ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
ГБДОУ № 30 Приморского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО
С учётом мнения
Совета родителей (законных представителей) воспитанников
ГБДОУ № 30 Приморского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № 15-у от 30.08.2023 г.

Богданова Светлана Геннадьевна
2023.09.15 15:45:36 +03'00'

РАБОЧАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ГРУППАХ 2-7 лет

Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 30 Приморского района Санкт-Петербурга

Соответствует ФГОС ДО и ФОП ДО

Разработчик:
инструктор по физической культуре
Токарева Юлия Николаевна

Программу реализует:
инструктор по физической культуре:
Максимчук Е.А.
Токарева Ю.Н.
Сорокина С.В.
Пинкевич А.В.

Санкт-Петербург
2023г

Оглавление

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ 3

1.1. Пояснительная записка 3

1.2. Цель и задачи рабочей программы 5

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы по ФГОС: 6

1.4. Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста 2-7 лет 7

1.5. Планируемые результаты реализации образовательной области 12

«Физическое развитие» 12

1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов 13

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ 20

2.1. Задачи физического развития детей , содержание и формы работы 20

2.2. Вариативные методы, приемы, технологии. 40

2.3 Средства реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников.....42

2.3.1. Перечень спортивного оборудования и инвентаря 42

для реализации двигательной деятельности 42

2.4. Взаимодействие педагога с участниками образовательного процесса 44

2.5. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы.....48

2.6. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик. 48

2.7. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках образовательной области «Физическое развитие» 52

2.8. План работы с родителями детей дошкольного возраста 52

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ 53

3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды 53

3.1.3. Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания п.32 ФОП ДО 54

4 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ 56

4.1. Приложения к рабочей программе по реализации образовательной области «Физическое развитие»: 56

4.1.1.Режим двигательной активности.....56

4.1.2. Перспективный план физкультурных досугов с детьми 1младшей групы 57

4.1.3. Перспективный план физкультурных досугов с детьми младшего дошкольного возраста.....58

4.1.4. Перспективный план физкультурных досугов с детьми среднего дошкольного возраста 58

4.1.5. Перспективный план физкультурных досугов и спортивных праздников 59

с детьми старшего дошкольного возраста (старшие группы) 59

4.1.6. Перспективный план физкультурных досугов и спортивных праздников 60

с детьми старшего дошкольного возраста (подготовительные группы).....60

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ
1.1. Пояснительная записка

Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в федеральных государственных образовательных стандартах, где огромное внимание уделяется вопросам здоровьесбережения.

Воспитанники проводят в детском саду значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, являясь важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления волнует не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей.

В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребёнка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

Рабочая программа инструктора по физкультуре определяет содержание образовательной деятельности ДОУ в рамках образовательной области «Физическое развитие» и обеспечивает физическое развитие воспитанников ДОУ в возрасте от 2 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Рабочая программа составлена на основании Федеральной образовательной программы дошкольного образования (Приказ Министерства просвещения РФ №1028 от 25 ноября 2022 года) и образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ № 30 Приморского района Санкт-Петербурга.

Основу рабочей программы составляют следующие нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (актуальная ред.) «Об образовании в Российской Федерации». http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/
2. Федеральный закон от 24 сентября 2022 г. N 371-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" и статью 1 Федерального закона "Об обязательных требованиях в Российской Федерации". http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202209240008
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (ред. от 08.11.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрирован Минюстом России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384). https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_154637/
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г. № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования". http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202212280044
5. Указ президента Российской Федерации «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в редакции Указа Президента Российской Федерации от 25.01.2023 № 35). http://pravo.gov.ru/proxy/ips/?docbody=&prevDoc=102374417&backlink=1&&nd=102364581

6. Приказ Минпросвещения России от 1 декабря 2022 г. № 1048 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 г. № 373» (Зарегистрировано в Минюсте России 12 января 2023 г. № 71978). https://docs.edu.gov.ru/document/ee1db0a3650cfa480efa199f89e1f726/download/5519/
7. Постановление Правительства Российской Федерации от 21.02.2022 № 225 «Об утверждении номенклатуры должностей педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, должностей руководителей образовательных организаций». http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202202220042
8. 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». http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202012210122
9. 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 «Санитарноэпидемиологические требования к организации общественного питания населения». http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202011120001
10. 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». http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202102030022
11. 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» (Зарегистрирован в Минюсте России 6 октября 2010 г. № 18638). http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_105703/
12. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.12.2014 № 1601 (ред. от 13.05.2019) «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре» (Зарегистрировано в Минюсте России 25.02.2015 № 36204) http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_175797/
13. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 11 мая 2016 г. № 536 Об утверждении особенностей режима рабочего времени и времени отдыха педагогических и иных работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201606030031?rangeSize=1
14. Постановление Правительства Российской Федерации от 14.05.2015 № 466 (ред. от 07.04.2017) «О ежегодных основных удлиненных оплачиваемых отпусках»
15. Приказ Минобрнауки России от 07.04.2014 N 276 (ред. от 23.12.2020) "Об утверждении Порядка проведения аттестации педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность" (Зарегистрировано в Минюсте России 23.05.2014 N 32408) http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_163666/

16. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 сентября 2013 г. № 1082 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии» https://docs.edu.gov.ru/document/f9ac867f68a01765ef9ce94ebfe9430e/

Региональные документы

1. Закон Санкт-Петербурга от 17 июля 2013 года № 461 - 83 «Об образовании в Санкт-Петербурге», (с изменениями на 3 апреля 2023 года. https://docs.cntd.ru/document/537938073

Документы учреждения:

1. Устав учреждения. https://gbdou30.ru/wp-content/uploads/2021/08/ilovepdf_merged-14.pdf.
2. Программа развития ДОУ https://gbdou30.ru/obrazovanie/?mtid=4&mid=71
3. Иные локально-нормативные акты ДОУ.

Рабочая программа состоит из целевого, содержательного и организационного разделов.

В рабочей программе сформулированы цели, задачи, содержание образовательной деятельности по физическому развитию, предусмотренные для освоения детьми 2-7 лет, а также результаты, которые могут быть достигнуты детьми при целенаправленной систематической работе с ними.

Рабочая программа описывает формы, средства, методы работы с детьми по развитию физических качеств, формированию двигательных навыков, формированию основ ЗОЖ, освоению здоровьесберегающих умений.

Содержательный раздел состоит из следующих блоков: основных движений, ОРУ, музыкально-ритмических упражнений, подвижных игр, спортивных упражнений с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их потребностей и интересов, возрастных возможностей.

Реализация рабочей программы инструктора по физической культуре предполагает интеграцию обучения и воспитания за счёт проведения физкультурных развлечений, праздников, прогулок-походов, дней здоровья, физкультурно-массовых мероприятий, включения регионального компонента (подвижных игр народов РФ, знакомство с достижениями российских спортсменов, использование музыкального сопровождения народной тематики, и т.д.).

Вариативная часть рабочей программы направлена на обогащение двигательного опыта дошкольников, связанного с использованием нестандартного физкультурного оборудования, современных технологий физического развития и оздоровления дошкольников.

1.2. Цель и задачи рабочей программы

Цель: создание системы работы по физическому развитию дошкольников, обеспечивающей разностороннее и гармоничное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей народов РФ, исторических и национально-культурных традиций.

Цель рабочей программы достигается через решение задач, обозначенных в Федеральной образовательной программе:

1. Обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
2. Построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
3. Создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;

4. Обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
5. Достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;
6. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
7. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей.

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы по ФГОС:

Рабочая программа инструктора по физической культуре по реализации ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФОП и ФГОС ДО построена на следующих принципах:

Название принципа	Содержание принципа
Принцип учёта ведущей деятельности	реализуется в соответствии с ФОП и в контексте всех перечисленных в ФГОС ДО видов детской деятельности, с акцентом на ведущую деятельность для каждого возрастного периода – от непосредственного эмоционального общения со взрослым до предметной (предметно - манипулятивной) и игровой деятельности;
Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей:	- учитывает возрастные характеристики развития ребенка на разных этапах дошкольного возраста, предусматривает возможность и механизмы разработки индивидуальных траекторий развития и образования детей с особыми возможностями, способностями, потребностями и интересами;
Принцип амплификации детского развития	рассматривается как направленный процесс обогащения и развертывания содержания видов детской деятельности, а также общения детей со взрослыми и сверстниками, соответствующий возрастным задачам дошкольного возраста;
Принцип единства обучения и воспитания	как интеграция двух сторон процесса образования, направленная на развитие личности ребенка и обусловленная общим подходом к отбору содержания и организации воспитания и обучения через обогащение содержания и форм детской деятельности;
Принцип преемственности образовательной работы	реализуется на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования. РП в соответствии с ФОП реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания относительно уровня начального школьного образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организацией и семьёй;
Принцип сотрудничества с семьей:	реализация РП в соответствии с ФОП предусматривает оказание психолого-педагогической, методической помощи и поддержки родителям (законным представителям) детей раннего и дошкольного возраста, построение продуктивного взаимодействия с родителями (законными представителями) с целью создания единого/общего пространства развития ребенка;
Принцип здоровьесбережения:	при организации образовательной деятельности не допускается использование педагогических технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью воспитанников, их психоэмоциональному благополучию

1.4. Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста 2-7 лет

Для реализации Программы и организации образовательного процесса важное значение имеют возрастные психологические характеристики развития воспитанников[1]:

Таблица № 1

Возраст/Показатели	1-3 года	3 – 4 года	4 - 5 лет	5 -6 лет	6 - 7 лет
Ведущая потребность	Потребность в любви	Потребность в общении, уважении, признании самостоятельности ребенка	Потребность в общении; познавательная активность	Потребность в общении; творческая активность	Потребность в общении
Физиологическая чувствительность	Высокая чувствительность к физическому дискомфорту	Высокая чувствительность к дискомфорту	Уменьшение чувствительности к дискомфорту	Уменьшение чувствительности к дискомфорту	Индивидуально у большинства низкая
Ведущая функция	Предметно-манипулятивная, предметно-орудийная деятельность	Восприятие	Наглядно-образное мышление	Воображение	Воображение, словесно-логическое мышление
Игровая деятельность	Предметно-манипулятивная, игра «рядом»	Партнерская со взрослыми; индивидуальная с игрушками, игровое действие	Коллективная со сверстниками, ролевой диалог, игровая ситуация	Усложнение игровых замыслов; длительные игровые объединения	Длительные игровые объединения; умение согласовывать свое поведение в соответствии с ролью

[1]Белкина, В. Н. Психология раннего и дошкольного детства : учебное пособие для вузов / В. Н. Белкина. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 170 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08012-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513366 (дата обращения: 05.06.2023).

Форма общения	Ситуативно-личностное	Ситуативно-деловое	Внеситуативно -деловое	Внеситуативно - деловое + внеситуативно - личностное	Внеситуативно - личностное
Отношения со взрослыми	Источник защиты, ласки и помощи	Взрослый – источник способовдеятельности, партнер по игре и творчеству	Взрослый – источник информации	Источник информации, собеседник	Источник эмоциональной поддержки
Отношения со сверстниками	Мало интересен	Мало интересен	Интересен как партнер по сюжетной игре	Углубление интереса как к партнеру по играм, предпочтения в общении	Собеседник, партнер по деятельности
Наличие конфликтов	Со взрослыми («Я сам»)	Со взрослыми как продолжение («Я сам»)	Отсутствуют	Отсутствуют	К 7-ми годам - кризис, смена социальной роли
Эмоции	Сильной модальности, резкие переходы	Резкие переключения, эмоциональное состояние зависит от физического комфорта	Ровный, старается контролировать; появляются элементы эмоциональной отзывчивости	Преобладание ровного оптимистического настроения	Развитие высших чувств; формирование самооценки посредством оценки окружающих; ребенок начинает осознавать свои переживания
Способ познания	Манипулирование предметами, их разбирание	Экспериментирование, конструирование	Вопросы; рассказы взрослого; экспериментирование	Общение со взрослым, сверстником, самостоятельная деятельность, экспериментирование	Самостоятельная деятельность, познавательное общение со взрослыми и сверстниками

Объект познания	Непосредственно окружающие предметы, их внутреннее устройство	Непосредственно окружающие предметы, их свойства и назначения	Предметы и явления непосредственно не воспринимаемые	Предметы и явления, непосредственно не воспринимаемые, нравственные нормы	Причинно-следственные связи между предметами и явлениями
Произвольность познавательных процессов	Внимание и память непроизвольные	Внимание и память непроизвольные	Внимание и память непроизвольные; начинает развиваться произвольное запоминание в игре	Развитие целенаправленного запоминания	Начало формирования произвольности как умения прилагать усилия и концентрировать процесс усвоения
Воображение	Начинает фантазировать; доизобразительное рисование (каракули)	Репродуктивное (воссоздание репродукции знакомого образа)	Появление элементов творческого воображения	Развитие творческого воображения	Переходит во внутреннюю деятельность, появляется собственное словесное творчество (считалки, дразнилки, стихи)
Восприятие	Восприятие сенсорных эталонов (цвет, форма, размер)	Восприятие сенсорных эталонов (цвет,форма, размер)	Восприятие сенсорных эталонов, свойств предметов	Знания о предметах и их свойствах расширяются, организуются в систему и используются в различных видах деятельности	Знания о предметах и их свойствах организуются в систему и используются в различных видах деятельности
Внимание	Объем внимания 2 – 3 предмета	Быстро переключается с одной деятельности на другую. Удерживает внимание 5 –10 мин.	Начало формирования произвольного внимания. Удерживает внимание 15 - 20 мин. Объем внимания 8 - 10 предметов	Интенсивное развитие произвольного внимания. Удерживает внимание 20 - 25 мин.	Интенсивное развитие произвольного внимания. Удерживает внимание 25 - 30

		Объем внимания 3 – 4 предмета		Объем внимания 10 - 12 предметов	мин. Объем внимания 12 - 14 предметов
Память	Узнавание, кратковременная. Объем памяти 2 – 3 предмета из 5	Эмоционально окрашенная информация. Преобладает узнавание, а не запоминание; кратковременная. Объем памяти 3 – 4 предмета из 5	Кратковременная; эпизодическое запоминание зависит от вида деятельности. Объем памяти 4 – 5 предмета из 5, 2 – 3 действия	Развитие целенаправленного запоминания. Объем памяти 5 - 7 предметов из 10, 3-4 действия	Интенсивное развитие долговременной памяти. Объем памяти 6 - 8 предметов из 10, 4 - 5 действий
Мышление	Наглядно-действенное	Переход от-наглядно-действенного к наглядно-образному (переход от действий с предметами к действиям с образами)	Наглядно-образное	Наглядно-образное, начало формирования образно-схематического	Элементы логического развиваются на основе наглядно-образного; развитие элементов абстрактного мышления
Речь	Словосочетаниями, понимает глаголы	Начало формирования связной речи, начинает понимать прилагательные	Окончание формирования активной речи, учится излагать мысли	Формирование планирующей функции речи	Развитие внутренней речи
Условия успешности	Разнообразие развивающей среды	Разнообразие окружающей среды и партнерские отношения со взрослыми	Кругозор взрослого и хорошо развитая речь	Собственный широкий кругозор, хорошо развитая речь	Собственный широкий кругозор, умелость в каком-либо деле
Новообразования возраста	1.Возникновение речи и наглядно-действенного	Самопознание, усвоение	1.Контролирующая функция речи: речь	1.Предвосхищение результата деятельности.	1.Внутренний план действий.

	мышления. 2.Развитие нового отношения к предмету, имеющему назначение и способ употребления. 3.Зачаткисамосознания, развитие Я-концепции,самооценка	первичных нравственных норм	способствует организации собственной деятельности. 2.Развитие способности выстраивать элементарные умозаключения. 3.Появление элементов сюжетно-ролевой игры.	2.Активная планирующая функция речи. 3.Внеситуативно-деловая форма общения со сверстником. 4. Начало формирования высших чувств (интеллектуальные, моральные, эстетические).	2.Произвольность всех психических процессов. 3. Возникновение соподчинения мотивов: общественные мотивы преобладают над личными. 4.Самосознание. Обобщенное и внеситуативное отношение к себе. 5.Возникновение первой целостной картины мира. 6.Появление учебно-познавательного мотива, становление внутренней позиции школьника.

1.5. Планируемые результаты реализации образовательной области «Физическое развитие»

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения образовательной программы в рамках ОО «Физическое развитие» представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

К трем годам:

- -у ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам. ФОП п.15.2 стр. 7-8.

К четырем годам:

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические движения под музыку;
- ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения, в общем, для всех темпе;
- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье. ФОП п.15.3.1. стр. 8-10.

К пяти годам:

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности; ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;
- ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации. ФОП п. 15.3.2. стр. 10-12.

К шести годам:

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;

- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей. ФОП п. 15.3.3. стр. 12-15

К концу дошкольного возраста:

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;
- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям. ФОП п. 15.4. стр. 15-17.

1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика в ДОУ – это особый вид профессиональной деятельности, позволяющий выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Таким образом, педагогическая диагностика является основой для целенаправленной деятельности педагога, начальным и завершающим этапом проектирования образовательного процесса в дошкольной группе. Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Направления и цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО.

Педагогическая диагностика не является обязательной процедурой, вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им образовательной программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОУ.

Педагогическая диагностика:

- совокупность приемов и контроля оценки, направленных на решение задач оптимизации учебного процесса, совершенствование образовательных программ и методов педагогического воздействия;

- обеспечение эффективной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Специфика:

- планируемые результаты заданы как целевые ориентиры;
- целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке и не являются основанием для сравнения достижений детей с установленными требованиями;
- освоение образовательной программы не сопровождается проведением промежуточной и итоговой аттестаций воспитанников.

Педагогическую диагностику следует проводить, начиная с младшего дошкольного возраста до старшего дошкольного возраста.

Педагогическая диагностика физического развития воспитанников проводится инструктором по физической культуре, воспитателями на основе наблюдения, специальных диагностических ситуаций. Для проведения диагностики физического развития используются следующие методические рекомендации: *Ноткина Н., Казьмина Л. И др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста».*

Задачи:

1. Индивидуализация образования;
2. Оптимизация работы с группой детей.

Характеристика пояснения педагогической диагностики

Таблица № 2

№ п/п.	Периодичность проведения педагогической диагностики:	Методы:	Наблюдение:
1.	2 раза в год. **Стартовая** - на этапе поступления ребёнка в дошкольную группу. **Финальная** - на завершающем этапе освоения программы определённой возрастной группы.	1. Наблюдение; 2. Беседы; 3. Анализ продуктов детской деятельности; 4. Специальных диагностических ситуаций.	1. Ориентировка в пространстве – строевые упражнения; 2. ОРУ – счет, ритм, темп, выполнение по образцу, мелкая моторика; 3. ОВД-освоение техники основных движений, координация, равновесие; 4. Развитие физических качеств – основа формирования двигательных навыков; 5. Подвижные игры - морально-волевые качества; 6. Работоспособность – удержание внимания, интерес к двигательной деятельности.

Результаты проведения диагностики физического развития ребёнка фиксируются в диагностические карты (См.Таблицы ниже).

1. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАБЛЮДЕНИЯ

Педагогическое тестирование основных движений,

спортивных игр и упражнений

Таблица № 3

№ п/п.	Перечень основных движений, спортивных игр и упражнений
1.	Ориентировка в пространстве
2.	ОРУ
	Основные движения:
3.	Прыжки
4.	Ползание, лазание
5.	Равновесие
6.	Бросание, ловля, метание
7.	Подвижные игры

Диагностическая карта №1
Педагогические наблюдения
на начало 2023-2024 учебного года возраст

Диагностическая карта **Группа №_____**

Таблица №4

№ п/п.	Фамилия,имя ребенка	Ориентировка в пространстве				ОРУ		Основные движения												Подвижные игры		
								Прыжки			Ползание, лазание			Равновесие			Бросание, ловля,метание					
		С	С/Ф	Н/С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С
1.																						
2.																						
3.																						
Итого: 25 детей (считается в %) на начало уч. года		15%	25%	50%	10%	25%	50%	35%	40%	50%	15%	25%	50%	15%	25%	50%	15%	25%	50%	15%	25%	50%

Диагностическая карта №2
Педагогические наблюдения
на начало и конец 2023-2024 учебного года

Диагностическая карта **Группа №_____**

Таблица №5

№ п/п.	Фамилия,имя ребенка	Ориентировка в пространстве				ОРУ		Основные движения												Подвижные игры		
								Прыжки			Ползание, лазание			Равновесие			Бросание, ловля,метание					
		С	С/Ф	Н/С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С
1.																						
2.																						
3.																						
Итого: 25 детей на начало уч. года (считается в %)		15%	25%	50%	10%	25%	50%	35%	40%	50%	15%	25%	50%	15%	25%	50%	15%	25%	50%	15%	25%	50%
Итого: 25 детей на конец уч.года (считается в %)		5%	15%	80%	5%	15%	75%	5%	15%	75%	5%	15%	75%	5%	15%	75%	5%	15%	75%	!0%	10%	60%

Карта развития:

1. Результаты наблюдения – качественные показатели;
2. Результаты специально организованного тестирования – количественные показатели.

<u>Пояснение к таблице:</u>

1. В таблице проставляем (+) навык сформирован, умеет, и закрашиваем квадратик «Зеленым» цветом;
2. В таблице проставляем (+/-) навык в стадии формирования и закрашиваем квадратик «Желтым» цветом;
3. **В таблице проставляем (-) навык не сформирован** и закрашиваем квадратик «Красным» цветом.

Анализ результатов
Диагностическая карта №3
Педагогические наблюдения
<u>на начало 2023-2024 учебного года</u>

Диагностическая карта **Группы №_____**

Таблица №6

№ п/п.	Группа № Кол-во детей	Ориентировка в пространстве	ОРУ	Основные движения				Подвижные игры
				Прыжки	Ползание, лазание	Равновесие	Бросание,	

																	ловля,метание					
		С	С/Ф	Н/С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С
1.	**№5 30 детей**																					
2.	**№7 25 детей**																					
3.	**№9 20 детей**																					
Итого: 75 детей на начало уч. года (считается в %)																						

Анализ результатов
Диагностическая карта №4
Педагогические наблюдения
<u>на начало и конец 2023-2024 учебного года</u>

Диагностическая карта **Группы №_____**

Таблица №7

№ п/п.	**Группа**	**Ориентировка в пространстве**				**ОРУ**		**Основные движения**												**Подвижные игры**		
								Прыжки			**Ползание, лазание**			**Равновесие**			**Бросание, ловля,метание**					
		С	С/Ф	Н/С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С	Н/С	С/Ф	С
1.	**№5 30 детей**																					
2.	**№7 25 детей**																					
3.	**№9 20 детей**																					
Итого: 75 детей на начало уч. года (Считается в %)																						
Итого: 75 детей на конец уч. года																						

(Считается в %)																					

2. ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА

Педагогическое тестирование физических качеств:

Таблица №8

№ п/п.	Физические качества	Тестовые задания
1.	Быстрота	Бег 10 м (сек)
2.	Ловкость	Бег 5+5 м с поворотом (сек)
3.	Выносливость	Бег 30 м (сек)
4.	Сила	Метание мяча вес 1 кг (см)
5.	Гибкость	Наклон вперед (см)
Координация движений:		
6.	Равновесие	Стойка на одной ноге (сек)
7.	Координация	Прыжок в длину с места (см)

Физические качества
Диагностическая карта №5
Мониторинг развития физических качеств
<u>на начало 2023-2024 учебного года</u>

Диагностическая карта **Группа №_____**

Таблица № 9

№ п/п.	Фами-лия,имя ребенка	Психофизические качества						
		Быст-рота Бег 10 м (сек)	Ловкость Бег 5+5 м с поворо-том (сек)	Выно-сливость Бег 30 м (сек)	Сила Мета-ние мяча вес 1 кг (см)	Гиб-кость Наклон вперед (см)	Рав-нове-сие Стой ка на одной ноге (сек)	Координа-ция Прыжок в длину с ме-ста (см)
1.								
2.								
Итого: 30 детей на начало уч. года								

Физические качества
Диагностическая карта №6
Мониторинг развития физических качеств
<u>на начало и конец 2023-2024 учебного года</u>

№		Психофизические качества

п/п.	Фами-лия,имя ребенка	Быст-рота Бег 10 м (сек)	Ловкость Бег 5+5 м с поворо-том (сек)	Выно-сливость Бег 30 м (сек)	Сила мета-ние мяча вес 1 кг (см)	Гиб-кость Наклон вперед (см)	Рав-нове-сие Стой ка на одной ноге (сек)	Координа-ция Прыжок в длину с ме-ста (см)
1.								
2.								
Итого: 30 детей на начало уч. года								
Итого: 30 детей на конец уч. года								

Диагностическая карта **Группа №_____ Таблица №10**

Анализ результатов по работе с диагностическими картами №5 и №6 производится по формуле и все результаты заносятся в таблицы.
Формула для расчетов уровней:

$$W = \frac{(V2-V1) \times 100\%}{V1}, \text{ или } W = \frac{V2 \times 100\%}{V1}$$

1. W –прирост показателей темпов, в %;

2. V1 –исходный уровень (средний по группе);

3. V2 – конечный уровень (средний по группе).

Шкала оценки темпов прироста физических качеств детей дошкольного возраста

Таблица №11

№ п/п.	Темпы приро-ста,%	Оценка	За счет чего достигнут прирост
1.	До 8	Неудовлетворительно	За счет естественного роста
2.	8-10	Удовлетворительно	За счет естественного роста и ро-ста естественной двигательной активности
3.	10-15	Хорошо	За счет естественного роста и це-ленаправленной системы физиче-ского воспитания
4.	Свыше 15	Отлично	За счет эффективного использо-вания естественных сил природы и физических упражнений

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Содержание работы по физическому развитию дошкольников реализуется инструктором по физкультуре, педагогами ДОУ в соответствии с ФОП, ФГОС ДО, образовательной программой ДОУ, методикой физического развития детей от 2 до 7лет.

Содержание ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО и ФОП предусматривает решение ряда специфических задач.

2.1. Задачи физического развития детей , содержание и формы работы

При организации обучения двигательным навыкам, развития психофизических качеств и формирования основ ЗОЖ традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей. Выбор форм, методов, средств реализации рабочей программы по физическому развитию воспитанников основан на адекватных образовательным потребностям предпочтениях детей. Их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает вариативность средств реализации рабочей программы.

Таблица №

Задачи	**Образовательная область. Физическое развитие** 22.3 ФОП ДО **Содержание работы 1 младшая группа 2-3 года**
1. ***Обогащать двигательный опыт детей,*** помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползанье, лазанье, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения; 2. ***Развивать психофизические качества,*** *равновесие и ориентировку в пространстве;* 3. *Поддерживать у детей желание играть в подвижные игры*	*Педагог формирует умение* выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. *Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры*, действовать согласованно, реагировать на сигнал. *Педагог оптимизирует двигательную деятельность*, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребёнка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки. 1. ***Основная гимнастика*** (основные движения, общеразвивающие упражнения).

вместе с педагогом в небольших подгруппах; **4.** *Формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;* *Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому* образу жизни.	**Основные движения:** *Бросание, катание, ловля:* скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50-100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100-125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребёнка с расстояния 1-1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м; *Ползание и лазанье:* ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3-4 м (взяв её, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30-40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом; *Ходьба:* ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); врассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки; *Бег:* бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40-30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20-30-40 секунд; медленный бег на расстояние 40-80 м; Прыжки: прыжки на двух ногах на месте (10-15 раз); с продвижением вперед, через 1-2 параллельные линии (расстояние 10-20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20-30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребёнка на 10-15 см; *Упражнения в равновесии:* ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10-15 см); ходьба по извилистой дорожке (2-3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте.

	В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения. ***2. Общеразвивающие упражнения:*** *Упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса*: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад; *Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника*: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребёнку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине; *Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника:* сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое; **Музыкально-ритмические упражнения**, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание «пружинка», приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения. *Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами*: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке. **3. *Подвижные игры:*** *Педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры* с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно

	передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное). ***4. Формирование основ здорового образа жизни***: *Педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки* при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); *Поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид,* приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закаливающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.
22.8	***решение совокупных задач воспитания***
Задачи	***Содержание18.3ФОП ДО*** **Физическое развитие 2 младшая группа 3-4 года.** 22.3 ФОП ДО
1. ***Обогащать двигательный опыт детей***, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры,	***Основная гимнастика*** (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения). ***Педагог формирует умение*** организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. ***Основные движения:***

помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре; 2. ***Развивать психофизические качества***, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал; 3. ***Формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой*** и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; 4. ***Укреплять здоровье детей средствами физического воспитания***, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;	***бросание, катание, ловля, метание:*** прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку; ***ползание, лазанье:*** ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола; ***ходьба:*** ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, врассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом; ***бег:*** бег группами и по одному за направляющим, врассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120- 150 м; ***прыжки:*** прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см);

5. ***Закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания***, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.	***упражнения в равновесии:*** ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой. ***Общеразвивающие упражнения:*** ***упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса:*** поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); перекладывание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук; ***упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночник***а: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно; ***упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса***: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад; ***музыкально-ритмические упражнения***, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее). ***Строевые упражнения:*** педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, врассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

	Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое). ***Подвижные игры:*** ***Педагог организует*** подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре. ***Педагог поддерживает*** активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. ***Воспитывает умение действовать сообща***, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает). ***Спортивные упражнения:*** ***Педагог обучает детей*** спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. ***Плавание:*** погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде. ***Формирование основ здорового образа жизни:*** ***Педагог поддерживает стремление*** ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила). ***Активный отдых:***

	Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки. ***Физкультурные досуги:*** досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения. ***Дни здоровья:*** в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОУ (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.
22.8	***решение совокупных задач воспитания***
	Физическое развитие средняя группа 4-5 лет 22.7 ФОП ДО
1. *Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1 - 1,5 часов.* 2. *Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20 - 25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами*	**Формирование основ здорового образа жизни**: ***Педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах*** безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта. **Активный отдых.** **Физкультурные праздники и досуги:**

соревнования, аттракционы, музыкальноритмические и танцевальные упражнения. 3. *Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.* 4. *Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.*	***Педагог привлекает детей данной возрастной группы к*** участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1 - 1,5 часов. Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20 - 25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкальноритмические и танцевальные упражнения. Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России. Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.
22.8 ФОП ДО	***решение совокупных задач воспитания***
Задачи	**Физическое развитие 5-6 лет** 22.6
1. **Совершенствовать у детей двигательные умения и навыки**, обогащать двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживать детскую инициативу. 2. **Развивать психофизические качества**, равновесие и ориентировку в пространстве.	*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. *Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни*, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая ту-

3.Продолжать закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, **обучать взаимодействию детей в команде. Способствовать формированию у детей духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.**	ризм, 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. ***1) Основная гимнастика*** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения). **Основные движения:** *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 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; учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп; *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; *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 2х10 м, 3х10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой; *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); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении;

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;

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 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. Педагог приучает помогать взрослым, готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

1. ***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. Рекомендуемые 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. ***3.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.* ***4.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. ***5.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. Обучение технике плавания: на суше, у бортика, с опорой о дно бассейна. Выполнять упражнение «на буксире» при обучении скольжению по воде. Выполнять выдохи в воду; лежать и скользить на груди и на спине, чередуя вдох и выдох; в сочетании с дыханием выполнять движения ногами, руками; перевороты с груди на спину и наоборот. Плавать произвольным способом 10–15 мин.Вводить элементы обучения способом брасс. *Аквааэробика:* обучение движению в воде, выполняя повороты, прыжки и другие общеразвивающиеупражнения, стоя у бортика ***6. 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, предметами, пользовании спортивны 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). Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»). Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. ***7. Активный отдых.*** *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. 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. 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.

	Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки. *Туристские прогулки и экскурсии.* Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.
	решение совокупных задач воспитания
Задачи	**Физическое развитие 6-7 лет** 22.7 ФОП ДО
1. *развивать умение* результативно, уверенно, технически точно, выразительно с достаточной амплитудой и усилием *выполнять физические упражнения,* музыкально-ритмические упражнения и их комбинации с пособиями и без, осваивать элементы спортивных игр по возрасту; 2. *создавать условия для проявления* психофизических *качеств*, меткости, гибкости,	**Основная гимнастика (основные движения, строевые и общеразвивающие упражнения).** Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для развития инициативности и творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни. **Ходьба:** в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге в разном темпе и направлениях: по кругу, по прямой с поворотами обходя 10 и более предметов, по диагонали, с перестроениями, разными способами: обычным, гимнастическим шагом, скрестным шагом, с выпадами, в приседе и полуприседе, спиной веред, спортивной ходьбой, на носках с разными положениями рук, на пятках, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, в сочетании с другими видами основных движений и ходьба с поточным выполнением общеразвивающих упражнений под счет, ритм, музыку. **Упражнение в равновесии:** ходьба по скамье с набивным мешочком на голове, выполняя упражнения (приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки, поднимая прямую ногу и

глазомера, сохранения равновесия, правильной осанки, свободной ориентировки в пространстве без ориентиров; 3. *создавать условия, где ребенок осуществляет самоконтроль, проявляет двигательное творчество,* придумывает комбинации движений в общеразвивающих упражнениях и подвижных играх; 4. *способствовать проявлению инициативы, находчивости, морально-нравственных и волевых качеств* (смелость, честность, взаимовыручка, целеустремленность, упорство и др.); 5. *создавать условия, где ребенок может оказывать помощь товарищам, стремится к личной и командной победе,* демонстрировать ответственность перед командой, преодолевать трудности; 6. *способствовать освоению простейших туристских навыков*, умения ориентироваться на местности; 7. *расширять начальные представления о правилах здорового образа жизни,* мерах укрепления здоровья и профилактики, организме человека, некоторых видах спорта и	делая под ней хлопок, с остановкой посередине и с приседанием и поворотом кругом и др.); прямо и боком, по канату на полу, по доске, держа баланс, стоя на большом набивном мяче. **Бег:** с разной скоростью 2–3 минуты, с чередованием темпа, с переходом на ходьбу, в среднем темпе (до 300 м.), в быстром темпе 30 метров (10 м по 3-4 раза с перерывами) наперегонки на скорость (от 25-30 метров); на носках, высоко поднимая колени, с захлестыванием голени назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом;в колонне по одному, по двое, в разных направлениях, с заданиями, с преодолением препятствий, со скакалкой, с мячом, по доске, дорожке бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками через препятствия (высотой 10- 15 см.); спиной вперед из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.); в усложненных условиях 2-4 отрезка по 100-150 м в чередовании с ходьбой и с преодолением препятствий; челночный бег (3 по 5 метров). **Ползание, лазанье:** на четвереньках, на животе и спине по гимнастической скамейке, бревну, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд, в туннеле на скорость, пролезание в обруч разными способами, подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 50–35 см); лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного движения рук и ног, с перелезанием с пролета на пролет в разном темпе. **Бросание, ловля, метание:** перебрасывание мяча разного размера друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3–4 м), через сетку; бросание мячей разных размеров вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами; отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении по прямой и в разных направлениях от 5 до 10 раз; бросание набивных мячей (0,5 кг) сидя и бросание их вдаль из-за головы из положения стоя; метание на дальность (6–12 м) левой и правой рукой, в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4–5 м), а также в движущуюся цель. **Прыжки:** на двух ногах на месте разными способами, вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением (по 20-40 прыжков 2-4 раза в чередовании с ходьбой), с поворотом кругом, продвигаясь вперед (на 5-6 м.), с зажатым между ног мешочком с песком, с мячом; в положении сидя на большом надувном мяче (фитболе), через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге поочередно и через линию, веревку, в высоту с разбега (высота до 40 см); в длину с места (от 100–140 см в зависимости от пола, подготовленности); в длину с разбега (180–190 см), с места вверх, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки, с разбега (высота не менее 50 см). Прыжки через обруч, короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), вращающуюся вперед и назад длинную скакалку по одному, парами. **Общеразвивающие упражнения.** Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных

спортивных достижениях	положений, в разном темпе, с паузами и поточно, под счет, музыку и др. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и др.). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики. **Ритмическая гимнастика.** Музыкально-ритмические упражнения педагог включает в содержание физкультурных занятий в разных структурных частях и как отдельные комплексы из 6–8 упражнений, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха в подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад, а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук вверх, в сторону в такт и ритм музыки. **Строевые упражнения.** Педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу; перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, кругу; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом. **Подвижные игры.** Педагог продолжает обучать детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию и сюжету подвижных игр (в том числе, игры с элементами соревнования, игры-эстафеты), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве. Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи или поражения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности. Педагогом могут быть предложены детям: игр с бегом на развитие скоростных качеств: «Моряки», «Пожарные на учении», «Спасатели спешат на помощь», «Будущие защитники Родины», «Полоса препятствий», «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?», «Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун инаседка»; с прыжками: «Лягушки и Аист», «Не попадись!», «Волк во

рву». Игры с метанием и ловлей на развитие силы и ловкости: «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый и меткий?», «Ловишки с мячом»; с ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловкие обезьянки»; игры-эстафеты: «Космонавты», «Дорожка препятствий», с элементами соревнования: «Зарничка», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?», «Наши олимпийцы». Народные игры. «Гори, гори ясно!», «Лапта».

Спортивные упражнения. Педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий (наличие оборудования, климатические условия региона).

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500–600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку «лесенкой», «елочкой». **Катание на коньках:** удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

Плавание: погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх - вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10–15 м); упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.

Спортивные игры. Педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий.

Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота, играть по упрощенным правилам. **Элементы хоккея:** (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота,

держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударять по ней с места и после ведения.

Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

Формирование основ здорового образа жизни. Педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления об организме человека, факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и разных видов спорта, на здоровье, достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья (зрения, слуха, органов дыхания, опорно-двигательного аппарата), правилах безопасного для здоровья поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивны инвентарем, оборудованием) и во время туристских прогулок и экскурсий. Следит за осанкой и приучает к этому детей, оказывать элементарную первую помощи при легких травмах, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье, и самочувствии других людей.

Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги.

Педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений. Досуг организуется 1–2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительность 40–45 минут.

Содержание включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, проблемные и творческие задания. Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и выдающимся спортсменам.

Дни здоровья. Педагог проводит 1 раз в квартал и организует оздоровительные мероприятия и туристские прогулки, физкультурные досуги.

Туристские прогулки и экскурсии.

Педагог организует пешеходные прогулки на расстоянии от 1 до 3 км (в оба конца) в теплый период года и от 1 до 2 км в холодный период. Продолжительность пешего похода от 1 до 2,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут. Время непрерывного движения 20–30 минут. В ходе туристкой прогулки организует с

	детьми подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий. Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500г. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки
22.8 ФОП ДО	***решение совокупных задач воспитания***

2.2. Вариативные методы, приемы, технологии.

Формы организации двигательной деятельности:

- утренняя гигиеническая гимнастика;
- физкультурные занятия в зале и на свежем воздухе;
- физкультминутки;
- физкультпаузы;
- подвижные игры;
- бодрящая гимнастика;
- индивидуальная работа по развитию движений в зале и на прогулке;

типы занятий:

-учебно-тренировочное;
- сюжетное;
- игровое;
- тренировочное;
- комплексное;
- физкультурно-познавательное;
- тематическое;
- нетрадиционное;
- контрольное.

Методы:

Вербальные методы (словесные):

- направлены на активизацию сознания ребенка, формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных случаях;
- название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т. д. активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствую созданию более точных зрительных представлений о движении.

Наглядные методы:

- способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способности к сенсорике;
- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).

Практические методы:

- призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений;
- применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков и умений.
- закрепления двигательных навыков и развитие физических качеств в изменяющихся условиях.
- при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.). Соревновательный метод: повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях.

Информационно-рецептивный метод:

- предъявление информации, организация действий ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентации, рассказы педагогов или детей, чтение).
Репродуктивный метод:
- создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца воспитателя, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель).
Метод проблемного изложения:
- постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений.
Эвристический метод (частично-поисковый)
- проблемная задача делится на части - проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях).
Исследовательский метод:
- составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование).
Технологии:
- Здоровьесберегающие;
- Игровые.

Направления физического развития

Направления ФР							
Выделенные направления (сферы, области)			**2-3 года**	**3-4 года**	**4-5 лет**	**5-6 лет**	**6-7 лет**
основная гимнастика	основные движения	бросание и катание (ловля с 2 лет, метание с 3 лет)	+	+	+	+	+
		ползанье, лазанье	+	+	+	+	+
		ходьба	+	+	+	+	+
		бег	+	+	+	+	+
		прыжки	+	+	+	+	+
		прыжки со скакалкой				+	+
		упражнения в равновесии	+	+	+	+	+
	общеразвивающие упражнения		+	+	+	+	+
	ритмическая гимнастика				+	+	+
	строевые упражнения			+	+	+	+
подвижные игры			+	+	+	+	+
спортивные упражнения	катание на санках			+	+	+	+
	плаванье			+	+	+	+
спортивные игры	городки					+	+
	элементы баскетбола					+	+
	бадминтон					+	+
	элементы хоккея						+
	элементы настольного тенниса						+
	элементы футбола					+	+
формирование основ здорового образа жизни			+	+	+	+	+

активный отдых	физкультурные досуги (с 4 лет праздники)		+	+	+	+
	дни здоровья (туристические прогулки и экскурсии с 5 лет)		+	+	+	+

2.3 Средства реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников

При реализации рабочей программы для развития двигательной деятельности используются следующие средства: спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, технические средства обучения, оздоровительное, нестандартное оборудование, оборудование для спортивных игр и упражнений.

2.3.1. Перечень спортивного оборудования и инвентаря для реализации двигательной деятельности

Таблица №13

«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»			
ПОСОБИЯ (методическая литература, картотеки, дидактические картинки…)			
Основная гимнастика			
	Методическая литература	**Вариативная часть**	**Инвариативная часть**
1.	Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет)	1	
2.	Л.И. Пензулаева «Физкультурные занятия с детьми	1	
3.	Г.П. Лескова «Общеразвивающие упражнения в детском саду»	1	
4.	Т.Э. Токаева «Парная гимнастика (3-6 лет)	1	
5.	Е.В. Сулим «Занятия физкультурой»		1
6.	Е. И. Подольская «Необычные физкультурные занятия»		1
7.	М.Ю. Картушина «Сюжетные физкультурные занятия»	1	
8.	Ж.Е. Фирилева Е.Г. Сайкина «Фитнес-данс»		1
9.	М.В. Еромыгина «Картотека упражнений для самомассажа пальцев и кистей рук. Зрительная гимнастика»	1	
10.	Картотека пальчиковых игр	1	
11.	Картотека комплексов утренней гимнастики и бодрящей гимнастики	1	
12.	Картотека зрительной гимнастики	1	
13.	Е.А. Синкевич «Физкультура для малышей» (ранний возраст)	1	
14.	Н. А. Фомина «Сказочный театр физической культуры»		2
15.	Е.И. Подольская «Оздоровительная гимнастика (группа раннего возраста)»	1	
16.	Г.А. Прохорова «Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет»	1	
Подвижные игры			

1.	И.А. Качанова «Традиционные игры в детском саду»	1	
2.	Картотека подвижных игр	1	
Формирование здорового образа жизни			
1.	Т.А. Шорыгина «Спортивные сказки»	1	
2.	М .Д. Маханева «Воспитание здорового ребенка»	1	
3.	Т.Е. Харченко «Спортивные праздники в детском саду»	1	
Спортивные упражнения			
1.	Е.Г.Сайкина «Фитбол – аэробика для дощкольников»		1
2.	Е.Ф. Желобкович «150 эстафет для детей дошкольного возраста»	1	
3.	Картинки «Олимпийские виды спорта»	1	
4.	В.Я Лысова «Спортивные праздники и развлечения. Сценарии (младший и средний возраст)»	1	
5.	Е.В. Сулим «Детский фитнес»		1
ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ			
РАЗВИВАЮЩИЕ ДИДАКТИЧЕСКИЕ ПОСОБИЯ			
1.	Д/и «Попади в мишень»	1	
2.	Д/и «Чудесные веревочки»	1	
3.	Д/и «Ручки-ножки»	1	
4.	Пазлы с видами спорта	1	
5.	Д/и «Повтори за мной»	1	
6.	Д/и «Накорми монстрика»	1	
7.	Д/и «Моталочка»	1	
8.	Д/и «Поймай пчелку»	1	
ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ			
1.	http://fiskult-ura.ucoz.ru/ Сайт «ФизкультУра»		
2.	fizinstruktor.ru		
3.	Kollegi-pedagogi.ru		
4.	Prig-skok.gimdofree.com		

ОСНАЩЕНИЕ СПОРТИВНОГО ЗАЛА

№	Наименование оборудования	Инвариативная часть/кол-во	Вариативная часть /кол-во
1.	Гибкий модуль большой (вибродорожка большая) ТИСА		3
2.	Горка корректирующая ТИСА		1
3.	Жесткий модуль (виброскамейка) (ТИСА)		2
4.	Универсальный многофункциональный тренажер ТИСА		3
5.	Устройство для моделирования ситуаций, предотвращающих травматизм с ММПБКП		2
6.	Катоактин с ММПБКП ТИСА		3
7.	Шведская стенка	5	
8.	Скамейка гимнастическая	9	

9.	Кольцо баскетбольное	2	
10.	Мишень	1	
11.	Доска наклонная	1	
12.	Мяч средний	27	
13.	Обруч большой	10	
14.	Обруч средний	25	
15.	Набор кеглей	5	
16.	Лента гимнастическая	28	
17.	Скакалка	36	
18.	Дорожка здоровья	2	
19.	Массажные полусферы	6	
20.	Мячик массажный малый	28	
21.	Мешочек с песком	19	
22.	Мяч резиновый	28	
23.	Коврик гимнастический	28	
24.	Мат	4	
25.	Конусы	28	
26.	Дуга для подлезания	6	
27.	Корзина для метания	2	
28.	Флажки	33	
29.	Палка гимнастическая	15	
30.	Палка гимнастическая деревянная	9	
31.	Стойка для прыжков в высоту	1	
32.	Клюшка пластик	8	
33.	Стойка «Жираф»	2	
34.	Тоннель «Гусеница»	2	
35.	Канат	1	
36.	Игра «серсо»	2	
37.	Степ-платформы	25	25
38.	Фитбол		42
39.	Физиорол		18
40.	Сибирский борд		11

ОСНАЩЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ПЛОЩАДКИ

№	Наименование оборудования	Инвариативная часть/кол-во	Вариативная часть /кол-во
1.	Спортивный комплекс	1	
2.	Лиана средняя	1	
3.	Лиана малая	1	
4.	Дорожка змейка	1	
5.	Стенка для метания мяча	1	
6.	Комбинированная установка	1	

2.4. Взаимодействие педагога с участниками образовательного процесса

Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность физического развития детей, является взаимодействие инструктора по физической культуре со всеми участниками образовательного процесса – с администрацией ДОУ, воспитателями, младшими

воспитателями, педагогом-психологом, музыкальным руководителем, учителем-логопедом, медицинским персоналом и с родителями.

1. Взаимодействие с администрацией ДОУ.

Заведующий детским садом и заместитель заведующего по УВР обеспечивают организацию образовательного процесса в ДОУ, повышение профессиональной компетенции специалистов, а также организуют взаимодействие с семьями воспитанников и различными социальными партнерами.

2. Взаимодействие с воспитателями

Инструктор по физической культуре оказывает консультативную помощь воспитателям по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО «Физическое развитие», работу с родителями по данному направлению.

В образовательной деятельности инструктор по физической культуре проводит занятие, воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, оказывает помощь детям при выполнении упражнений, страховку и т.д.

План взаимодействия инструктора по физической культуре с воспитателями детей младшего дошкольного возраста

Таблица №14

№ п/п.	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Ознакомление педагогов с результатами диагностики физической подготовленности детей.	Сентябрь Май	Инструктор по физической культуре
2.	Разработка сценариев для проведения физкультурных развлечений.	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
3.	Составление картотек подвижных и малоподвижных игр на прогулке, для детей.	Октябрь	Инструктор по физической культуре
4.	Изготовление информационных буклетов о здоровом образе жизни.	Октябрь Ноябрь	Инструктор по физической культуре
5.	Подобрать комплексы утренних и после сна гимнастик для детей.	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
6.	Пополнение предметно-развивающей среды в физкультурных уголках нестандартным физкультурным оборудованием.	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
7.	Участие в педагогических советах.	В течение года	Инструктор Воспитатели
8.	Регулярно информировать о физкультурно-оздоровительной работе.	В течение года	Инструктор по физической культуре
9.	Подготовка совместных развлечений.	В течение года	Инструктор Воспитатели

План взаимодействия инструктора по физической культуре с воспитателями детей среднего и старшего дошкольного возраста

Таблица №15

№ п/п.	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Ознакомление педагогов с результатами диагностики физической подготовленности детей.	Сентябрь Май	Инструктор по физической культуре
3.	Проведение Консультации для воспитателей на тему: «Взаимодействие инструктора с педагогами ДОУ по вопросам физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья детей».	Сентябрь Май	Инструктор по физической культуре
3.	Разработка сценариев для проведения спортивных мероприятий.	Сентябрь	Инструктор по физической культуре
4.	Составление картотек подвижных и малоподвижных игр на прогулке, для детей.	Октябрь	Инструктор по физической культуре
5.	Изготовление информационных буклетов о здоровом образе жизни.	Октябрь Ноябрь	Инструктор по физической культуре
6.	Подобрать комплексы утренних и после сна гимнастик для детей.	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
7.	Пополнение предметно-развивающей среды в физкультурных уголках нестандартным физкультурным оборудованием.	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
8.	Участие в педагогических советах по плану Муниципального общеобразовательного учреждения	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
9.	Регулярно информировать о спортивных мероприятиях и физкультурно-оздоровительной работе.	В течение года	Инструктор по физической культуре
10.	Подготовка совместных праздников и развлечений.	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп
11.	Физкультурно-оздоровительная работа». Занятия - «Здоровый педагог».	В течение года	Инструктор по физической культуре Воспитатели групп

3.Взаимодействие с младшим воспитателем

Способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований при организации работы по физическому развитию дошкольников.

4. Взаимодействие с педагогом-психологом

Дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, поэтому необходимо сотрудничество с педагогом- психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами.

В физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

5. Взаимодействие с музыкальным руководителем

Музыка является одним из средств физического воспитания. Она положительно воздействует на эмоции детей, создает хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике, способствует развитию внимания, чувства ритма.

Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыкальный материал для использования на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, досугах и развлечениях, праздниках. На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разученные на музыкальных занятиях.

План взаимодействия инструктора по физической культуре с музыкальным руководителем

Таблица №16

№ п/п.	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Подбор музыки для использования ее в образовательной деятельности в режимных моментах (утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры и т.д.).	В течение года	Музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре
2.	Закрепление танцевальных шагов в физкультурных занятиях.	В течение года	Инструктор по физической культуре
3.	Подбор игр соревновательного характера для музыкальных праздников.	В течение года	Музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре
4.	Помощь в подготовке и проведении праздников.	В течение года	Инструктор по физической культуре
5.	Использование на физкультурных занятиях танцевальных шагов: боковой галоп, пружинящий шаг, приставной и переменный шаги.	В течение года	Инструктор по физической культуре
6.	Подбор музыкального сопровождения для спортивных праздников и физкультурных досугов.	В течение года	Музыкальный руководитель

6. Взаимодействие с медицинским персоналом

В начале учебного года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются карты здоровья, физического развития детей.

2.5. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

Коррекционно-развивающая работа или инклюзивное образование в ДОУ направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ и детей-инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении образовательной программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

Коррекционно-развивающая работа представляет собой комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития.

Коррекционно-развивающую работу в ДОУ осуществляют педагоги-психологи, дефектологи, логопеды, другие педагоги (воспитатели, инструктор по физкультуре, и т.д.)

Реализация коррекционно-развивающей работы с обучающимися с ОВЗ и детьми - инвалидами согласно нозологическим группам, осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой ДОУ. Коррекционно-развивающая работа с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами (при наличии) предусматривает предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся, коррекцию нарушений психического и физического развития средствами коррекционной педагогики, специальной психологии и медицины; формирование у обучающихся механизмов компенсации дефицитарных функций, не поддающихся коррекции, в том числе с использования ассистивных технологий.

2.6. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Образовательная деятельность в ДОУ включает:

- **<u>Обязательная часть</u>**

Таблица

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ *(п.24.1)* *(основные компоненты)*			
1	2	3	4
осуществляемая в процессе организации ***различных видов детской деятельности***	осуществляемая ***в ходе режимных процессов***	***самостоятельная деятельность детей***	***взаимодействие с семьями*** детей по реализации Программы
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ *(п.24.1)* **(совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей)**			

(этапы формирования самостоятельности)				
1	2	3	4	5
совместная деятельность **педагога с ребенком,** где, взаимодействуя с ребенком, он выполняет функции педагога: **обучает ребенка чему-то новому**	совместная деятельность ребенка с педагогом, при которой **ребенок и педагог – равноправные партнеры**	**совместная деятельность группы детей под руководством педагога**, который на правах участника деятельности на всех этапах ее выполнения (от планирования до завершения) **направляет совместную деятельность группы детей**	**совместная деятельность детей со сверстниками без участия педагога**, но по его заданию. **Педагог в этой ситуации не является участником деятельности**, **но выступает в роли ее организатора**, ставящего задачу группе детей, тем самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей	**самостоятельная, спонтанно возникающая, совместная деятельность детей без всякого участия педагога**. Это могут быть самостоятельные игры детей (сюжетно-ролевые, режиссерские, театрализованные, игры с правилами, музыкальные и другое), самостоятельная изобразительная деятельность по выбору детей, самостоятельная познавательно-исследовательская деятельность (опыты, эксперименты и другое)

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ *(п.24.10, п.24.16)*	
в утренний отрезок времени	**во второй половине дня**
игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами (сюжетно-ролевые, режиссерские, дидактические, подвижные, музыкальные и другие)	проведение зрелищных мероприятий, развлечений, праздников (кукольный, настольный, теневой театры, игры-драматизации; концерты; спортивные, музыкальные и литературные досуги и другое)
беседы с детьми по их интересам, развивающее общение педагога с детьми (в том числе в форме утреннего и вечернего круга)	***игровые ситуации,*** индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами
практические, проблемные ситуации, упражнения (по освоению культурно-гигиенических навыков и культуры здоровья, правил и норм поведения и другие	***практико-ориентированные проекты,***

наблюдения	***работа с родителями (законными представителями)***
индивидуальная работа с детьми в соответствии с задачами образовательной области	
оздоровительные и закаливающие процедуры, здоровьесберегающие мероприятия, двигательная деятельность (подвижные игры, гимнастика и другое)	

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ		
занятие *(п.24.11, п.24.12)*	**культурные практики** *(п.24.18-24.22,)*	
дело, занимательное и интересное детям, развивающее их	организовывать ***культурные практики*** педагог может во вторую половину дня	
деятельность, направленная на освоение детьми образовательной области, с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогам самостоятельно	***расширяют социальные и практические компоненты содержания образования***, способствуют формированию у детей культурных умений при взаимодействии со взрослым и самостоятельной деятельности	
форма организации обучения, наряду с экскурсиями, дидактическими играми, играми-путешествиями и другими	ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества, активности и инициативности в ***разных видах деятельности, обеспечивают их продуктивность***	
проводится в виде образовательных ситуаций, тематических событий, проектной деятельности, проблемно-обучающих ситуаций, интегрирующих содержание образовательных областей, творческих и исследовательских проектов и так далее	***игровая практика***	ребенок проявляет себя как творческий субъект (творческая инициатива)
	продуктивная практика	ребёнок – созидающий и волевой субъект (инициатива целеполагания)
в рамках отведенного времени педагог может организовывать образовательную деятельность с учетом интересов, желаний детей, их образовательных потребностей, включая детей дошкольного возраста в процесс сотворчества, содействия, сопереживания	***познавательно-исследовательская практика***	ребёнок как субъект исследования (познавательная инициатива)
	коммуникативная практика	ребёнок – партнер по взаимодействию и собеседник (коммуникативная инициатива)

время проведения занятий, их продолжительность, длительность перерывов, суммарная образовательная нагрузка для детей дошкольного возраста определяются СанПиН 1.2.3685-21		дополняет развивающие возможности других культурных практик детей дошкольного возраста (игровой, познавательно-исследовательской, продуктивной деятельности)
при организации занятий педагог использует опыт, накопленный при проведении образовательной деятельности в рамках сформировавшихся подходов		
введение термина «занятие» не означает регламентацию процесса; термин фиксирует форму организации образовательной деятельности; ***содержание и педагогически обоснованную методику проведения занятий педагог может выбирать самостоятельно***		

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	
в игре *(п.24.5.-24.8)*	**на прогулке** *(п.24.15).*
занимает центральное место в жизни ребенка, являясь преобладающим видом его самостоятельной деятельности	подвижные игры и спортивные упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей
основной вид деятельности, в которой формируется личность ребенка, развиваются психические процессы, формируется ориентация в отношениях между людьми, первоначальные навыки кооперации	сюжетно-ролевые игры (с песком, со снегом, с природным материалом)
в совместной игре дети строят свои взаимоотношения, учатся общению, проявляют активность, инициативу и другое	свободное общение педагога с детьми, индивидуальная работа
выполняет различные функции: – обучающую; – познавательную; – развивающую; – воспитательную; – социокультурную; – коммуникативную; – эмоциогенную; – развлекательную; – диагностическую; – психотерапевтическую; – другие	проведение спортивных праздников (при необходимости)
	проводится в отведённое время, предусмотренное в режиме дня, в соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21 к её организации

выступает как: – форма организации жизни и деятельности детей; – средство разностороннего развития личности ребенка; – метод или прием обучения; – средство саморазвития; – самовоспитания; – самообучения; – саморегуляции	

2.7. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках образовательной области «Физическое развитие»

Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников ДОУ является «установление доверительного делового контакта» между семьёй и ДОУ.

Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьей, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями.

В соответствии с ФОП в ДОУ организована система профессиональной поддержки и помощи родителям (законным представителям) в воспитании и обучении детей, охране и укрепления их здоровья, состоящая из консультативных, просветительских, обучающих направлений работы педагогов ДОУ.

2.8. План работы с родителями детей дошкольного возраста

Таблица №17

№ п/п.	Форма и содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Консультация на тему: «Как заинтересовать ребенка занятиями физкультурой».	Октябрь	Инструктор по физической культуре
2.	Консультация на тему: «Весёлая физкультура в семье».	Ноябрь	Инструктор по физической культуре
	Предоставление наглядной информации: на стенде «Физкульт – новости»(Фото, картинки, дипломы и т.д.).	В течение года	Инструктор по физической культуре
3.	Консультация на тему: «Подвижная игра с правилами».	Декабрь	Инструктор по физической культуре
	Индивидуальные рекомендации по физическому развитию.	В течение года	Инструктор по физической культуре
4.	Консультация на тему: «Спортивный уголок дома».	Январь	Инструктор по физической культуре

	Провести физкультурные досуги согласно перспективному плану.	В течение года	Инструктор по физической культуре
5.	Консультация на тему: «Подвижные игры на свежем воздухе в зимний период для родителей с детьми».	Февраль	Инструктор по физической культуре
6.	Консультация на тему: «Совместные занятия спортом детей и родителей».	Март	Инструктор по физической культуре
	Пополнять предметно-развивающую среду в физкультурном зале нестандартным оборудованием.	В течение года	Инструктор по физической культуре
7.	Консультация на тему: «Значение игр и игр-упражнений с мячом во всестороннем развитии ребенка».	Апрель	Инструктор по физической культуре
8.	Консультация на тему: «Летний отдых и оздоровление детей»	Май	Инструктор по физической культуре

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

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

РППС включает организованное пространство (территория ДОУ, групповые комнаты, специализированные, административные и иные помещения), материалы, оборудование, электронные образовательные ресурсы и средства обучения и воспитания, охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста, материалы для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС создает возможности для учёта особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

РППС ДОУ создана и развивается как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании РППС ДОУ учтены:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится ДОУ;
- 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 ДОУ, участников сетевого взаимодействия и других участников образовательной деятельности).

РППС соответствует:

- требованиям ФГОС ДО;

- образовательной программе ДОУ;
- материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в ДОУ;
- возрастным особенностям детей;
- воспитывающему характеру обучения детей в ДОУ;
- требованиям безопасности и надежности.

Наполняемость РППС способствует сохранению целостности образовательного процесса и включает все необходимое для реализации содержания каждого из направлений развития и образования детей согласно ФГОС ДО.

РППС ДОУ обеспечивает возможность реализации разных видов индивидуальной и коллективной деятельности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, продуктивной и прочее, в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учёта особенностей и коррекции недостатков их развития.

В соответствии с ФГОС ДО РППС является содержательно-насыщенной; трансформируемой; полифункциональной; доступной; безопасной.

РППС в ДОУ обеспечивает условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических и учебно-вспомогательных сотрудников.

Дидактические правила ДОУ развивающей среды

- центры детской активности должны быть четко выделены. Для разделения пространства на центры могут использоваться различные маркеры:
- все материалы для игр и занятий должны храниться на доступной детям высоте, в понятном им порядке;
- мебель и оборудование в зале и на участке расположена таким образом, чтобы обеспечить безопасность передвижения детей.

3.1.3. Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания п.32 ФОП ДО

В ДОУ созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

1) возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения Программы;

2) выполнение ДОУ требований санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов, содержащихся в СП 2.4.3648-20, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утверждённых постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. N 32 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 11 ноября 2020 г., регистрационный N 60833), действующим до 1 января 2027 года (далее - СанПиН 2.3/2.4.3590-20), СанПиН 1.2.3685-21:

- к условиям размещения организаций, осуществляющих образовательную деятельность;
- оборудованию и содержанию территории;
- помещениям, их оборудованию и содержанию;
- естественному и искусственному освещению помещений;
- отоплению и вентиляции;
- водоснабжению и канализации;
- организации питания;

- медицинскому обеспечению;
- приему детей в организации, осуществляющих образовательную деятельность;
- организации режима дня;
- организации физического воспитания;
- личной гигиене персонала;

3) выполнение ДОУ требований пожарной безопасности и электробезопасности;

4) выполнение ДОУ требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОУ.

ДОУ оснащена полным набором оборудования для различных видов детской деятельности в помещении и на участке, игровыми и физкультурными площадками, бассейнами, озелененной территорией.

ДОУ имеет необходимое оснащение и оборудование для всех видов воспитательной и образовательной деятельности обучающихся (в т.ч. детей с ОВЗ и детей-инвалидов), педагогической, административной и хозяйственной деятельности:

1) *помещения для занятий*, обеспечивающие образование детей через игру, общение, познавательно-исследовательскую деятельность и другие формы активности ребёнка с участием взрослых, и других детей;

2) оснащение РППС, включающей средства обучения и воспитания, подобранные в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей дошкольного возраста, содержания Федеральной программы;

3) мебель, техническое оборудование, спортивный и хозяйственный инвентарь,;

Территория детского сада огорожена сплошным забором. Есть 2 спортивные площадки со спортивным комплексом, футбольными воротами и баскетбольными кольцами.

В ДОУ имеется: физкультурный зал, бассейн (на 3 площадке отсутствует), Все помещения детского сада, оборудованы в соответствии с санитарно- эпидемиологическими правилами и нормами.

Развивающая предметно-пространственная обеспечивает:

Физическое развитие: спортивный зал (спортивное оборудование, гимнастические скамейки и маты), физкультурные уголки, спортивные площадки на территории ДОУ. Физкультурный зал оснащен современным спортивным оборудованием. Непосредственно в каждом спортивном зале находятся: гимнастические скамейки, шведские стенки, детские тренажеры, мячи для фитбол-гимнастики, необходимый для занятий спортивный инвентарь. Используется изготовленное в ДОУ нестандартное оборудование. Для физкультурных занятий на улице оснащены спортивные площадки. *Бассейн* оснащён всем необходимым оборудованием для обучения детей плаванию

Медицинский кабинет (кабинет и процедурная) который оснащен в соответствии с современными требованиями. Созданы условия для осмотра детей врачом, осуществления профилактических прививок, проведения антропометрии. Имеется достаточный медицинский материал для оказания первой медицинской помощи.

Кабинет психолога. В кабинете психолога есть все необходимое для проведения систематической работы по развитию психических процессов, коммуникации и воспитания дружеские взаимоотношений между детьми: методический, наглядный, и игровой материал.

Методические кабинеты. Имеется необходимый программно-методический и учебно- дидактический материал для организации образовательного процесса с до-

школьниками, методическая литература, периодические издания, игрушки для проведения образовательной деятельности, дидактические игры, демонстрационный и раздаточный материал. Приобретается методическая литература, обновляется дидактический материал.

Для широкой общественности ведется *сайт учреждения*, организовано взаимодействие с семьями воспитанников через почту и странички в контакте.

4 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

4.1. Приложения к рабочей программе по реализации образовательной области «Физическое развитие»:

1. Двигательный режим детей раннего и дошкольного возраста;
2. Расписание образовательной деятельности по физическому развитию;
3.Перспективное и календарное планирование освоения основных движений;
4. План проведения досуговых мероприятий и праздников.

4.1.1.Режим двигательной активности

Приложение №1

№ п/п.	Формы организации двигательной деятельности	Группы, особенности организации, продолжительность									
		1-я младшая		2-я младшая		Средняя		Старшая		Подготовительная	
		в день	в неделю	в день	в неделю	в день	в неделю	в день	в неделю	в день	в неделю
1.	Утренняя гимнастика	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.
2.	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	30 мин	3 раза в неделю	45 мин.	3 раза в неделю	60 мин.	3 раза в неделю	75 мин.	3 раза в неделю	90 мин.
3.	Физкультминутки	1-2 мин.	5-10 мин.	2 мин.	10 мин.	2 мин.	10 мин.	4 мин.	20 мин.	4 мин.	20 мин.
4.	Музыкальные занятия (музыкально-ритмические движения, игры)	2 раза в неделю 4-5 мин	8-10 мин.	2 раза в неделю 4-5 мин	8-10 мин.	2 раза в неделю 5-6 мин.	10-12 мин.	2 раза в неделю 5-6 мин.	10-12 мин.	2 раза в неделю 6-7 мин.	12-14 мин.
5.	Подвижные игры, спортивные упражнения	8-10 мин.	40-50 мин.	8-10 мин.	40-50 мин.	15 мин.	75 мин.	15-20 мин.	75-90 мин.	20-25 мин.	100-125 мин.
6.	Самостоятельная двигательная деятельность	10-15 мин.	50-75 мин.	10-15 мин.	50-75 мин.	15-20 мин.	75-100 мин.	15-20 мин.	75-100 мин.	20-25 мин.	100-125 мин.

	на прогулке, спортивные игры										
7.	Гимнастика после дневного сна	4-5 мин.	20-25 мин.	4-5 мин.	20-25 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.
	Итого:	54 мин.	4 ч. 10 мин.	53 мин.	4 ч25 мин.	67 мин.	5 ч. 37 мин.	81 мин.	6 ч. 17 мин.	95 мин.	7 ч. 34 мин.
	Активный отдых										
1.	Физкультурные досуги, развлечения		1-2 раза в месяц 10-15 мин.		1-2 раза в месяц 15-20 мин.		1-2 раза в месяц 20-25 мин.		1-2 раза в месяц 25-30 мин.		1-2 раза в месяц 30-35 мин.
2.	День здоровья		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал
3.	Спортивный праздник		--		--		в качестве зрителей		2 раза в год		2 раза в год
4.	Туристские прогулки и экскурсии								1-1,5 ч.		1-2,5 ч.

4.1.2. Перспективный план физкультурных досугов с детьми 1младшей группы

Приложение №2

№ п/п.	Название физкультурных досугов	Месяц проведения	Ответственные
1.	«Поиграем, малыши!»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
2.	«Золотая осень»	Октябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
3.	«Расскажем Зайке о правилах дорожного движения»	Ноябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
4.	«Прогулка в зимний лес»	Декабрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
5.	«Зимнее приключение»	Январь	Инструктор по физической культуре Воспитатели

6.	«Дружная семья»	Февраль	Инструктор по физической культуре Воспитатели
7.	«В гости к белочке»	Март	Инструктор по физической культуре Воспитатели
8.	«Чем доктор лечил Ваську»	Апрель	Инструктор по физической культуре Воспитатели
9.	«Мячик круглый есть у нас»	Май	Инструктор по физической культуре Воспитатели
10.	«Мы встречаем праздник лета»	Июнь	Инструктор по физической культуре Воспитатели

4.1.3. Перспективный план физкультурных досугов с детьми младшего дошкольного возраста

Приложение №3

№ п/п.	Название физкультурных досугов	Месяц проведения	Ответственные
1.	«Весёлый праздник»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
2.	«День Здоровья»	Октябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
3.	«Занимашки»	Ноябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
4.	«Новогодние каникулы	Декабрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
5.	«Весёлые котята»	Январь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
6.	«День Защитника Отечества»	Февраль	Инструктор по физической культуре Воспитатели
7.	«К нам пришла Матрёшка в гости	Март	Инструктор по физической культуре Воспитатели
8.	«Уложим мишку спать»	Апрель	Инструктор по физической культуре Воспитатели
9.	«Весёлые воробышки»	Май	Инструктор по физической культуре Воспитатели
10.	«Здравствуй лето»	Июнь	Инструктор по физической культуре Воспитатели

4.1.4. Перспективный план физкультурных досугов с детьми среднего дошкольного возраста

Приложение №4

№ п/п.	Название физкультурных досугов	Месяц проведения	Ответственные

1.	«Сентябрьские старты»	Сентябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
2.	«День здоровья»	Октябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
3.	«В лес осенний мы пойдем к зверюшкам в гости попадем»	Ноябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
4.	«Путешествие зайчат в зимний лес»	Декабрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
5.	«Зимние забавы с Белым медведем»	Январь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
6.	«Зимние забеги»	Февраль	Инструктор по физической культуре Воспитатели
7.	«День подвижных игр»	Март	Инструктор по физической культуре Воспитатели
8.	«Путешествие по дорогам города»	Апрель	Инструктор по физической культуре Воспитатели
9.	Веселые старты «Ловкие ребята»	Май	Инструктор по физической культуре Воспитатели
10.	Веселые старты «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	Июнь	Инструктор по физической культуре Воспитатели

4.1.5. Перспективный план физкультурных досугов и спортивных праздников с детьми старшего дошкольного возраста (старшие группы)

Приложение №5

№ п/п.	**Название физкультурных досугов и спортивных праздников**	**Месяц проведения**	**Ответственные**
1.	День знаний «Незнайка в гостях у ребят» (музыкально-спортивный праздник)	Сентябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
2.	«Путешествие с Витаминкой в Страну Здоровья» (досуг)	Октябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
3.	«Осенние старты»	Ноябрь	Инструктор по физической культуре

	(досуг)		Воспитатели
4.	«Зимние забавы» (досуг)	Декабрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
5.	«Снежные старты с Метелицей» (досуг)	Январь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
6.	«День Защитника Отечества» посвященный 23 февраля (Физкультурно-музыкальный досуг)	Февраль	Инструктор по физической культуре Воспитатели
7.	«Весна пришла - весне дорогу» (досуг)	Март	Инструктор по физической культуре Воспитатели
8.	«Будущие космонавты» (досуг)	Апрель	Инструктор по физической культуре
9.	Весенние старты «Школа мяча» (досуг)	Май	Инструктор по физической культуре Воспитатели
10.	«Путешествие с Почемучкой на остров к Волшебнице Воде» (Музыкально-спортивный праздник)	Июнь	Инструктор по физической культуре Воспитатели

4.1.6. Перспективный план физкультурных досугов и спортивных праздников с детьми старшего дошкольного возраста (подготовительные группы)

Приложение №6

№ п/п.	Название физкультурных досугов и спортивных праздников	Месяц проведения	Ответственные
1.	День знаний «Путешествие в страну Знаний с АБВГДЕЙКОЙ» (музыкально-спортивный праздник)	Сентябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
2.	«День здоровья» (досуг)	Октябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
3.	«Осеннее ориентирование с Красной шапочкой и Серым Волком» (досуг)	Ноябрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
4.	«Зимние старты» (досуг)	Декабрь	Инструктор по физической культуре Воспитатели

5.	«Малые Зимние Олимпийские игры (досуг)	Январь	Инструктор по физической культуре Воспитатели
6.	«День Защитника Отечества» посвященный 23 февраля (Физкультурно-музыкальный досуг)	Февраль	Инструктор по физической культуре Воспитатели
7.	«Мамочка спортивная моя» (досуг)	Март	Инструктор по физической культуре Воспитатели
8.	Веселые старты посвященные Всемирному Дню Здоровья (досуг)	Апрель	Инструктор по физической культуре Воспитатели
9.	«Один день солдатской жизни» посвященный 79-летию победы в Великой Отечественной войне(досуг)	Май	Инструктор по физической культуре Воспитатели
10.	Малые летние Олимпийские игры (праздник)	Июнь	Инструктор по физической культуре Воспитатели