10% прирост за счет естественного роста и роста естественной двигательной активности;
- хорошо: 10–15% прирост за счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания;
- отлично: свыше 15% за счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений.

Чтобы результаты диагностики физической подготовленности были доступны родителям, на каждого ребенка заводится «Паспорт здоровья», в котором дается оценка социального, физического и психического здоровья ребенка.

## 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 и мотоцикл - игрушки.

**Воспитатель:** 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. Нам часто приходится переходить дорогу, для этого нам нужно знать правила дорожного движения.

### **Загадка**

Чтоб тебе помочь

Путь пройти опасный

Горим и день и ночь

Зелёный. Жёлтый. Красный. (Светофор)

**Воспитатель:** 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.

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

(Раздача рулей)

### **1. Станция. «Вопросы»**

**Воспитатель:** 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. «Дорожные знаки»**

**Воспитатель:** 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»**

#### **Воспитатель:**

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 движенье  
Где есть на это разрешение  
(Въезд запрещён)

#### **Заключение.**

#### **Словесная игра «Это я, это я, это все мои друзья».**

#### **Воспитатель:**

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.*

#### **Воспитатель:** Молодцы мои ребятки!

Ловкие, умелые  
Дружные и смелые!  
Все вы постарались детки.  
Получайте по конфетке.

### **ОКТЯБРЬ**

#### **«Осенний калейдоскоп движений»**

**Задачи:** формировать у детей желание участвовать в спортивных играх; воспитывать командный дух; развивать двигательные навыки, интерес к спортивным развлечениям; вовлекать детей в процесс подготовки развлечений; закреплять знания о сезонных признаках и профессиях людей; воспитывать любознательность, интерес, создавать радостную и доброжелательную атмосферу в детском коллективе.

**Оборудование:** муляжи овощи и фрукты, флажки, кубики, стойки.

*Дети входят в зал под «Марш физкультурника». Команды строятся.*

**Воспитатель:**

В нашем зале осенний стадион.

Всех спортсменов-ребят приглашает он.

Осень, осень пришла,

Любит осенью играть веселая детвора.

Сегодня мы собрались, чтобы еще раз убедиться, какими вы выросли крепкими, здоровыми, сильными, ловкими и умными.

**Приветствие команд.** – «Физкульт-привет!»

**Воспитатель:** Осенью птицы улетели на юг, медведь, ёжик, барсук и насекомые легли на зиму в спячку. А люди трудятся. В дождь и в холод они ходят на работу. Какие профессии людей вы знаете?

*(Ответы детей)*

**Воспитатель:** Сегодня у нас необычные соревнования, они посвящены всему, что связано с трудом.

**Воспитатель:** внимание, внимание, начинаем наши осенние соревнования!

1. И первое задание для разминки: «Чья команда первой построится?» (Проверим реакцию и организованность ребят.)

*Под звуки музыки дети гуляют по залу, с последним аккордом команды должны быстро построиться.*

2. Как известно, осенью собирают урожай. На полях работают ... Работы много, а рук не хватает. Поможем труженикам села? На помощь отправятся самые быстрые.

**Эстафета № 1: «Передача эстафетного флажка».**

**Воспитатель:** На поле приехали, будем собирать урожай.

**Эстафета № 2: «Сбор урожая»:** челночный бег, перенести по одному предмету (овощи и фрукты).

**Воспитатель:** урожай в этом году уродился на славу, не хватает овощных баз, чтобы его сохранить. Что же делать? ... Правильно, построить новые. А кто их будет строить?

**Эстафета № 3: «Строители»**

Дети встают друг за другом в две колонны. Около каждой колонны – стул, напротив каждой колонны тоже стул – с кубиками (по числу играющих детей). По сигналу воспитателя первые игроки бегут к стулу, берут по одному кубику, несут на свой стул и становятся за последним игроком. Как только прибежал игрок и положил кубик, отправляется следующий игрок. Все игроки, начиная со второго, должны ставить кубик на кубик, чтобы «башня» не упала. Побеждает команда, которая перенесет все кубики, и чья постройка не упадет.

**Воспитатель:** Отлично! Овощные базы построили. Теперь всю зиму будем питаться свежими овощами и фруктами. С баз продукты попадают куда?

*(Ответы детей)*

**Воспитатель:** У нас два магазина. Магазин «Овощи» и магазин «Фрукты»

**Эстафета № 4: «Отвези продукты в магазин».**

*Дети отбирают себе нужные продукты и отвозят их в магазин.*

**Воспитатель:** но осенью часто идут дожди. Вы об этом прекрасно знаете. И вот сейчас пошёл дождь. (фонограмма «Дождь»).

*Детям предлагается сесть на стульчики. Воспитатель продолжает пока идёт дождь, отгадать загадки.*

**Загадывание загадок о профессиях.**

Письма в дом приносит он, Долгожданный ... *(Почтальон.)*

Натянутый холст, краски, треножник - Пишет с натуры картину ... *(Художник.)*

Сапогам хромым помощник, Каблуки прибьёт ... (*Сапожник.*)  
Детских песенок куплеты Сочиняют нам ... (*Поэты.*)  
С книгой кто в руке - читатель, Книги пишет кто - ... (*Писатель.*)  
Мебель, хлеб и огурцы Продают нам ... (*Продавцы.*)  
В небе синем самолёт, Управляет им ... (*Пилот.*)  
Знает каждый в доме житель - Этот дом возвёл ... (*Строитель.*)  
Знает точно детвора: Кормят вкусно ... (*Повара.*)

**Воспитатель:** дождь закончился, но вернуться в детский сад невозможно, так как кругом от проливного дождя образовалось болото. Что же делать? Придумала. Давайте представим, что на дорогах остались небольшие островки, и мы по ним прыжками переправимся на другую сторону.

**Эстафета № 5: «Переправа».**

**Воспитатель:** Ну, вот мы снова в нашем родном детском саду, а теперь в круг скорее становись, Пой, пляши и веселись.

*Общий танец «Сороконожка».*

## НОЯБРЬ.

### «Мы спортсмены»

**Цель:** формировать знания детей о пользе занятия спортом.

**Задачи:** Образовательные: расширить знания детей о факторах, способствующих укреплению здоровья, формировать представление о разных видах спорта.

Развивающие: развивать познавательный интерес к здоровому образу жизни.

Формирование у детей потребности в здоровом образе жизни.

Воспитательные: воспитывать самостоятельность, инициативность, предоставлять детям возможность оценить свои достижения, ощутить радость от проявления своих знаний.

**Оборудование:** кегля, эстафетная палочка, палочка, канат.

*Построение в шеренгу.*

**Воспитатель:**

На спортивную площадку

Приглашаю, дети, вас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас.

*(Дети проходят маршем по кругу и останавливаются)*

**Воспитатель:** Сегодня мы с вами станем настоящими спортсменами и побываем на настоящих соревнованиях. Как вы думаете, что мы сегодня будем делать?

*(Ответы детей)*

**Воспитатель:** Да, мы будем соревноваться в эстафетах. Но сначала нам надо размяться. Готовы?

Чтоб здоровым быть сполна

Физкультура всем нужна.

Для начала по порядку –

Дружно сделаем зарядку!

### Выполнение общеразвивающих упражнений

*(под песню «Солнышко лучистое»)*

**Воспитатель:** Вы сильны, вы дружны,

Спортом заниматься все должны.

Ждет олимпиада вас,

Вы спортсмены – высший класс!

**Воспитатель:** Я предлагаю дать название командам и выбрать капитанов. (Команда 1 «Смелые», команда 2 «Сильные»)

**Воспитатель:** Праздник спортивный гордо  
Вступает в свои права.  
Солнцем улыбки доброй  
Встречает его детвора.

**Эстафета № 1: «Бег с эстафетной палочкой».**

**Воспитатель:** прыгай побыстрее вперед  
И команда приз возьмет.

**Эстафета № 2: «Кенгуру»**

**Воспитатель:** молодцы, обе команды справились отлично. Не устали: Ждем следующее задание?

**Ребенок:** еще не чемпионы мы,  
Еще мы дошколята.

Растем мы все спортсменами,  
Мы – дружные ребята!

**Эстафета № 2 «Сбей кеглю».**

**Воспитатель:** Переменка «Загадай-ка»

1. Утром раньше поднимайся,  
Прыгай, бегай, отжимайся.  
Для здоровья, для порядка  
Любям всем нужна ... (зарядка)

2. Хочешь ты побить рекорд?  
Так тебе поможет...(Спорт)

3. Ясным утром вдоль дороги  
На траве блестит роса.  
По дороге едут ноги  
И бегут два колеса.  
У загадки есть ответ:  
Это мой ... (велосипед)

4. Чтоб большим спортсменом стать,  
Нужно очень много знать.  
Вам поможет здесь сноровка,  
И, конечно, ... (тренировка)

5. Обе по снегу бегут,  
Обе песенки поют,  
Обе ленты на снегу  
Оставляют на бегу.

6. Во дворе с утра игра,  
Разыгралась детвора.  
Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" -  
Там идёт игра - ...(хоккей)

7. Что ярко светит, согревает,  
Здоровья людям прибавляет? (Солнце)

8. Костяная спинка,  
Жесткая щетинка:  
С мятной пастой дружит  
На усердно служит. (Зубная щетка)

9. Ускользает, как живое,  
Но не выпущу его я.  
Дело ясное вполне:  
Пусть отмоем руки мне. (Мыло)

10. Дождик теплый и густой,  
Этот дождик не простой.  
Он без туч и облаков  
Целый день идти готов. (Душ)

**Воспитатель:** Нам «Смелым», «Сильным»  
Со спортом всегда по пути.  
Ребят не страшат тренировки –  
Быть надо всегда впереди!

### **Эстафета № 3: «Перетягивание каната»**

**Воспитатель:** молодцы, ребята, обе команды справились с заданием быстро.

А теперь пришла пора  
Поиграть нам, детвора.  
Предлагаю поиграть в игру, которую вы сами выберете.  
Подвижная игра по выбору детей.

**Подвижная игра:** «Удочка», «День - ночь», «Ручеек».

**Воспитатель:** вы сегодня все, ребята.

Были ловки и смелы,  
И себя вы показали  
С самой лучшей стороны.

*Под веселую музыку дети проходят «круг почета» и покидают музыкальный зал.*

## **ДЕКАБРЬ.**

### **«Здравствуй, зимушка-зима!»**

**Задачи:** прививать элементарные навыки туризма, закреплять умения выполнять спортивные, в основном, циклические упражнения (бег, ходьба, прыжки); вызывать у них положительный эмоциональный настрой. Продолжать воспитывать такие качества как товарищество, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам по играм и состязаниям.

**Оборудование:** ленточки, канат, лыжи 2 шт., гимнастические палки – 4шт, воздушные шары, снеговик, морковь.

### **Ход:**

#### **Воспитатель:**

Все мы ждали с нетерпением  
День, когда придет сама  
С первым снегом и метелью,  
Наша добрая зима!

#### **Стихотворение:**

Целый день зима чудила,  
Утром снегом наградила,

А к обеду стала плакать,  
Развела повсюду слякоть.  
Вдруг под вечер разошлась,  
Мокрой улицей прошлась.  
Раскидала холодинки,  
Превратила лужи в льдинки.  
Навела на льдинках глянец,  
Показала модный танец!  
И танцует весь народ:  
Кто – смеется, кто - ревет!

**Воспитатель:** Ну вот, ребята, мы и дождались декабря – самого первого настоящего зимнего месяца. Но что-то не вижу, чтобы Зима пришла к нам на праздник. Может быть, она с Осенью все еще решает, что теперь ее время? Приглядитесь, не видите ли вы в зале «следов Осени»? (*дети отыскивают «следы» - листья, шляпа осени и т.д.*). Да, видно Осень еще где-то совсем рядом. А нам надо отправляться за Зимой на Север, туда, где живет Снежная королева. Но где же находится Север? Как определить?

**Дети:** по компасу и т.д.

**Воспитатель:** берем в руки компас и в путь-дорогу!

*Появляется Баба-Яга, на ней надет зимний наряд.*

**Баба-Яга:** кто такие, приехали в мое царство лесное? Никого я не ждала и не звала! Уходите!

**Воспитатель:** не злитесь, бабушка-красавица. Мы ребята из подготовительной группы, а едем мы Зиму искать. Вы ее не видели?

**Баба-Яга:** кого? Зиму? Так я же и есть Зима! Правда, хороша?

Хороша красой своею

Наша зимушка-зима.

Повстречать ее сегодня

Собралась вся детвора!

**Воспитатель:** какая ж ты Зима! Нет! Ты нас обманываешь (снимает с нее зимний наряд). Ты же Баба-Яга!

**Баба-Яга:** ну и что? Ну я Баба-Яга! Она самая. А вот не пропущу вас через свой лес и не увидите вы зиму. Все время будет осень, осень.

**Воспитатель:** не хотим мы все время осень видеть, мы по зиме соскучились. Пропусти нас, пожалуйста, и дорогу покажи.

**Баба-Яга:** ишь, чего захотели! Ну да ладно, расскажите-ка мне для начала стихотворение зимнее. Можете?

**Ребенок читает стихотворение:** (*про зиму*)

**Баба-Яга:** молодцы, хорошее стихотворение. А песню зимнюю знаете?

*Исполняется песня*

**Баба-Яга:** а теперь поиграйте со мной.

*Игры-аттракционы:*

**Заморожу»**

Вьюга вьюжит раз,

Вьюга вьюжит два,

Вьюга вьюжит три,

На месте фигура замри!

**2. «Завяжи и развяжи»** (ленточки на канате, 2 команды)



*(Баба-Яга отпускает детей и указывает дорогу.)*

**Воспитатель** читает стихотворение.

Снег пушистый стелется,

Улица бела.

Я, зима-метелица,

В гости к вам пришла!

**Воспитатель:** загадывает загадки

ять мальчиков,

Пять чуланчиков.

Разошлись мальчишки

В темные чуланчики.

Каждый мальчик – в свой чуланчик. (варежки, перчатки)

Кто поляны белит белым,

И на стенах пишет мелом,

Шьет пуховые перины,

Разукрасил все витрины? (зима)

тарик у ворот тепло уволок,

Сам не бежит, а стоять не велит. (мороз)

ыбам зиму жить тепло

Крыша – толстое стекло. (лед)

а всех садиться,

Никого не боится. (снег)

*(танец «Буги-вуги»)*

**Подвижная игра «Не урони мяч»** (мяч между ног)

**Подвижная игра:** «Два мороза».

**Воспитатель:** Вы сегодня все, ребята.

Были ловки и смелы,

И себя вы показали

С самой лучшей стороны

**ЯНВАРЬ.**

**«В мире сказок»**

**Цель:** развивать интерес к зимним видам спорта посредством эстафет и конкурсов.

**Задачи:** повышать интерес детей к занятиям физической культуры через игровую деятельность; развивать у детей внимание, умение согласованно действовать в коллективе, смелость, чувство уверенности в себе достижение положительно - эмоционального настроя.

**Действующие лица:** инструктор, Емеля.

**Оборудование:** мягкие модули, клюшки, шайбы, корзины, обручи, «щука», сшитая из мягкой ткани, лыжи, санки, малые мячи, большие резиновые мячи, кегли,

**Место проведения:** спортивный зал.

**Воспитатель:** Ребята хотели бы вы отправиться в сказочное путешествие?

**Дети:** (Дети отвечают.)

**Воспитатель:** Так вперед же в сказку!

*Ребята двигаются в колонне по одному за направляющим (ведущим).*

**Разминка**

Вперед рука, назад рука.  
Разогреем их слегка.  
Быстро поменяли руки!  
Нам сегодня не до скуки.  
Подойдет к тебе Мороз,  
Тронет руку, тронет нос!  
Я мороза не боюсь,  
С ним я крепко подружусь!  
А мороз сильней-сильней!  
Ну-ка, ушки разогрей!  
А вокруг лежат сугробы,  
Снегом замело дороги!  
С неба падают снежинки,  
Как на сказочной картинке.  
Будем их ловить руками.  
И покажем дома маме.  
*(вдох через нос, выдох через рот на ладонь – “сдуваем снежинку с руки”).*  
Отправляемся в поход,  
Сколько нас открытий ждёт!  
Вместе весело шагаем,  
Ноги выше поднимаем.  
*(ходьба, высоко поднимая колени)*

**Воспитатель:** вот мы и пришли в сказку. Но в какую же сказку мы попали?

**Стук в дверь. Выходит, Емеля.**

**Емеля:** Здравствуйте, девчонки и мальчишки? А вы знаете кто я?

*(Дети отвечают.)*

**Емеля:** правильно, я со сказки «По щучьему велению», а зовут Емеля! Куда ж вы идёте милые детишки?

**Дети:** мы путешествуем в сказку!

**Емеля:** путешествуете в сказки?! Что ж хорошо, будет вам сказка, коль не дали мне поспать, только надо выполнить мои задания. Я хочу посмотреть какие вы быстрые ловкие смелые и хитрые!

*Дети делятся на команды.*

**1 эстафета:** «Перекати – поле» *(перекатить снежный ком до ориентира и обратно).*

**2 эстафета:** «Снежный лабиринт» *(туннель, скамейка)*

**Емеля:** Из спортивной жизни всей

Обожаю я хоккей!

Мне бы клюшку, да ворота,

Шайбу так забить охота!

**3 эстафета:** «Юные хоккеисты»

**Емеля:** молодцы, ребята!

Теперь послушайте мои загадки:

- Снег на полях, лед на реках, ветер гуляет, когда это бывает? (зимой)
- Скатерть бела, всю землю одела (снег)
- Что за художник на стекла нанес и листья, и травы, и веточки роз (мороз)
- Без рук, без ног, а ворота открывает (ветер)
- Растет она вниз головою, не летом растет, а зимою, лишь солнце ее припечет, заплачет она и умрет (сосулька)

- Летом серый, зимой белый (заяц)
- Два коня у меня, два коня, по воде они возят меня, а вода тверда словно каменная (коньки и лед)
- Две новые кленовые подошвы двухметровые, на них поставишь две ноги и по большим снегам беги! (лыжи)

**5 эстафета: «Скакуны»** (эстафета в паре)

**Емеля:** Что ж, еще одна игра?

Поиграем, детвора?

Дети: да.

**Подвижная игра: «Два мороза».**

**Инструктор:** Ну, а чтобы не стоять,

Будем все в снежки играть!

**Подвижная игра: «Снежки».**

**Емеля:** Где же наши подарки? Детишки честно их заслужили, все мои задания выполнили!

**Воспитатель:** Емелюшка все то ты забывчивый. Ребята давайте напомним Емеле какие волшебные слова нужно произнести.

**Дети:** «по щучьему велению, по моему хотению».

**Емеля:** «по щучьему велению, по моему хотению», очутись угощенье у меня в ведре.

*Раздаётся угощенье детям.*

**Воспитатель:** Праздник веселый удался на славу

Я думаю, всем он пришелся по нраву!

*Под музыку дети уходят.*

## ФЕВРАЛЬ.

### «Юные защитники отечества»

**Задачи:** Совершенствовать умение ходить, удерживая равновесие по ограниченной поверхности, метать в движущуюся цель, закреплять умение прыгать в длину с места; развивать у детей выносливость, быстроту движений в подвижно-игровой эстафете, фантазию, четкость и выразительность действий, обогащать эмоциональный опыт, чувство любви к Родине, гордости за нее.

**Оборудование:** 1 донесение, кубики, 2 больших гимнастических мяча, мешочки с песком, кегли 6 штук, обручи 8 штук, канат, цветные маленькие мячи, флажки.

#### Ход:

*Зал украшен флажками, шарами.*

*В зал входят дети парадным шагом под торжественную музыку.*

**Воспитатель:** сегодня мы собрались в этом зале, чтобы отметить особенный праздник – День защитника Отечества. День 23 февраля считается днем рождения нашей Армии. Это праздник наших дедушек, пап и старших братьев, всех кто служил и служит в воинских частях, защищая нашу Родину.

**Воспитатель читает стихотворени**

Что за праздник у страны? Флаги развиваются!

Нашей Родины сыны нынче прославляются.

Все, кто в армии служил, кто с врагами справился

И награды получил, нынче прославляются.

Кто спасал страну в войне и в бою не струсил,

Нынче славятся вдвойне – солнце, мир над Русью.

Пусть салют цветет зимой для солдат Отечества.

Пусть царит над всей Землей мир для человечества!

**1-й ребенок:** российский воин бережет

Родной страны покой и славу.

Он на посту, и наш народ

Гордится армией по праву.

**2-й ребенок:** день рождения армии сегодня.

Сильней ее на свете нет.

Привет защитникам народа.

Российской армии.

Привет!

**3-й ребенок:** за все, что есть сейчас у нас.

За каждый наш счастливый час,

Спасибо доблестным солдатам,

Что отстояли мир когда-то.

Исполняется песня «Как солдаты»

**Воспитатель:** подрастут наши мальчики и придут на смену нынешним воинам, кто-то станет моряком, кто-то - летчиком, а кто-то – пограничником. А для этого уже с ранних лет нужно воспитывать волю, силу, мужество, выдержку и смекалку. Спорт в этом лучший помощник. И сегодня у нас пройдут Веселые военные учения.

**Воспитатель:** на месте шагом марш!

*(Ходьба гимнастическим шагом колонной в обход по залу, ходьба парами через середину зала, пары перестраиваются в две колонны).*

**Воспитатель:** наш праздник будет проходить в форме спортивных соревнований, в которых будут участвовать две команды: «Летчики» и «Моряки». Перед началом наших соревнований мы должны познакомиться с командами.

**Приветствие команды «Летчики»**

Наши лётчики герои

Небо зорко стерегут

Наши летчики герои

Охраняют мирный труд.

**Приветствие команды «Моряки»**

Мы ребята моряки,

Моряки -весельчаки,

Весь российский славный флот

Вам привет горячий шлет!

**Воспитатель:** сейчас проверим, как наши солдаты выполняют команды «Учения». По команде выполняют задания.

**1.Взлетают вверх ракеты** – И.п. ноги на ширине плеч, руки вверх соединяют ладоши высоко над головой.

**2. Самолеты отправляются в полет** - И. п. ноги на ширине плеч, руки в стороны. Наклоны. Самолет «закладывает вираж»- понижайте наклонайтесь то в одну, то в другую сторону.

**3. Саперы** - И. п. лежа на животе.

**4. В дозоре** - И. п. сидя на корточках, руки на пояс, ходьба вокруг своей метки.

**5. Смирно.**

**1 эстафета: «Предай донесение».**

*Команды выстраиваются друг на против друга на расстоянии 4 метров. Первому участнику команды «Летчики» отдается донесение. Он бежит к противоположной команде и отдает пакет первому участнику команды «Моряки», и сам становится в конец строя этой команды.*

**2 эстафета: «Построй заставу»**

**3 эстафета: «Кавалеристы»**

*Прыжки на гимнастических мячах.*

**Воспитатель:** когда солдаты отдыхают они отгадывают загадки:

Вот загадка, словно птица,  
Мчится в небе голубом,  
Города, моря, границы  
И загадки под крылом.  
(Самолет)

Чудо птица, алый хвост  
Полетела в стаю звезд.  
(Ракета)

Ползает черепаха, стальная рубаха,  
Враг в овраг, черепаха куда враг.  
(Танк)

Тучек нет на горизонте,  
Вдруг раскрылся в небе зонтик,  
Через несколько минут,  
Опустился ...  
(Парашют)

**Воспитатель:** чтобы быть смелым, отважным в бою и уберечь нам Отчизну свою, мы должны смелыми, ловкими стать, бегать как ветер и метко стрелять. Перед вами поле с танками. Вам предстоит взять гранату (мешочек с песком) проползти по-пластунски и подбить танк (*попасть в него мешочком с песком*).

**4 эстафета «Меткий стрелок»**

**Воспитатель:** а когда у моряков есть свободное время, они устраивают интересные соревнования, например, чей отряд сильнее в перетягивании каната. Давайте попробуем, и мы так посоревноваться.

**эстафета «Перетягивание каната»**

**Подвижная игра: «Три танкиста».**

*(бег врассыпную под музыку, на паузе садиться в танк по 3 человека (обруч)).*

**Подвижная игра: «Самолеты».**

**Воспитатель:** Ребята, а вечером многие города празднование Дня защитника Отечества завершают салютом.

**Подвижная игра: «Салют»**

*Вверх подбрасывают из ведерок разноцветные мячики, а дети должны собрать их по цветам.*

**Воспитатель:** «Веселые военные учения», посвященные Дню защитника Отечества объявляю закрытыми!

«Всем спасибо за внимание,  
За задор и звонкий смех,  
За огонь соревнования,  
Обеспечивший успех!»

Дорогие наши мальчишки растите сильными, смелыми, мужественными, добрыми и помнить о благородном звании мужчин! С праздником!

*Праздник завершается под песню «Наша Родина сильна» (дети маршируют и уходят).*

## МАРТ

### «Мамины помощники».

**Задачи:** совершенствовать двигательные способности детей, упражнять в ходьбе и беге, ползании, равновесии; развивать умение дружно действовать в коллективе; воспитывать позитивное отношение к своим мамам, любить, помогать и беречь их.

**Оборудование:** разносы с овощами и кастрюли, бельевая веревка, прищепки, платочки, детская одежда и обувь, корзины, цветные мячики, искусственные цветы, корзина муляжей попупок, флажки и шары для оформления спортивного зала.

### Ход:

**Воспитатель:** ребята! Сегодня мы отмечаем особый светлый день праздник наших мам и бабушек. В этот день мы дарим нашим мамам цветы.

Я начну, вы продолжайте

Вместе дружно отвечайте

Кто проснулся рано- рано

Приготовить кашки – манной?

**Дети:** мамочка.

**Воспитатель:** кто позвал тебя тихонько?

**Дети:** мамочка.

**Воспитатель:** тронул за плечо легонько?

**Дети:** мамочка.

**Воспитатель:** заварил кто вкусный чай?

**Дети:** мамочка.

**Воспитатель:** и сказал ты ешь давай.

**Дети:** Мамочка.

**Воспитатель:** кто читает на ночь сказки?

**Дети:** мамочка.

**Воспитатель:** дарит кисточки и краски?

**Дети:** мамочка.

**Воспитатель:** кто же лучше всех на свете?

**Дети:** мамочка.

**Воспитатель:** любят взрослые и дети?

**Дети:** мамочку.

**Воспитатель:** ребята, а вы помогаете своим мамам убирать в доме, готовить еду, стирать?

**Дети:** да.

*(слышится шум сильного ветра, в этот момент в зал влетает баба – яга)*

**Баба-яга:** здорово, девчонки. Привет, сорванцы. Я тут неподалеку пролетала, слышу мамочка да мамочка, мне так интересно стало, а я ведь такая, у-ух какая любопытная. Присмотрелась, координаты определила, из ступы своей катапультировалась, пока летела парашют в мешок превратила, и вот я здесь!

**Воспитатель:** здравствуйте, бабушка- яга, сегодня мы отмечаем праздник наших мам и бабушек, ведь они тоже мамы. А как вы живете? Чем занимаетесь? Хорошо, наверное, у вас там в лесу, воздух свежий...

**Баба-яга:** про воздух ничего плохого не скажу, только скучно мне в этом лесу... (она с досадой махнула рукой)

**Воспитатель:** Баба-яга, а мы приглашаем тебя поучаствовать в наших эстафетах, а там смотри и развеселитесь. Ежедневная забота каждой мамы- вкусно накормить свою семью.

#### **Эстафета №1 «Варим борщ»**

*(напротив каждой команды стоит разносы с овощами и кастрюли)*

**Воспитатель:** думаю, вкусным борщ получится наваристым, остается только его сварить.

**Воспитатель:** следующее задание убрать в комнате.

Много пыли – не вопрос!

Но сломался пылесос...

#### **Эстафета №2: «Волшебный пылесос».**

**Баба-яга:** ох устала я от этой уборки, все отдыхаю.

**Воспитатель:** Баба-яга, а ты отдыхай и играй вместе с нами.

#### **Эстафета № 3: «Покупка к празднику»**

#### **Эстафета №4: «Сушим-сушим мы белье»**

**Баба-яга:** ну готовите, стираете, убираете, а одевать, застегивать, зашнуровать одежду вы умеете?

#### **Эстафета № 5: «Одень брата на прогулку»**

**Баба-яга:** ну молодцы настоящие помощники для мам.

**Инструктор:** да, бабушка- яга, наши ребята очень любят своих мам и ценят их, а еще они знают много ласковых слов о своих мамах.

#### **Словесная игра «Азбука признаний»**

**Инструктор:** посмотрите сколько красивых цветов на нашей поляне.

#### **Эстафета №7: «Собери букет»**

**Воспитатель:** Баба-яга этот букет мы дарим тебе.

**Баба-яга:** спасибо ребята, букет получился- просто загляденье.

*(звонит телефон Б-Я)*

**Баба-яга:** алле. Ягуся на связи. Кто? Это ты, Лешенький? Чего? С праздником? Меня? Не может быть!?! Когда буду? Да я тут неподалеку, час лету, лечу.

*обращается к детям)* Ой заигралась я у вас, а меня там, между прочим один мужчина симпатичный ждет, так я полетела, всего хорошего вам.

**Воспитатель:** а завершает наш праздник песня, посвященная дорогим мамочкам.

## **АПРЕЛЬ**

### **«Весёлые старты»**

**Цель:** Привлечь детей к здоровому образу жизни через спортивные развлечения.

**Задачи:** способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата и формированию правильной осанки; формировать двигательные умения и навыки, представление детей об оздоровительные воздействия физических упражнений на организм; обучать игре в команде; развивать быстроту, силу, ловкость, меткость, память, интерес к спортивным играм.

**Оборудование:** Эстафетные палочки. 2 шт, Кегли 2шт, Мячи 2 шт, Кубики 4шт, Обручи 2шт. (Звучит фонограмма веселой мелодии на спортивную тематику).

Дети под музыки марша входят в зал (одной колонной, друг за другом). Проходят круг, делятся на две шеренги и останавливаются напротив друг друга.

#### ***Ход проведения.***

**Воспитатель:** На спортивную площадку

Приглашаем дети вас!

Праздник спорта и здоровья

Начинается сейчас!

Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – «Весёлые старты»! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

Давайте поддержим и поприветствуем друг друга аплодисментами!

**Воспитатель:** Сейчас мы разделимся с вами на две команды, какая из команд окажется самой быстрой, самой ловкой. Самой находчивой и, конечно, самой, дружной, это- мы, скоро, увидим. Чтобы добиться хороших результатов в соревнованиях, вам, ребята, надо не унывать и не зазнаваться. Я желаю вам, ребята, больших успехов в предстоящих соревнованиях, желаю побед, и всем командам: – Физкульт!

**Дети:** Привет!

**Воспитатель:** Ребята, чтобы все получилось в соревнованиях, нужно пронести клятвы, я сейчас их проговорю, а вы повторяйте.

**Воспитатель:** Команды обязуются соревноваться!

Все: честно, по правилам!

А теперь небольшая разминка!

### **Разминка**

Каждый день по утрам делаем зарядку!

Очень нравится нам всё делать по порядку:

Весело шагать, (маршируют)

Руки поднимать (упражнения для рук)

Приседать и вставать (приседают)

Прыгать да скакать (прыгают)

Здоровье в порядке - спасибо зарядке!

**Воспитатель:** Чтоб проворным стать атлетом

Вот вам эстафета!

Будем бегать быстро, дружно

Победить вам очень нужно!

### **Эстафета № 1.**

Инвентарь: эстафетные палочки.

**Воспитатель:** Первый участник берет в руки эстафетную палочку, бежит, обегает кеглю и возвращаясь к команде передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

### **Эстафета № 2.**

**Инвентарь:** мячи.

**Воспитатель:** Первый участник от каждой команды зажимает мяч между ног и прыгая вместе с ним, обегая кеглю, возвращается назад. Передает мяч следующему участнику. Руками мяч держать нельзя! Если мяч падает, необходимо остановиться и поправить мяч, только затем продолжить движение.

**Воспитатель:** а сейчас мы с вами, проведём игру на внимание. Давайте встанем со своих мест. Я буду показывать вам кубики разного цвета. Какого цвета этот кубик? (Поднимает синий. Дети отвечают)

**Воспитатель:** Когда я подниму синий– надо хлопать, зелёный – топать, жёлтый – молчать, красный – ура кричать.

(Проводится игра)

**Воспитатель:** Молодцы!

### **Эстафета №3 с мячом.**



-Участники встают друг за другом. Капитанам вручаются мячи. По сигналу ведущего капитаны передают мяч через голову второму игроку, второй - третьему, и так до последнего. Последний, получив мяч, должен обежать свою команду, встать во главе ее и поднять мяч вверх.

#### **Эстафета №4.**

##### **Инвентарь: обручи.**

Капитан команды становится в центр обруча, держа его руками. По команде, капитаны обегают кеглю, возвращается назад, где к обручу снаружи цепляется следующий участник команды. Вместе они бегут до кегли, обегают ее, второй участник остается у кегли, а первый участник возвращается за следующим. Эстафета продолжается до тех пор, пока вся команда не окажется за кеглей. Побеждает самая быстрая команда.

**Воспитатель:** А теперь немного отдохнем. -отгадайте загадки.

Просыпаюсь утром рано,  
Вместе с солнышком румяным,  
Заправляю сам кроватку,  
Быстро делаю ... (Зарядку)  
Не похож я на коня,  
А седло есть у меня.  
Спицы есть, они, признаться,  
Для вязанья не годятся.  
Не будильник, не трамвай,  
А звоню я, то и знай. (Велосипед)  
По пустому животу  
Бьют меня — немоготу!  
Метко сыплют игроки  
Мне ногами тумачи. (Футбольный мяч)  
Когда весна берет свое  
И ручейки бегут звеня,  
Я прыгаю через нее,  
Ну, а она — через меня. (Скакалка)  
Ноги в них быстры и ловки.  
Ведь это спортивные. (Кроссовки)

#### **Эстафета №5.**

«Наездники» (команды стоят в колоннах. Первые два участника держат гимнастическую палку между ног. По сигналу начинают бег до кегли, обегают её, возвращаются и передают гимнастическую палку следующей паре).

**Воспитатель:** Сегодня на наших соревнованиях нет проигравших – выиграли все, т. к. соревнования помогли детям подружиться со спортом. Победила дружба. А дружба, как известно, начинается с улыбки. Так давайте, подарим друг другу самую добрую, какую только можно улыбку.

И вот подводим мы итоги,  
Какие б ни были они.  
Со спортом будем мы дружить,  
И нашей дружбой дорожить.  
И станем сильными тогда.  
Здоровыми, умелыми,  
И ловкими, и смелыми.

-Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! Будьте здоровы, до новых встреч!

## Рефлексия

### МАЙ

#### «Здравствуй лето».

**Задачи:** Развивать с помощью круговой тренировки моторную память, творческое мышление, ориентировку в пространстве, ловкость и самостоятельность; Воспитывать доброжелательное отношение детей друг к другу, интерес к накоплению положительного опыта; Формировать осознанное отношение к физкультуре как методу укрепления и тренировки организма.

#### Ход:

**Воспитатель:** Ребята, нам пришла телеграмма. Зачитывает:

*«Я, Баба яга, вызываю старшую группу на свои лесные соревнования.*

*Приглашаются самые сильные, ловкие, смелые».*

**Воспитатель:** ребята мы принимаем вызов Бабы Яги?

**Дети:** да! А как мы к ней попадем?

**Инструктор:** смотрите, появились стрелки, пойдем по дороге, а стрелки укажут нам дорогу к Бабе Яге.

звучит музыка.

**Воспитатель:** ребята, слышите музыку, значит, правильно мы идем. А вот и Баба Яга (встречает нас).

**Баба Яга:** здравствуйте, мои вкусненькие! Это что и есть самые смелые, ловкие и сильные?

**Дети:** да!

**Баба Яга:** не слышу!

**Баба Яга:** а маршировать вы умеете? Заводит детей на спортивную площадку, маршируя.

**Баба Яга:** а сейчас я приготовила вам задания.

**1 задание:** Эстафета «Бег с мячом».

**Баба Яга:** Давайте представим, что мячи- это молодильные яблочки, вы будете передавать друг другу по кругу, а я отнимать их буду. Если я их отниму, то стану в 2 раза сильнее и моложе. Раз, два, три – начало игры.

**Игра:** «Передача мяча по кругу».

**Баба Яга:** я сейчас такую игру проведу, что вы все ко мне попадёте.

**Игра:** «Удочка».

**Воспитатель:** Молодцы ребята, все вместе вы дружные и умелые. А теперь разминка.

**Разминка** «Мы сейчас пойдем на право»

Мы сейчас пойдем на право

Дружно- раз, два, три! (3 шага вправо).

А потом пойдем налево

Дружно- раз, два, три! (3 шага влево).

В центре круга соберемся

Дружно- раз, два, три! (построение в круг).

И на место все вернемся

Дружно- раз, два, три! (вернуться в и. п.).

Мы тихонечко присядем,

Дружно- раз, два, три! (3 приседания).

И немножечко приляжем

Дружно- раз, два, три! (лечь, руки под голову).

Мы поднимемся тихонько

Дружно- раз, два, три! (вернуться в и. п.).

И попрыгаем легонько

Дружно- раз, два, три! (3 прыжка на месте).

Пусть попляшут наши ножки

Дружно- раз, два, три!

И похлопают ладошки

Дружно- раз, два, три! (3 хлопка в ладоши).

Повернемся мы направо

Дружно- раз, два, три! (поворот вправо).

Не начать ли все сначала

Дружно- раз, два, три! (вернуться в и. п.).

*Команды выполняют движения в соответствии с текстом (повторить 2 раза).*

– А теперь приступаем к соревнованиям.

**Игра «Перетягивание каната»**

**Воспитатель:** Молодцы! Вы сегодня все, ребята.

Были ловки и смелы,

И себя вы показали

С самой лучшей стороны