

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №3 «Тополёк»
Туринского городского округа**

623905, Свердловская область, Туринский район, г. Туринск, ул. Крылова, д.15
тел. (34349)2-23-62, e-mail: detsad3tur@mail.ru, сайт: <http://www.topoliok-sad.com.ru/>

ПРИНЯТА
на Педагогическом совете протокол
от 31 августа 2023г. № 1



Рабочая программа образовательной деятельности с детьми от 3 до 7(8) лет
образовательной области «Физическое развитие»

Срок реализации: 1 год

Составитель: Дубинина Анна Анатольевна
инструктор по физ. культуре

Туринск, 2023г

Оглавление

РАЗДЕЛ 1. ЦЕЛЕВОЙ	3
1.1. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики	3
1.2. Планируемые результаты реализации Программы	5
1.2.1. Планируемые результаты в дошкольном возрасте	5
1.2.2. Планируемые результаты на этапе завершения освоения Программы	6
1.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	7
ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ	8
РАЗДЕЛ 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ	10
2.1. Задачи и содержание образования по образовательной области «Физическое развитие»	10
2.2. Образовательная область «Физическое развитие»	11
2.3. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы	28
2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся	30
2.5. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	32
2.6. Рабочая программа воспитания	35
ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ	38
РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ.....	59
3.1. Организации предметно-пространственной среды	59
3.2. Материально-техническое обеспечение Программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	60
3.3. Образовательная нагрузка	60
3.4. Взаимодействие инструктора по физической культуре со специалистами	62
3.5. Календарный план воспитательных событий	64
ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ	65

РАЗДЕЛ 1. ЦЕЛЕВОЙ ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

1.1. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики

Детский контингент на 2023-2024 учебный год:

Возрастная категория детей	Количество групп	Количество детей
Младшая разновозрастная группа общеразвивающей направленности от 1,3 до 3 лет	1	17
Средняя разновозрастная группа общеразвивающей направленности от 3 до 5 лет	1	17
Старшая разновозрастная группа комбинированной направленности от 5 до 7 лет	1	17

Детский контингент с ОВЗ на 01.09.2023г.:

По заключениям ПМПК	Тяжелые речевые нарушения	Задержка психического развития
Количество детей с ОВЗ	1	5

Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Дошкольный возраст (от 3 до 4 лет)	<p>Росто-весовые характеристики. Средний вес у мальчиков к четырем годам достигает 17 кг, у девочек – 16 кг. Средний рост у мальчиков к четырем годам достигает 102 см, а у девочек - 100,6 см.</p> <p>Функциональное созревание. В данном возрасте уровень развития скелета мышечной системы определяет возможность формирования осанки, свода стопы, базовых двигательных стереотипов. Продолжается формирование физиологических систем организма: дыхания, кровообращения, терморегуляции, обеспечения обмена веществ. Данный возраст характеризуется интенсивным созреванием нейронного аппарата проекционной и ассоциативной коры больших полушарий.</p>
Дошкольный возраст (от 4 до 5 лет)	<p>Росто-весовые характеристики. Средний вес девочек изменяется от 16 кг в четыре года до 18,4 кг в пять лет, у мальчиков – от 17 кг в четыре года до 19,7 кг в пять лет. Средняя длина тела у девочек изменяется от 100 см в четыре года до 109 см в пять лет, у мальчиков – от 102 см в четыре года до 110 см в пять лет.</p> <p>Функциональное созревание. Данный возраст характеризуется интенсивным созреванием нейронного аппарата ассоциативной коры больших полушарий. Возрастное специализации корковых зон и межполушарных связей. Правое полушарие является ведущим. Продолжается развитие скелета, мышц, изменяются пропорции тела. Слабо, но проявляются различия в строении тел мальчиков и девочек.</p>
Дошкольный возраст (от 5 до 6 лет)	<p>Росто-весовые характеристики. Средний вес у мальчиков изменяется от 19,7 кг в пять лет до 21,9 кг в шесть лет, у девочек – от 18,5 кг в пять лет до 21,3 кг в шесть лет. Средняя длина тела у мальчиков от 110,4 см в пять лет до 115,9 см в шесть лет, у девочек – от 109,0 см в пять лет до 115,7 см в шесть лет.</p> <p>Функциональное созревание. Развитие центральной нервной и опорно-двигательной систем, зрительно-моторной координации позволяет ребенку значительно расширить доступный набор двигательных стереотипов.</p>

<p>Дошкольный возраст (от 6 до 7 (8) лет)</p>	<p>Росто-весовые характеристики. Средний вес мальчиков к семи годам достигает 24,9 кг, девочек – 24,7 кг. Средняя длина тела у мальчиков к семи годам достигает 123,9, у девочек – 123,6 см. В период от пяти до семи лет наблюдается выраженное увеличение скорости роста тела ребенка в длину («полуростовый скачок роста»), причем конечности в это время растут быстрее, чем туловище. Изменяются кости, формирующие облик лица.</p> <p>Функциональное созревание. Уровень развития костной и мышечной систем, наработка двигательных стереотипов отвечают требованиям длительных подвижных игр. Скелетные мышцы детей этого возраста хорошо приспособлены к длительным, но не слишком высоким по точности и мощности нагрузкам. Качественные изменения в развитии телесной сферы ребенка (полуростовый скачок) отражает существенные изменения в центральной нервной системе. В шести-семи годах продолжительность необходимого сна составляет 9-11 часов, при этом длительность цикла сна возрастает до 60-70 минут, по сравнению с 45-50 минутами у детей годовалого возраста, приближаясь к 90 минутам, характерным для сна детей старшего возраста и взрослых. Важнейшим признаком морфофункциональной зрелости становится формирование тонкой биомеханики работы кисти ребенка. К пяти-шести годам в значительной степени развивается глазомер. Процессы возбуждения и торможения становятся лучше сбалансированными. К этому возрасту значительно развиваются такие свойства нервной системы, как сила, подвижность, уравновешенность. В то же время все эти свойства нервных процессов характеризуются неустойчивостью, высокой истощаемостью нервных центров.</p>
---	--

Индивидуальные особенности детей

Одаренный ребенок

Одаренность – значительное по сравнению с возрастными нормами опережение в умственном развитии либо исключительное развитие специальных способностей. Одаренные дети, демонстрируя выдающиеся способности в какой-либо одной области, иногда могут ничем не отличаться во всех отношениях от своих сверстников.

Одаренность как правило, охватывает довольно широкий спектр индивидуально-психологических особенностей:

- в области физических данных для одаренных детей характерен очень высокий энергетический уровень и низкая продолжительность сна, особенно дневного.

Леворукие дети

Леворукость – это предпочтение и активное пользование левой рукой. Леворукость может быть временным признаком, часто ее смешивают с истинным левшеством, при котором у человека наблюдаются совершенно иное распределение функций между полушариями мозга.

Для леворуких детей характерно проявление следующих характеристик: сниженная способность зрительно-двигательной координации (дети плохо справляются с задачами на срисовывание графического изображения, с трудом удерживают строчку на письме, часто впоследствии имеют плохой почерк, медленный темп письма); недостатки пространственного восприятия зрительной памяти (ошибки при расположении предметов в пространстве, зеркальное расположение графических элементов); слабость внимания (трудности переключения и концентрации внимания), повышенная утомляемость и как следствие – сниженная работоспособность; дети склонны к робости, неуверенности, подвержены страхам, быстрой смене настроения, при этом они более эмоциональны, чем их сверстники; речевые нарушения (ошибки звукобуквенного анализа, замедленный темп овладения чтением). Важно помнить о том, что леворукость – это индивидуальный вариант нормы.

1.2. Планируемые результаты реализации Программы

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 Программы представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО.

1.2.1. Планируемые результаты в дошкольном возрасте

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 упражнения под музыку;
- ребенок демонстрирует 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: имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;
- ребенок проявляет доверие к миру, положительно оценивает себя, говорит о себе в первом лице;
- ребенок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен в отношении других детей;
- ребенок владеет элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами («можно», «нельзя»), демонстрирует стремление к положительным поступкам;
- ребенок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;
- ребенок демонстрирует умения вступать в речевое общение со знакомыми взрослыми: понимает обращенную к нему речь, отвечает на вопросы, используя простые распространенные предложения; проявляет речевую активность в общении со сверстником;
- ребенок активно взаимодействует со сверстниками в игре, принимает на себя роль и действует от имени героя, строит ролевые высказывания, использует предметы-заместители, разворачивает несложный игровой сюжет из нескольких эпизодов.

К пяти годам:

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;
- ребенок 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;
- ребенок выполняет самостоятельно правила общения со взрослым, внимателен к его словам и мнению, стремится к познавательному, интеллектуальному общению со взрослыми: задает много вопросов поискового характера, стремится к одобряемым формам поведения, замечает ярко выраженное эмоциональное состояние окружающих людей, по примеру педагога проявляет сочувствие;
- ребенок называет роль до начала игры, обозначает новую роль по ходу игры, активно использует предметы-заместители, предлагает игровой замысел и проявляет инициативу в развитии сюжета, активно включается в ролевой диалог, проявляет творчество в создании игровой обстановки;
- ребенок принимает игровую задачу в играх с правилами, проявляет интерес к результату, выигрышу; ведет негромкий диалог с игрушками, комментирует их «действия» в режиссерских играх.

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 осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;
- ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;
- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;
- ребенок регулирует свою активность в деятельности, умеет соблюдать очередность и учитывать права других людей, проявляет инициативу в общении и деятельности, задает вопросы различной направленности, слушает и понимает взрослого, действует по правилу или образцу в разных видах деятельности, способен к произвольным действиям;
- ребенок принимает активное участие в праздничных программах и их подготовке; взаимодействует со всеми участниками культурно-досуговых мероприятий;
- ребенок согласовывает свои интересы с интересами партнеров в игровой деятельности, умеет предложить и объяснить замысел игры, комбинировать сюжеты на основе разных событий, создавать игровые образы, управлять персонажами в режиссерской игре;
- ребенок проявляет интерес к игровому экспериментированию, развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами действует в точном соответствии с игровой задачей и правилами.

1.2.2. Планируемые результаты на этапе завершения освоения Программы

К концу дошкольного возраста:

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;
- ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;
- ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;
- ребенок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;
- ребенок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками; старается разрешать возникающие конфликты конструктивными способами;

- ребёнок способен понимать свои переживания и причины их возникновения, регулировать свое поведение и осуществлять выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях, обосновывать свои ценностные ориентации; ребёнок стремится сохранять позитивную самооценку;
- ребёнок владеет речью как средством коммуникации, ведет диалог со взрослыми и сверстниками, использует формулы речевого этикета в соответствии с ситуацией общения, владеет коммуникативно-речевыми умениями;
- ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, предлагает и объясняет замысел игры, комбинирует сюжеты на основе реальных, вымышленных событий, выполняет несколько ролей в одной игре, подбирает разные средства для создания игровых образов, согласовывает свои интересы с интересами партнеров по игре, управляет персонажами в режиссерской игре;
- ребёнок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению.

1.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика направлена на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование. Для проведения индивидуальной педагогической диагностики на разных этапах освоения программы используются диагностика В.А. Деркуская.

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

1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития); 2) оптимизации работы с группой детей.

Основная задача диагностики – получение информации об индивидуальных особенностях развития ребенка. На основании этой информации разрабатываются рекомендации для воспитателей и родителей (законных представителей) по организации образовательной деятельности, планированию индивидуальной образовательной деятельности. Педагогическая диагностика проводится в начале и в конце учебного года. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка.

Педагогическая диагностика проводится с периодичностью: 2 раза в год (стартовая, финальная).

ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Целевые ориентиры по физическому развитию детей от 3 до 6 лет

	<i>Эмоционально-чувственная составляющая</i>	<i>Деятельностная составляющая</i>	<i>Когнитивная (познавательная) составляющая</i>
<i>Средний возраст 4 года</i>	Могут менять ритм бега. Неуклюже передвигаются скачками (вторая половина года), прыгают, Ребенок проявляет порывистость и не пластичность движений.	Демонстрируют более высокий уровень двигательных качеств – силу, выносливость и координацию движений.	Весь двигательный комплекс работы мышечной системы обеспечивает психофизиологическую равновесие тела ребенка.
<i>Старший возраст 5 года</i>	Могут ходить по гимнастическому бревну (скамейке). Ловко скачут. Стоят в течение нескольких секунд на одной ноге.	Грубая моторика: обладает достаточно сформированными навыками локомоции: умеет бегать, прыгать, скакать на одной ноге. Эти движения выполняют достаточно размеренно с относительно небольшим количеством механических ошибок, например, в постановке стопы или действиях рук. Недостаточно развиты мышцы, разгибающие позвоночник, распрямляющие грудную клетку.	Дети пяти-шести лет достаточно легко поддаются воспитанию, воздействию со стороны взрослых, так как их организм в целом и нервная система в частности находятся в стадии становления, созревания, что позволяет в процессе формирования личности ребенка соответствовать его природе.
<i>Подготовительный к школе возраст 6 лет</i>	Несовершенство нервной регуляции движений объясняет недостаточную точность и быстроту выполнения движений, трудность совершения движений по сигналу. При выполнении графических движений у детей этого возраста основной контроль принадлежит зрению, и при этом фиксируется не просто «поле деятельности», а прослеживается все движение от начала до конца. В этом возрасте слабо развиты мелкие мышцы рук, ещё не закончено окостенение костей запястья и фаланг пальцев.	В развитии двигательных навыков участвует как внешняя, так и внутренняя мотивация ребенка.	Могут выполнять действия по словесной инструкции и способны достаточно точно их выполнять, когда принимают участие в знакомой им деятельности.

Характеристики целевых ориентиров на этапе завершения освоения Программы (к 7 (8) годам)

Ценности	Эмоционально-чувственный компонент	Деятельностный (поведенческий, регулятивный) компонент	Когнитивный компонент
			Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты.
Социальная солидарность	Способен учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других.	Использует некоторые (конструктивные) способы разрешения конфликтов. Умеет договариваться, согласовывать действия совместно со сверстником, контролировать свои действия и действия партнёра, исправлять свои и его ошибки. Умеет проигрывать.	Ребенок проявляет любознательность к поликультурному миру. Проявляет позитивный интерес к социальным аспектам общественной жизни.
Здоровье	Способен справляться со страхами. Способен переживать печаль.		
	У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими		
Семья	Способен выражать свои переживания, чувства, взгляды, убеждения и выбирать способы их выражения, исходя из имеющегося у них опыта	Активно включается в игру в соответствии с гендерной ролью. Ребенок оказывает посильную помощь членам семьи.	Знает физические возможности и антропометрические данные членов семьи.
Здоровье	Испытывает удовольствие от движения, от активных действий.	Умеет справляться со стрессом с помощью двигательной активности.	
Социальная солидарность	Осуществляет текущий контроль за точностью двигательного действия не только на базис зрительного анализатора и мышечных ощущений, но и настроении эмоционального состояния.	Владеет и использует в физкультурном зале и естественных условиях разные способы ходьбы, бега, прыжков, ползания, метания действия с большим и малым мячом и др. пособиями с учётом условий выполнения двигательной задачи. Различает мышечные ощущения, вес и фактуру предметов. Согласовывает действия с партнёрами в условиях ограниченного пространства. Соблюдает правила честного соперничества.	Может планировать своё двигательное поведение, выбирать способ с учётом своих физических возможностей, физического «я» антропометрических данных (веса, роста) развития физических качеств (силы, быстроты ловкости, выносливости).

		владеет навыком самоконтроля. Навык соблюдения очередности, заданных правилами.	
Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, в взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены			
Здоровье	Способен справляться со страхами. Способен справляться со смущением. Способен справиться ситуацией игнорирования. Способен к преодолению стресса.	Умеет реагировать на незаслуженные обвинения. Способен адекватно реагировать на отказ. Способен находить и выбирать способ реагирования на опасную ситуацию. Спокойно реагирует в ситуации, когда не принимают в общую деятельность группы. Способен адекватно реагировать на ситуации, когда дразнят. Способен к регуляции собственных действий.	

Развивающее оценивание качества образовательной деятельности в части, формируемой участниками образовательных отношений

Методический комплект для осуществления развивающего оценивания

Методический комплект для осуществления развивающего оценивания освоения детьми ООП ДО в части, формируемой участниками образовательных отношений отражающей специфику национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность:

РАЗДЕЛ 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

2.1. Задачи и содержание образования по образовательной области «Физическое развитие»

Определение задач и содержания образования базируется на следующих принципах:

принцип учёта ведущей деятельности: Программа реализуется 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 учета возрастных и индивидуальных особенностей детей: Программа 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 как направленного процесса обогащения и развертывания содержания видов детской деятельности, а также общения детей с взрослыми и сверстниками, соответствующего 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 на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования: Программа реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания относительно уровня начального школьного образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организации и семьи; принцип сотрудничества с семьей: реализация Программы 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.

2.2. Образовательная область «Физическое развитие»

	От 3 лет до 4 лет	От 4 лет до 5 лет	От 5 лет до 6 лет	От 6 лет до 7 лет
<p>Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития</p> <p>¹</p>	<ul style="list-style-type: none"> • обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре; • развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал; • формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность; укреплять здоровье детей средствами физического воспитания; 	<ul style="list-style-type: none"> • обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр; • формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве; • воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений; • продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и 	<ul style="list-style-type: none"> • обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки; • развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде; • воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха; • продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и 	<ul style="list-style-type: none"> • обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки; • развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество; • поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде; • воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха; • формировать осознанную потребность в

¹ В Программу не включены задачи по обучению плаванию, так как в детском саду нет бассейна

	<p>создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения двигательной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> • закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни. 	<p>активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> • укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания; • формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности. 	<p>достижениях российских спортсменов;</p> <ul style="list-style-type: none"> • укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания; • расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха; • воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий. 	<p>двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> • сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий; • воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.
--	--	---	--	--

<p>Содержание образовательной деятельности.</p>	<p>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. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре. Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей</p>	<p>Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству. Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в</p>	<p>Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками. Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образ жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей)</p>	<p>Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой. В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений. Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения,</p>
---	---	---	--	---

	<p>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.</p>	<p>двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.</p>	<p>туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.</p>	<p>комбинировать их элементы, импровизировать. Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.</p>
<p>Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).</p>	<p>Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча 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,</p>	<p>Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в</p>	<p>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</p>	<p>Основные движения: бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание</p>

	<p>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 расстоянии 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</p>	<p>паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 34 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м; ползание, лазанье: ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола</p>	<p>(мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 45 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; 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</p>	<p>вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому). ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту; ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными</p>
--	---	---	---	---

	<p>доске; влезание на лесенкустремянку 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 (при- сесть, 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;</p>	<p>прямо и боком; ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной); бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200</p>	<p>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 1,52 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 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;</p>	<p>движениями рук, в различных построениях; бег: бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 23 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности; прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек;</p>
--	---	---	---	---

	<p>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 ве-ревку (высота 2-5 см); упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 1520 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье,</p>	<p>м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2x5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег в рассыпную с ловлей и увертыванием; прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой; упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в</p>	<p>перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); в прыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега; 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; про-бегание 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</p>	<p>прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование; прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами. упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на</p>
--	---	--	--	--

	<p>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.</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>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 позвоночника: потягивание,</p>	<p>стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.</p> <p>Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.</p> <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжатие и разжимание кистей рук,</p>	<p>используют в игровой и повседневной деятельности.</p> <p>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); сжатие 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;</p>	<p>каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком</p> <p>ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».</p> <p>Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.</p> <p>Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжатие пальцев в кулак и разжимание;</p>
--	---	--	--	--

	<p>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</p>	<p>вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднимание ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднимание на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место. Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять</p>	<p>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</p>	<p>махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики; упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место. 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 положений, в разном темпе, с</p>
--	---	--	---	---

	<p>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, в рассыпную, 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,</p>	<p>общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы. Ритмическая гимнастика: музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по</p>	<p>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 полу пальцах, 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</p>	<p>разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. 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 другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы. Ритмическая гимнастика: музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы</p>
--	--	---	---	--

	<p>животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).</p>	<p>кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками. Строевые упражнения: педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, враспынную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.</p>	<p>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.</p>	<p>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, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки. Строевые упражнения: педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны 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; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом;</p>
--	---	---	--	---

				повороты во время ходьбы на углах площадки.
Подвижные игры:	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).	педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).	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	педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), 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 и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует

			<p>формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх</p>	<p>формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.</p>
Спортивные игры			<p>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.</p> <p>Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур.</p> <p>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.</p> <p>Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.</p> <p>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.</p>	<p>педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.</p> <p>Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.</p> <p>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 тому подобное) 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</p>

				<p>направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.</p> <p>Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.</p> <p>Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.</p> <p>Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.</p> <p>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.</p>
--	--	--	--	--

<p>Спортивные упражнения:</p>	<p>педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей. Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки. Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием. Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево. Плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.</p>	<p>педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей. Катание на санках: подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга. Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью. Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступаящим шагом» и «полу ёлочкой». Плавание: погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.</p>	<p>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 «ступаящим шагом», «полу ёлочкой» (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,</p>	<p>педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей. 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 душажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку «лесенкой», «ёлочкой». 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.</p>
-------------------------------	---	---	---	---

			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.	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.
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).	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.	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,	педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного 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 спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей

			гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).	следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.
Активный отдых.	<p>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.</p> <p>Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО</p>	<p>Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.</p> <p>Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнований, аттракционы, музыкально ритмические и танцевальные упражнения.</p>	<p>Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.</p> <p>Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.</p>	<p>Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнований, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.</p> <p>Досуг организуется 1 -2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения,</p>

	<p>(прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.</p>	<p>Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России. Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.</p>	<p>Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России. 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</p>	<p>импровизацию, танцевальные упражнения, 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 достижениям выдающихся спортсменов. Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки. Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможности дополнительного сопровождения организации санитарных стоянок. Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятникам</p>
--	--	---	---	---

			<p>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.</p>	<p>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 500 гр. 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.</p>
--	--	--	--	--

Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

- воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;
- формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;
- воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;
- приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;
- формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

2.3. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы

Используемые формы реализации Программы:

- игровая деятельность (сюжетно-ролевая, театрализованная, режиссерская, конструктивно-конструктивная, дидактическая, подвижная и др.);
- общение со взрослым (ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное) и сверстниками (ситуативно-деловое, внеситуативно-деловое);
- речевая деятельность (слушание речи взрослого и сверстников, активная диалогическая и монологическая речь);
- познавательно-исследовательская деятельность и экспериментирование;
- изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация) и конструирование из разных материалов по образцу, условию и замыслу ребенка;
- двигательная деятельность (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр и др.);
- элементарная трудовая деятельность (самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, труд в природе, ручной труд);
- музыкальная деятельность (слушание и понимание музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игра на детских музыкальных инструментах).

Для достижения задач **воспитания** в ходе реализации Программы образования используются следующие **методы**:

- организации опыта поведения и деятельности (приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы);
- осознания детьми опыта поведения и деятельности (рассказ на моральные темы, разъяснение норм и правил поведения, чтение художественной литературы, этические беседы, обсуждение поступков и жизненных ситуаций, личный пример);
- мотивации опыта поведения и деятельности (поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования, проектные методы);

При организации **обучения** традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополняются методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

- информационно-рецептивный метод – предъявление информации, организация действий ребенка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы воспитателя 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 ее 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).

При реализации Программы образования используются различные **средства**, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов:

– демонстрационные и раздаточные;
– визуальные, аудиальные, аудиовизуальные; – естественные и искусственные; – реальные и виртуальные.

Для **развития каждого вида деятельности** детей применяются следующие **средства**:

– двигательной (оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий с мячом и др.);

– предметной (образные и дидактические игрушки, реальные предметы и др.);

– игровой (игры, игрушки, игровое оборудование и др.);

– коммуникативной (дидактический материал, предметы, игрушки, видеофильмы и др.);

познавательно-исследовательской и экспериментирования (натуральные предметы и оборудование для исследования и образно-символический материал, в том числе макеты, плакаты, модели, схемы и др.).

А также применяются следующие технологии обучения и воспитания детей:

Программа построена на реализации технологии деятельностного метода «Ситуация». Суть данной технологии заключается в организации развивающих ситуаций, в которых дети сталкиваются с затруднениями, фиксируют то, что у них пока не получается, выявляют причины затруднений, выходят на формулировку задач (детских целей), а затем в активной деятельности делают свои первые «открытия». Содержание образования проектируется как путь в общечеловеческую культуру. При этом педагог становится организатором, помощником, консультантом детей и выполняет свою профессиональную миссию — быть проводником в мир общечеловеческой культуры. Такие ситуации могут отличаться по форме организации (например, это могут быть сюжетно-ролевые и дидактические игры, прогулки, экскурсии, занятия, праздники и др.), а также по локализации во времени. Несмотря на все отличия, они имеют сходную структуру и включают следующие этапы, или «шаги»:

1. Введение в ситуацию. Создаются условия для возникновения у детей внутренней потребности (мотивации) включения в совместную деятельность. Дети фиксируют свою «детскую» цель.

2. Актуализация детского опыта (знаний, умений, способов). Воспитатель организует деятельность, в которой целенаправленно актуализируются знания, умения и способности детей, необходимые им для нового «открытия».

3. Затруднение в ситуации (проблематизация содержания). В контексте выбранного сюжета моделируется ситуация, в которой дети сталкиваются с затруднением в деятельности. Воспитатель помогает детям приобрести опыт фиксации затруднения и выявления его причины с помощью системы вопросов («Смогли?» — «Почему мы не смогли?»).

4. «Открытие» нового знания (способа действий). Используя различные приемы и методы (подводящий диалог, побуждающий диалог), педагог организует построение нового знания и способа действий, которое фиксируется детьми в речи и, возможно, в знаках.

5. Включение нового знания (способа действия) в систему знаний (способов интеллектуальной и практической деятельности). Воспитатель организует различные виды деятельности, в которых новое знание или способ действий используется в новых условиях.

6. Осмысление. Данный этап является необходимым элементом любой деятельности, так как позволяет приобрести опыт выполнения таких важных универсальных действий, как фиксирование достижения цели и определение условий, которые позволили добиться этой цели.

Здоровьесберегающие, здоровьеразвивающие и здоровьесформирующие технологии

Здоровьесберегающие технологии - это технологии, направленные на сохранение здоровья и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Здоровьесформирующие – педагогический процесс, направленный на формирование и развитие у субъектов позитивной, устойчивой ориентации на сохранения здоровья, как необходимого условия жизнеспособности.

Образованность и здоровье – фундаментальные жизненные блага, качеством которых определяется и уровень жизни отдельного человека, состоятельность каждого государства.

Происходит это потому, что образование и здравоохранение рассматриваются, как самостоятельные сферы. Задачи управления здоровьем воспитанников по самой своей природе имеют комплексный характер.

Задачи:

1. Побуждение в детях желание заботится о своем здоровье, заинтересованное отношение к собственному здоровью.
2. Формирование установки на использование здорового питания.
3. Использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом психологических и иных особенностей, развитие потребности физической культуры и спорта.
4. Выполнение рекомендованного педагогами и врачами режима дня.
5. Формирование знаний о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, низкий уровень закаленности).
6. Формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья.
7. Развитие готовности ребенка самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены.

Средства и методы здоровьесформирования:

- методики и технологии психолого-медико-социального сопровождения воспитанников на каждом возрастном этапе,
- игры, направленные на здоровьесформирование дошкольников;
- решение проблемных ситуаций;
- промежуточные и итоговые диагностики состояния здоровья,
- мероприятия по формированию здорового образа жизни,
- коррекционная работа по медицинским показателям,
- технологии включения воспитанников и родителей воспитанников в здоровьесформирующую деятельность.

2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся

Примерный план работы с семьями обучающихся

Месяц	Функции совместной партнерской деятельности	Формы работы (взаимодействия) с родителями	Цель
Сентябрь	Ознакомительно-диагностическое направление	Выступление на родительских собраниях «Цели и задачи физического воспитания детей данного возраста»	Познакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой и мероприятиями на групповом собрании.
	Практико-ориентированная методическая деятельность	Занятие корригирующей гимнастикой (Гимнастика, направленная на формирование осанки) «Здоровье, красота, спорт»	Обратить внимание на осанку детей дошкольного возраста.
	Практико-ориентированная методическая деятельность	Выставка рисунков «Любимые виды летних видов спорта»	Содействовать возникновению у родителей и детей чувства радости и удовольствия от совместной деятельности.

Октябрь	Культурно-досуговая деятельность	Совместное с родителями и детьми старшего и подготовительного возраста физкультурное развлечение «Осенние забавы»	Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях.
	Просветительская деятельность	Индивидуальные «Диагностика физического развития»	Индивидуальные консультации с родителями по результатам диагностики физического развития
	Информационно-консультативная деятельность	Оформление информационного стенда «Организация и проведение активного отдыха детей и взрослых»	Познакомить родителей с организацией здоровьесберегающей и физкультурно-оздоровительной среды дома.
Ноябрь	Информационно-консультативная деятельность	«Анкетирование»: - какое место занимает физкультура в вашей семье	Выявить отношения родителей к физическому развитию.
	Просветительская деятельность	Консультации «Подвижные игры на прогулке в выходные дни»	Познакомить родителей с любимыми играми детей; способствовать приобщению к ЗОЖ
	Информационно-консультативная деятельность	Оформление стендов для родителей по теме: «Спорт – это сила»	Помочь родителям с выбором спортивных кружков и секций, с учетом природных данных, темперамента ребенка.
Декабрь	Практико-ориентированная методическая деятельность	Выставки фотографий «Как мы занимаемся физкультурой в детском саду»	Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной деятельности.
	Просветительская деятельность	Консультация «Физкультура в детском саду и дома»	Обратить внимание на пользу ходьбы и бега в формировании здорового образа жизни.
	Информационно-консультативная деятельность	Индивидуальная консультация «Семь родительских заблуждений о морозной погоде»	Привлечение родителей к участию в организации мероприятий для повышения интереса детей к физической культуре.
Январь	Информационно-консультативная деятельность	Памятка «Как мы просыпаемся»	Выявить запросы родителей по данному направлению.
	Практико-ориентированная методическая деятельность	Изготовление нестандартного оборудования для занятий физкультурой	Познакомить родителей нетрадиционными формами оздоровления детей, пропаганда здорового образа жизни.
	Практико-ориентированная методическая деятельность	Занятие – практикум «Как правильно организовать физические упражнения дома»	Познакомить родителей с формами работы по приобщению детей к заботе о собственном здоровье.
	Культурно-досуговая деятельность	Развлечение «Аты – баты шли солдаты»	Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях.

Февраль	Практико-ориентированная методическая деятельность	Занятие – практикум «Как правильно организовать физические упражнения дома»	Пропаганда здорового образа жизни.
	Просветительская деятельность	Консультация «Спорт. Нужен ли детям спорт? Основные сведения о занятиях детей спортом».	Пропаганда здорового образа жизни.
Март	Просветительская деятельность	Буклет «Степ – зарядка для дошколят »	Информировать родителей об организации физкультурно – оздоровительной деятельности с детьми.
	Информационно-консультативная деятельность	Стенд «Ваш ребенок на занятиях по физическому развитию»	Пропаганда здорового образа жизни.
	Просветительская деятельность	Беседа «Спортивный уголок дома»	Обратить внимание родителей на пользу спортивного уголка в домашних условиях.
Апрель	Культурно-досуговая деятельность	«Неделя Здоровья» (реализация проекта)	Побуждать родителей к активному участию в праздниках и развлечениях.
	Информационно-консультативная деятельность	Памятка «Как правильно выбрать велосипед ребенку»	Рассказать родителям о правилах выбора велосипеда для дошкольника.
	Информационно-консультативная деятельность	Индивидуальная консультация «Закаляйся, если хочешь быть здоров!»	Заинтересовать родителей в проведении закаливающих процедур дома.
Май	Информационно-консультативная деятельность	«Анкетирование»: - «Как вы укрепляете здоровье в своей семье»	Выявить уровень знаний родителей по физкультурно-оздоровительному направлению.
	Ознакомительно-диагностическое направление	Выступление на родительских собраниях «Наши достижения»	Привлечение родителей к сотрудничеству по вопросам физического развития, потребности в здоровом образе жизни; обеспечению физического и психического благополучия.
	Культурно-досуговая деятельность	«Кросс – Нации»	Привлечение родителей к совместному участию в конкурсах.

2.5. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

Цели коррекционной работы:

- Раннее выявление отклонений в развитии детей дошкольного возраста с целью предупреждения вторичных отклонений;
- Коррекция имеющихся нарушений в развитии детей дошкольного возраста;
- Социальная адаптация и интеграция детей с отклонениями в развитии в среду нормативно развивающихся сверстников.

Задачи КРР:

- определение особых (индивидуальных) образовательных потребностей обучающихся, в том числе с трудностями освоения Программы и социализации в ДОО;

- своевременное выявление обучающихся с трудностями адаптации, обусловленными различными причинами;
- осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с учетом особенностей психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК) или психолого-педагогического консилиума образовательной организации (ППК));
- оказание родителям (законным представителям) обучающихся консультативной психолого-педагогической помощи по вопросам развития и воспитания детей дошкольного возраста;
- содействие поиску и отбору одаренных обучающихся, их творческому развитию; выявление детей с проблемами развития эмоциональной и интеллектуальной сферы;
- реализация комплекса индивидуально ориентированных мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений в развитии и проблем поведения.

Коррекционно-развивающая работа организуется:

- по обоснованному запросу педагогов и родителей (законных представителей); – на основании результатов психологической диагностики; – на основании рекомендаций ППК.

Содержание коррекционно-развивающей работы для каждого обучающегося определяется с учетом его ООП на основе рекомендаций ППК Организации.

В образовательной практике определяются нижеследующие категории целевых групп обучающихся для оказания им адресной психологической помощи и включения их в программы психолого-педагогического сопровождения:

- 1) нормотипичные дети с нормативным кризисом развития;
- 2) обучающиеся с особыми образовательными потребностями (ООП):

- с ОВЗ и (или) инвалидностью, получившие статус в порядке, установленном законодательством Российской Федерации;

- обучающиеся по индивидуальному учебному плану (учебному расписанию) на основании медицинского заключения (дети, находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющие дети); часто болеющие дети характеризуются повышенной заболеваемостью острыми респираторными инфекциями, которые не связаны с врожденными и наследственными состояниями, приводящими к большому количеству пропусков ребёнком в посещении ДОО;

- обучающиеся, испытывающие трудности в освоении образовательных программ, развитии, социальной адаптации;

- одаренные обучающиеся;

КРР с обучающимися целевых групп осуществляется в ходе всего образовательного процесса, во всех видах и формах деятельности, как в совместной деятельности детей в условиях дошкольной группы, так и в форме коррекционно-развивающих групповых/индивидуальных занятий.

КРР строится дифференцированно, в зависимости от имеющихся у обучающихся дисфункций и особенностей развития (в познавательной, речевой, эмоциональной, коммуникативной, регулятивной сферах) и должна предусматривать индивидуализацию психолого-педагогического сопровождения.

Содержание коррекционно-развивающей работы в ДОО включает следующие блоки:

- 1) Диагностическая работа включает:

- своевременное выявление детей, нуждающихся в психолого-педагогическом сопровождении;
- раннюю (с первых дней пребывания, обучающегося в ДОО) диагностику отклонений в развитии и анализ причин трудностей социальной адаптации;

- комплексный сбор сведений об обучающемся на основании диагностической информации от специалистов разного профиля;

- определение уровня актуального и зоны ближайшего развития, обучающегося с ОВЗ, с трудностями в обучении и социализации, выявление его резервных возможностей;

- изучение уровня общего развития обучающихся (с учётом особенностей нозологической группы), возможностей вербальной и невербальной коммуникации со сверстниками и взрослыми;

- изучение развития эмоционально-волевой сферы и личностных особенностей, обучающихся;

- изучение индивидуальных образовательных и социально-коммуникативных потребностей обучающихся;

- изучение социальной ситуации развития и условий семейного воспитания ребёнка;

- изучение уровня адаптации и адаптивных возможностей обучающегося; изучение направленности детской одаренности;
- изучение, констатацию в развитии ребёнка его интересов и склонностей, одаренности;
- мониторинг развития детей и предупреждение возникновения психолого-педагогических проблем в их развитии;
- выявление детей-мигрантов, имеющих трудности в обучении и социально-психологической адаптации, дифференциальная диагностика и оценка этнокультурной природы имеющихся трудностей;
- всестороннее психолого-педагогическое изучение личности ребёнка; выявление и изучение неблагоприятных факторов социальной среды и рисков образовательной среды;
- системный разносторонний контроль специалистов за уровнем и динамикой развития обучающегося, а также за созданием необходимых условий, соответствующих особым (индивидуальным) образовательным потребностям обучающегося.

2) Коррекционно-развивающая работа включает:

- выбор оптимальных для развития обучающегося коррекционно-развивающих программ/методик психолого-педагогического сопровождения в соответствии с его особыми (индивидуальными) образовательными потребностями;
- организацию, разработку и проведение специалистами индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, необходимых для преодоления нарушений поведения и развития, трудностей в освоении образовательной программы и социализации;
- коррекцию и развитие высших психических функций;
- развитие эмоционально-волевой и личностной сферы обучающегося и психологическую коррекцию его поведения;
- развитие коммуникативных способностей, социального и эмоционального интеллекта обучающихся, формирование их коммуникативной компетентности;
- коррекцию и развитие психомоторной сферы, координации и регуляции движений;
- создание условий, обеспечивающих развитие, обучение и воспитание детей с ярко выраженной познавательной направленностью, высоким уровнем умственного развития или иной направленностью одаренности;
- создание насыщенной развивающей предметно - пространственной среды для разных видов деятельности;
- формирование инклюзивной образовательной среды, в том числе обеспечивающей включение детей иностранных граждан в российское образовательное пространство с сохранением культуры и идентичности, связанных со страной исхода\происхождения;
- оказание поддержки ребёнку в случаях неблагоприятных условий жизни, психотравмирующих обстоятельствах при условии информирования соответствующих структур социальной защиты;
- преодоление педагогической запущенности в работе с обучающимся, стремление устранить неадекватные методы воспитания в семье во взаимодействии родителей (законных представителей) с детьми;
- помощь в устранении психотравмирующих ситуаций в жизни ребёнка.

3) Консультативная работа включает:

- разработку рекомендаций по основным направлениям работы с обучающимся с трудностями в обучении и социализации, единых для всех участников образовательных отношений;
- консультирование специалистами педагогов по выбору индивидуально ориентированных методов и приемов работы с обучающимся;
- консультативную помощь семье в вопросах выбора оптимальной стратегии воспитания и приемов коррекционно-развивающей работы с ребёнком.

4) Информационно-просветительская работа предусматривает:

различные формы просветительской деятельности (лекции, беседы, информационные стенды, печатные материалы, электронные ресурсы), направленные на разъяснение участникам образовательных отношений — обучающимся (в доступной для дошкольного возраста форме), их родителям (законным представителям), педагогическим работникам — вопросов, связанных с особенностями образовательного процесса и психолого-педагогического сопровождения обучающихся, в том числе с ОВЗ, трудностями в обучении и социализации; проведение тематических выступлений,

онлайн-консультаций для педагогов и родителей по разъяснению индивидуально-типологических особенностей различных категорий обучающихся, в том числе с ОВЗ, трудностями в обучении и социализации.

5) Реализация КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами, согласно нозологическим группам, осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой ДО (далее ФАОП ДО). КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами должна предусматривать 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 использованием ассистивных технологий.

6) Направленность коррекционно-развивающей работы с одаренными обучающимися включает:

- определение вида одаренности, интеллектуальных и личностных особенностей детей, прогноз возможных проблем и потенциала развития.
- вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс и установление с ними отношений сотрудничества как обязательного условия поддержки и развития одаренного ребёнка, как в ДОО, так и в условиях семейного воспитания;
- создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребёнку, обстановки, формирующей у ребёнка чувство собственной значимости, поощряющей проявление его индивидуальности;
- сохранение и поддержка индивидуальности ребёнка, развитие его индивидуальных способностей и творческого потенциала как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой;
- формирование коммуникативных навыков и развитие эмоциональной устойчивости;
- организация предметно-развивающей, обогащённой образовательной среды в условиях ДОО, благоприятную для развития различных видов способностей и одаренности.

Включение ребенка в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК по результатам психологической и педагогической диагностики.

2.6. Рабочая программа воспитания

Целевой раздел

Цели и задачи воспитания

Общая цель воспитания в ДОО – личностное развитие каждого ребёнка с учётом его индивидуальности и создание условий для позитивной социализации детей на основе традиционных ценностей российского общества, что предполагает:

- 1) формирование первоначальных представлений о традиционных ценностях российского народа, социально приемлемых нормах и правилах поведения;
- 2) формирование ценностного отношения к окружающему миру (природному и социокультурному), другим людям, самому себе;
- 3) становление первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с традиционными ценностями, принятыми в обществе нормами и правилами.

Общие задачи воспитания в ДОО:

- 1) содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом;
- 2) способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- 3) создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребёнка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию;
- 4) осуществлять поддержку позитивной социализации ребёнка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.

Направления воспитания

Физическое и оздоровительное направление воспитания.

1) Цель физического и оздоровительного воспитания - формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.

2) Ценности - жизнь и здоровье лежит в основе физического и оздоровительного направления воспитания.

3) Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становления осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.

Целевые ориентиры воспитания

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

2) В соответствии с ФГОС ДО оценки результатов воспитательной работы не осуществляется, так как целевые ориентиры основной образовательной программы дошкольного образования не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педаго-

гической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей.

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения программы
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья - занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.

Задачи воспитания в образовательных областях

Направления воспитания и базовые ценности	Цель	Задачи	Задачи образовательных областей	Образовательные области
Социальное направление воспитания В основе лежат ценности «Человек», «Семья», «Дружба», «Сотрудничество»	Формирование ценностного отношения детей к семье, другому человеку, развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми	<ul style="list-style-type: none"> • Способствовать освоению детьми моральных ценностей • Формировать у детей нравственные качества и идеалов • Воспитывать стремление жить в соответствии с моральными принципами и нормами и воплощать их в своем поведении. Воспитывать уважение к другим людям, к законам человеческого общества. Способствовать накоплению у детей опыта социально-ответственного поведения Развивать нравственные представления, формировать навыки культурного поведения 	Воспитывать активность, самостоятельность, уверенности в своих силах, развивать нравственные и волевые качества	Физическое развитие
Физическое и оздоровительное В основе лежат ценности «Здоровье», «Жизнь»	Формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности	<ul style="list-style-type: none"> • Способствовать становлению осознанного отношения к жизни как основоположной ценности • Воспитывать отношение здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека 	<ul style="list-style-type: none"> • Развивать навыки здорового образа жизни • Формировать у детей возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре • Способствовать становлению эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилами 	Физическое развитие

ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

В направлении социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического, физического развития обеспечивается обогащение содержания образовательных областей образовательной программой дошкольного образования «СамоЦвет» в двух частях:

1. Образовательная программа дошкольного образования «СамоЦвет»: дошкольный возраст.

Образовательная область «Физическое развитие»

Дошкольный возраст (3-7 лет)
Задачи:
<ol style="list-style-type: none">1. Создать условия для становления у ребенка ценностей здорового образа жизни, овладения его элементарными нормами и правилами.2. Способствовать приобретению опыта в двигательной деятельности, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация, ловкость, быстрота, гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений.3. Создать условия для развития представлений ребенка о своем теле и своих физических возможностях.4. Способствовать формированию телесной идентификации, становлению у ребенка целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.5. Создать условия для формирования начальных представлений ребенка о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.
Решение образовательных задач социально-коммуникативного развития детей
<ul style="list-style-type: none">- Культурная практика здоровья;- Двигательная культурная практика; предусматривает:<ul style="list-style-type: none">- учет функциональных и адаптационных возможностей ребенка;- удовлетворение биологической потребности ребенка в движении;- поддержку и развитие всех систем и функций организма ребенка через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр, закаливающие процедуры;- интеграцию движений тела и сенсорных процессов анализаторов: слушание, ориентация, осязание, тонкая моторика кисти и речевого аппарата, через сенсомоторное развитие ребенка;- поддержку интереса ребенка к народным подвижным играм, играм-забавам, играм-развлечениям;- внимательное наблюдение за самочувствием каждого ребенка на занятиях, его реакции на нагрузку, на новые упражнения;- корректировку движения и осанки каждого ребенка, который в этом нуждается;- использование игровых образов и воображаемых ситуаций (животных, растений, воды, ветра и др.), поддержку и стимулирование стремления ребенка к творческому самовыражению и импровизации в движении (мимике, пантомимике);- варьирование нагрузки в соответствии с состоянием здоровья и темпом физического развития ребенка на основе медицинских показаний и наблюдений за их самочувствием;- развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр;- упражнения на освоение ребенком языка эмоций, элементов техники выразительных движений (гаммы переживаний, настроений); на приобретение навыков саморасслабления.

РЕАЛИЗАЦИЯ СОДЕРЖАТЕЛЬНЫХ ЛИНИЙ КУЛЬТУРНЫХ ПРАКТИК РЕБЕНКА

	3–4 лет	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
<i>Содержательная линия «Культурная практика здоровья»</i>				
Задачи образовательной деятельности	<p>1. Формировать естественные виды движений;</p> <p>2. Обогащать двигательный опыт выполнением игровых действий с предметами и игрушками, разными по форме, величине, цвету, назначению;</p> <p>3. Освоение элементарных культурно-гигиенических навыков;</p> <p>4. Формировать умения выполнять знакомые движения легко и свободно, ритмично и согласованно, ориентируясь в пространстве.</p>	<p>1. Совершенствовать ранее приобретенные навыки, расширять у детей объем знаний и представлений о здоровом образе жизни, содействовать выработке полезных привычек;</p> <p>2. Развивать умение уверенно и активно выполнять основные элементы движений, оценивать движения сверстников и замечать ошибки;</p> <p>3. Воспитывать личностные качества (активность, самостоятельность, инициатива);</p>	<p>1. Обогащать представления детей о многообразии культурных норм и ценностей, принятых в обществе; создание условий для формирования у детей ценностного отношения к миру и человеку;</p> <p>2. Закрепление у детей отзывчивого и уважительного отношения к сверстникам и взрослым;</p> <p>3. Развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре;</p> <p>4. Углубление представлений детей о правилах безопасного поведения и умения следовать им в различных ситуациях.</p>	

<p>Эмоционально- чувственная составляющая культурной практики</p>	<p>«Семья»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • проявления чувства уважения к миру семьи: традициям сохранения и укрепления здоровья, культуры отношений, благоприятного эмоционально-психологического климата; • чувства личного эмоционально-положительного, уважительного отношения к членам семьи; • возникновения чувства значимости сообщения взрослому о своем самочувствии и потребности изменять свое поведение в ситуации плохого самочувствия другого. 	<ul style="list-style-type: none"> • возникновения радости при желании заниматься физическими упражнениями с семьей; • проявления уважения к миру семьи, к активному семейному досугу; • возникновения положительных эмоций от осознания собственной роли в духовном пространстве семьи; • трансляции личного эмоционально-положительного, уважительного отношения к членам семьи. 	<ul style="list-style-type: none"> • формирования положительных эмоций на сохранение и укрепление здоровья человека, необходимости сохранять и укреплять собственное здоровье, здоровье членов семьи; • формирования положительного отношения к своим ощущениям, переживаниям, потребностям, желаниям, формирование умения соотносить желания и возможности; • проявления уважения к миру семьи и осознанное принятие на себя новых ролевых действий в духовном пространстве семьи. 	<ul style="list-style-type: none"> • проявления мотивации к сбережению своего здоровья, здоровья близких и здоровья окружающих людей; • проявления уважения к миру семьи и к роли каждого члена в духовном пространстве семьи.
---	----------------	---	--	--	--

«Здоровье»	<ul style="list-style-type: none"> • присвоения детьми первичных ценностей культуры здоровья и здорового образа жизни (далее – ЗОЖ); • формирования ценностного отношения к жизни, здоровью (собственной и окружающих); • ощущения значимости здорового образа жизни как общечеловеческой ценности. 	<ul style="list-style-type: none"> • проявления чувства осторожности для соблюдения детьми правил поведения (мер предосторожности) в проблемных ситуациях; • присвоения детьми ценностей культуры здоровья, ЗОЖ и сочувствия к жизни, здоровью (собственному и окружающих). 	<ul style="list-style-type: none"> • осознания значимости соблюдения детьми правил поведения (мер предосторожности) в проблемных ситуациях для сохранения собственного здоровья. 	<ul style="list-style-type: none"> • включения детей в деятельность, построенную на ценностях культуры здоровья.
«Труд творчество»	<ul style="list-style-type: none"> • проявления мотивации интересоваться сверстниками, взрослыми, реагировать на их эмоциональное состояние; • терпимого отношения к затруднениям ребенка в разных формах самообслуживания, поддержания индивидуального темпа деятельности и значимости достижений каждого ребенка; • поддержки мотивации детей к выполнению упражнений, укрепляющих различные органы и системы организма. 	<ul style="list-style-type: none"> • возникновения положительных эмоций от возрастающей самостоятельности при выполнении гигиенических процедур; • придания аксеологической значимости от использования считалок, мирилок, жребия в свободной деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> • приобретения ощущения значимости возрастающей самостоятельности при выполнении простейших гигиенических процедур; • проявления чувства гордости за обладание здоровьесберегающей компетентностью в самостоятельных видах деятельности (игре, труде) и поведении. 	<ul style="list-style-type: none"> • положительного отношения к проявлению здоровьесберегающей компетентности в самостоятельных видах деятельности (игре, труде) и поведении; • накопления представлений о душевной красоте и душевном здоровье человека.

<p>«Социальная солидарность»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • формирования чувства значимости чистоты и аккуратности, культурно-гигиенических навыков как общественно-значимых факторов; • возникновения чувства удовлетворения от присвоения, сохранения культурного опыта бережного отношения к своему организму, своему здоровью, здоровью других детей; • получения удовлетворенности от совместной деятельности оздоровительной направленности. 	<ul style="list-style-type: none"> • поддержания желания следить за опрятностью внешнего вида: замечать с помощью зеркала нарушения красоты и порядка в одежде, причёске и исправлять его самостоятельно или обращаться с просьбой к педагогу. • возникновения эмоциональной отзывчивости на удачу и неудачу в выполнении физических упражнений (сочувствовать, переживать, радоваться); • бережного отношения детей к своему организму, своему здоровью, здоровью других детей. 	<ul style="list-style-type: none"> • поддержания желания следить за опрятностью внешнего вида: замечать с помощью зеркала нарушение красоты и порядка в одежде, причёске и исправлять его самостоятельно или обращаться с просьбой к сверстнику, взрослому; • освоения различных форм проявления личностных качеств, позитивно влияющих на отношение со сверстниками: забота, доброта, сопереживание, ответственность, справедливость в процессе чтения произведений художественной литературы; • развития навыков саморегуляции через принятие и следование категориям «надо». 	<ul style="list-style-type: none"> • проявления у детей самодисциплины, целеустремленности, упорства в достижении цели, уверенности в собственных силах-формирования характера, необходимого для обеспечения спортивного поведения; • ценностного отношения детей к здоровью и человеческой жизни, поощряют желание оказать элементарную помощь самому себе и другому; • укрепления нравственно-гуманистических ценностей, чести и долга командного духа; желания присвоения, сохранения, приумножения культурного опыта бережного отношения к своему организму, здоровью другого.
----------------------------------	--	---	--	---

Деятельностная составляющая культурной практики	«Семья»	<ul style="list-style-type: none"> • установления доверительных отношений, эмоциональных связей между ребенком и взрослым, психологического комфорта между членами семьи в процессе освоения навыков культурного поведения; • организации рационального режима дня, обеспечивающего развитие у детей умения понимать переживания, состояния и мотивы поведения других членов семьи. 	<ul style="list-style-type: none"> • проявления инициативы детей сохранять собственное здоровье и здоровье членов семьи; • формирования потребности в чистоте и аккуратности; расширения диапазона деятельности по самообслуживанию, для присвоения ими обязанностей учить навыкам самообслуживания младших членов семьи, оказывать помощь пожилым членам семьи. 	<ul style="list-style-type: none"> • соблюдения гигиенических навыков, расширения диапазона деятельности детей по самообслуживанию в семье; • проявление личного эмоционально-положительного, уважительного отношения к членам семьи и сверстникам; • освоения способов действий по присвоению, сохранению и приумножению здоровья сберегающего, здоровьесформирующего опыта семьи; • проявления сочувствия при болезни, оказания посильной помощи при уходе за больным родственником дома. 	<ul style="list-style-type: none"> • освоения способов действий по присвоению, сохранению и приумножению здоровья сберегающего, здоровьесформирующего опыта семьи; • стимулирования у детей самостоятельности и ответственности по отношению к своему здоровью и здоровью членов семьи; • самостоятельного переноса в семью правил здорового развивающего поведения и обучения им членов собственной семьи.
---	---------	---	--	---	--

«Здоровье»	<ul style="list-style-type: none"> • возникновения желания рассказывать о способах сохранения своего здоровья и здоровья других; • трансляции безопасных способов совместных игр; • применения способов безопасного поведения в быту, в общественных местах, на природе, на дороге; • включения ребенка в оздоровительные мероприятия с учетом индивидуальных и возрастных особенностей. 	<ul style="list-style-type: none"> • овладения умением обращаться за помощью в ситуациях, угрожающих здоровью; • расширения спектра способов безопасного поведения в быту, в общественных местах, на природе, на дороге; • повышения самостоятельности ребенка при участии в оздоровительных мероприятиях; • проявления самостоятельности при соблюдении культурно-гигиенических навыков. 	<ul style="list-style-type: none"> • формирования предпосылок ЗОЖ на основе использования воспитательного потенциала экологического пространства детского сада; • формирования и при необходимости применения первичных алгоритмов поведения в ситуациях, угрожающих собственному здоровью и здоровью окружающих; • алгоритмов безопасного поведения в быту, в общественных местах, на природе, на дороге; • расширения самостоятельности ребенка при участии в оздоровительных мероприятиях. 	<ul style="list-style-type: none"> • применения первичных алгоритмов поведения в ситуациях, угрожающих собственному здоровью и здоровью окружающих; • алгоритмов безопасного поведения в быту, в общественных местах, на природе, на дороге; • использования воспитательного потенциала экологического пространства ДОО для совершенствование предпосылок ЗОЖ; • инициирования участия в оздоровительных мероприятиях; • самостоятельного выполнения культурно-гигиенических навыков.
------------	--	---	---	--

«Труд и творчество»	<ul style="list-style-type: none"> • овладения умениями самостоятельно умыться, причесываться, пользоваться носовым платком, туалетом, одеваться и раздеваться при незначительной помощи, ухаживать за своими вещами и игрушками; • понимания и «примерения на себя» поведения положительных литературных героев (Мойдодыр). 	<ul style="list-style-type: none"> • формирования у детей потребности в принятии на себя роли помощника (в решении проблемных ситуаций); • понимания и «примерения на себя» поведения положительных героев любимых мультфильмов; • самостоятельного переноса в игру правил здоровьесберегающего поведения. 	<ul style="list-style-type: none"> • самостоятельного переноса в игру правил здорового развивающего поведения; • совершенствования культурно-гигиенических умений, развития способности детей к адекватной самооценке результатов самообслуживания; • поддержания у детей потребности в принятии на себя роли помощника (в решении проблемных ситуаций); «примерения на себя» поведения положительных литературных героев и героев любимых мультфильмов; • проявления у детей самостоятельности, активности в творческом поиске новых способов выполнения движений, их комбинаций и вариантов. 	<ul style="list-style-type: none"> • принятия на себя роли инициатора в решении проблемных ситуаций, если ситуация позволит это сделать ребенку; • «примерения на себя» поведения положительных литературных героев и героев любимых мультфильмов; • активизации вариантов творческого проведения подвижных игр и упражнений.
---------------------	--	---	--	--

«Социальная солидарность»	<ul style="list-style-type: none"> • общения детей между собой путем закрепления положительных контактов проявления взаимопомощи, взаимоподдержки при проведении культурно-гигиенических процедур; 	<ul style="list-style-type: none"> • освоения культурных правил и норм в самостоятельной и совместной физической деятельности; • продолжения включения детей в ролевое взаимодействие при выполнении творческих 	<ul style="list-style-type: none"> • сохранения правильной позы за столом во время еды; умения правильно пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой, ножом) брать пищу понемногу, 	<ul style="list-style-type: none"> • проявления внимания детей к своему внешнему виду, внешнему виду другого; самостоятельного
---------------------------	---	---	--	---

	<ul style="list-style-type: none"> • осознания своих небольших достижений по самообслуживанию и признание их взрослыми; • получение радости от совместной деятельности с взрослыми и с другими детьми, расширения самостоятельности; • включения детей в ролевое взаимодействие при выполнении творческих заданий по тематике ЗОЖ; • трансляции собственного бережного отношения к своему здоровью. 	<p>заданий по тематике здорового образа жизни, обсуждения результатов собственной деятельности, деятельности других;</p> <ul style="list-style-type: none"> • трансляции бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих; • осознанного правильного использования столовых приборов (ложки, вилки), по мере необходимости – салфетки. 	<p>хорошо ее пережевывать, по мере необходимости пользоваться салфеткой;</p> <ul style="list-style-type: none"> • формирования умения при кашле и чихании отворачиваться, прикрывать рот носовым платком и пользоваться им по мере необходимости; • включения детей в ролевое взаимодействие при выполнении творческих заданий по тематике ЗОЖ, обсуждение результатов собственной деятельности, деятельности других; • демонстрации простых поручений в соответствии с просьбой взрослого и нацеленности на положительный результат; • включения детей в действия по присвоению, сохранению, приумножению опыта бережного отношения к своему организму, своему здоровью, здоровью других детей. 	<p>устранения неполадок в причёске, одежде;</p> <ul style="list-style-type: none"> • самостоятельного правильного использования во время еды столовых приборов (ложки, ножа и вилки), салфеток; • поддержания положительной мотивации к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих людей (сверстников и взрослых); • продолжения включения детей в ролевое взаимодействие при выполнении творческих заданий по тематике ЗОЖ, обсуждения результатов собственной деятельности, деятельности других; • демонстрации личного отношения к поступкам с позиции категории «полезно» – «вредно», «опасно» – «безопасно».
--	---	---	--	---

<p>«Семья»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • трансляции опыта поддержания семейных традиций, привычек ЗОЖ. 	<ul style="list-style-type: none"> • расширения словаря детей (название сезонных видов спорта, спортивных игр); • знакомства с разными видами спорта, их правилами, ходом игр, с последующим проигрыванием с членами семьи; • понимания правил спортивных игр, знание видов спорта, которыми увлекаются членами семьи. 	<ul style="list-style-type: none"> • накопления представлений о собственном здоровье и здоровье сверстников, взрослых, знаний об элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания; • проявления интереса к разнообразным видам спорта и вовлечение в свои интересы членов семьи; • расширения словаря детей (название видов спорта, спортивных игр, выдающихся спортсменов их достижений). 	<ul style="list-style-type: none"> • совершенствования представления о способах оценки собственного здоровья и самочувствия, необходимости внимания и заботы о здоровье и самочувствии близких людей; • проявления интереса к разнообразным видам спорта, проявления в семье спортивного(ых) хобби.
<p>«Здоровье»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • понимания необходимости закаливания; • овладения представлениями о полезной и вредной пище, об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека; • овладения представлениями о начальных навыках безопасного поведения в быту, в общественных местах, на природе, на дороге; • поддержания интереса к освоению навыков безопасности жизнедеятельности в современной игре. 	<ul style="list-style-type: none"> • продолжения ознакомления детей с факторами, влияющими на здоровье (продукты питания, сон, прогулки, движения, гигиена); • установления отдельных связей во взаимоотношениях между природой и человеком (природные факторы: солнце, воздух и вода); • поддержки интереса к самопознанию: ознакомлению с признаками здоровья человека, с правилами здорового сберегающего; 	<ul style="list-style-type: none"> • продолжения ознакомления детей с позитивными и негативными факторами, влияющими на здоровье; • поддержки интереса к самопознанию, ознакомлению с признаками здорового человека; с правилами здорового сберегающего, здоровьесформирующего и безопасного поведения; • совершенствования знаний о некоторых правил профилактики и охраны 	<ul style="list-style-type: none"> • накопления умений заботиться о собственном здоровье и здоровье сверстников, об оказании элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания; • совершенствования знаний о правилах профилактики и охраны здоровья: зрения, слуха, органов дыхания, движения; • совершенствования представлений о внешних

		<ul style="list-style-type: none"> • освоения представлений о строении и назначении частей тела человека; значения органов слуха и зрения в жизни человека; • обогащения представлений о необходимости закаливания; обогащения у детей представлений о культуре здоровья 	<p>здоровья; зрения, слуха, органов дыхания, движения;</p> <ul style="list-style-type: none"> • совершенствования знаний о человеческом организме; расширения представлений о пользе для здоровья закаливающих процедур, правильного питания, режим дня, занятий физкультурой и профилактикой болезней. 	<p>и внутренних особенностях строения тела человека, о человеческом организме, об основных функциях внутренних органов и отдельных физиологических систем;</p> <ul style="list-style-type: none"> • обогащения представлений о поведении, сохраняющем и укрепляющем здоровье; о полезных и вредных привычках; о поведении болеющего и здорового человека; о здоровом взаимодействии со сверстниками и взрослыми.
«Труд и творчество»	<ul style="list-style-type: none"> • формирования базовых навыков самообслуживания; • формирования целесообразности человеческой деятельности и ее влияния на жизнь человека (процесс приготовления пищи, обихаживание и ремонт жилища, лечение, закаливание). 	<ul style="list-style-type: none"> • получения знаний в области культуры здоровья при организации театрализованной деятельности, чтения; • расширения кругозора детей и их двигательного опыта на основе обогащения пространственных ориентировок; • целенаправленного знакомства с деятельностью людей для проживания полученных знаний в двигательном опыте. 	<ul style="list-style-type: none"> • накоплений представлений о душевной красоте и душевном здоровье человека; • возникновения осознанного отношения к психогигиене; • получение опыта совместной проектной деятельности в вопросах валеологической направленности (сохранения своего здоровья и здоровья других). 	<ul style="list-style-type: none"> • получения опыта совместной проектной деятельности в вопросах валеологической направленности; • совершенствования представлений о некоторых способах сохранения и приумножения здоровья, профилактики болезней, значение закаливания, занятия спортом и физической культурой для укрепления здоровья;

				<ul style="list-style-type: none"> • расширения кругозора детей и их двигательного опыта на основе обогащения пространственных ориентиров.
«Социальная солидарность»	<ul style="list-style-type: none"> • расширения мотивов человеческой деятельности для созидания собственного здоровья, заботы о себе и ближнем; • возникновения понимания важности соблюдать опрятность внешнего вида, правила гигиены (чистить зубы, причесываться, при кашле и чихании отворачиваться в сторону, прикрывая рот носовым платком, по мере необходимости пользоваться им) в повседневной жизни; • поддержки интереса к самопознанию своего организма, накоплению элементарных сведений о строении человеческого тела. 	<ul style="list-style-type: none"> • возникновения желания оказывать помощь детям друг другу, общения между детьми; • освоения правил поведения, обеспечивающих собственное здоровье и окружающих (ограничение просмотра телепередач, времени, затрачиваемого на компьютерные игры и прослушивание громкой музыки); • получения удовлетворенности от совместной деятельности оздоровительной направленности; • расширения мотивов человеческой деятельности для созидания собственного здоровья, заботы о себе и ближнем; • расширения способов самопознания через другого. • расширения представлений о целевых связях (для чего, зачем) на примере упражнений, укрепляющих различные органы и системы организма. 	<ul style="list-style-type: none"> • принятия правил поведения, обеспечивающих собственное здоровье и окружающих (ограничения просмотра телепередач, времени, затрачиваемого на компьютерные игры и прослушивания громкой музыки); • возникновения представлений о душевной красоте и душевном здоровье человека; • установления отдельных связей в мире людей (мир спортивных профессий); • понимания сущности и значимости здоровья для человека; • возникновения представлений об особенностях здоровья человека (о себе, сверстнике, взрослом), о полезных привычках; 	<ul style="list-style-type: none"> • подведения элементарному осмыслению некоторых сложных понятий (время, пространство, объем собственного тела, занимаемого в пространстве); • формирования способности принимать критику в свой адрес, умения поддержать другого в случае успеха или неудачи, обогащение освоения культурного опыта поддержки сверстника словом; • понимания детьми сущности и значимости здоровья для человека; • расширения представлений об особенностях здоровья человека (о себе, сверстнике, взрослом), о полезных и вредных привычках;

				<ul style="list-style-type: none"> • начала формирования адекватности в самооценки, позитивного отношения к себе, через признания другими реальных и возможных достижений. 	<ul style="list-style-type: none"> • обеспечени я содержательности общения со сверстниками, педагогами, родителями и детьми разного возраста по тематике ЗОЖ; • освоения различных форм проявления личностных качеств, позитивно влияющих на отношение со сверстниками: забота, доброта, сопереживание, ответственность, справедливость через знакомство с художественными произведениями по тематике ЗОЖ; • соблюдени я правил поведения, обеспечивающих собственное здоровье и окружающих (ограничение просмотра телепередач, времени, затрачиваемого на компьютерные игры и прослушивание громкой музыки).
Содержательная линия «Двигательная культурная практика»					

<p>Задачи образовательной деятельности</p>	<p>1. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростносиловые качества, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними, содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости;</p> <p>2. Развивать согласованность совместных действий в подвижных играх, при выполнении упражнений и двигательных заданий;</p> <p>3. Формировать у детей представления о отдельных видах спорта.</p>	<p>1. Формировать умения правильно выполнять основные движения;</p> <p>2. Стимулировать естественные процессы развития физических качеств – ловкости, быстроты, силы, гибкости, выносливости;</p> <p>3. Развивать координацию, ориентировку в пространстве, чувства равновесия, ритмичности.</p>	<p>1. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего поведения;</p> <p>2. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, силу, ловкость, максимальную частоту движений;</p> <p>3. Формировать представления и умения в спортивных играх и отдельных видах спорта;</p> <p>4. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).</p>	<p>1. Развивать умение точно, энергично, выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.</p> <p>2. Развивать и закреплять двигательные умения и знания в спортивных играх и спортивных упражнениях, закреплять представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.</p> <p>3. Развивать физические качества: силу, гибкость, выносливость, особенно ведущие в этом возрасте – быстроту и ловкость, координацию движений.</p> <p>Формировать осознанную потребность в двигательной активности</p> <p>4. и физическом совершенствовании.</p>
--	--	--	---	--

<p>«Семья»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • проявления уважения к семейным традициям, связанным с физическим развитием, семейным видам спорта; • обмена мнениями, эмоциями детей после активного семейного отдыха. 	<ul style="list-style-type: none"> • приобретения нравственного, эмоционального опыта заботы, помощи членам семьи. 	<ul style="list-style-type: none"> • эмоциональной вовлеченности в традицию активного выходного дня; • проявления гуманистического отношения к себе и близким, сверстникам, поддержания веры в собственные силы; • желания помочь преодолевать стресс, плохое настроение с помощью занятия физической культурой. 	<ul style="list-style-type: none"> • проявления гуманистического отношения к себе и взрослому, сверстнику, поддержания веры в собственные силы, стремления помочь при выполнении трудного задания; • проявления положительных черт характера, нравственных и волевых качеств (настойчивости, самостоятельности, смелости, честности, взаимопомощи, трудолюбия). Поддержание их развития членами семьи.
<p>«Здоровье»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • развития мотивации к лазанию, ползанию, бегу, спортивным танцам. При этом обращается внимание на выразительность и красоту движений. 	<ul style="list-style-type: none"> • принятия ценности систематических занятий физическими упражнениями по профилактике плоскостопия и формированию правильной осанки, утренней и дыхательной гимнастикой; • принятия значимости ежедневной двигательной деятельности 	<ul style="list-style-type: none"> • формирование начал неприятия негативного внешнего действия, влияния, слова; • желания систематических занятий физическими упражнениями, упражнениями по профилактике плоскостопия и формированию правильной осанки, утренней и дыхательной гимнастикой. 	<ul style="list-style-type: none"> • удовольствия от выполнения процедур личной гигиены, процессов самообслуживания и двигательной деятельности; • проявления умения сочетать различные движения в зависимости от окружающих условий; • принятия индивидуальных особенностей движения (себя и других) зависящих от телосложения и возможностей ребёнка (основы толерантности).

<p>«Труд творчество»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • увлеченности в занятиях видами спорта, посильными и привлекательными для детей данного возраста; • проявления значимости самостоятельной двигательной активности детей. 	<ul style="list-style-type: none"> • возникновения положительных эмоций к новым способам двигательной деятельности и закладывания основ спортивного поведения – спортивной этики; • желания обменяться опытом активного отдыха с использованием следующих форм: Лэпбук, фото-объясняшки и т. п.; • отражения накопленных впечатлений от достижений физической деятельностью в разных продуктах деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> • проявления красивого, грациозного ритмичного выполнения упражнений, сочетания движения с музыкой, демонстрации культуры освоения основных движений; • проявления положительных черт характера, нравственных и волевых качеств (настойчивости, самостоятельности, трудолюбия), способствующих к формированию воле к победе в дальнейшем. 	<ul style="list-style-type: none"> • желания обменяться, поделиться опытом активного отдыха через различные формы: буктрейлер, баннеры, рукотворные книги, проекты; • проявления чувства удовлетворения при выполнении трудового задания и достижения при этом хорошего результата; • проявления желания красивого грациозного и ритмичного выполнения упражнений, сочетания движений с музыкой, демонстрации культуры освоения основных движений; • проявления интереса к самостоятельному выполнению творческих заданий для иллюстрации спортивного семейного досуга детей в выходной день, во время отпуска: создать «маршрут выходного дня», оформить Лэпбук, представить фото-объясняшки.
------------------------------	--	---	--	--

<p>«Социальная солидарность»</p>	<ul style="list-style-type: none"> ценностного отношения и поддержки интереса к занятиям физической культурой; возникновения эмоциональной отзывчивости на «удачи» и «неудачи» в выполнении физических упражнений (сочувствовать, переживать, радоваться); проявления у детей ощущения душевного удовлетворения, удовольствия, радости от совместной активной двигательной деятельности; укрепления дружеских взаимоотношений со сверстниками в совместной физкультурной деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> формирования положительных черт характера, нравственных и волевых качеств (самостоятельности, честности, взаимопомощи); поддержки дружеских взаимоотношений со сверстниками во время подвижных игр и элементов спортивных игр; проявления эмоциональной отзывчивости на «удачи» и «неудачи» в выполнении физических упражнений (сочувствия, переживания, радости); принятия аксеологической значимости считалок, мирилок для разрешения конфликтных ситуаций. 	<ul style="list-style-type: none"> расширения мотивов, которыми дети руководствуются при организации целенаправленной, зависимой от их эмоционального состояния, самостоятельной деятельности; эмоциональной отзывчивости на удачу и неудачу в выполнении физических упражнений (сочувствия, переживания, радости), освоения культурного опыта поддержки сверстника словом. 	<ul style="list-style-type: none"> демонстрации личных вкусов детей в выборе движения (одним больше нравится бегать и прыгать, другим – играть с мячом и .т. д. нередко детям нравятся те упражнения, которые лучше получаются), проявления уважения и толерантности к предпочтениям других; поддержания индивидуальных интересов детей; формирования активной социальной позиции: развития мотивационной сферы личности, способности рефлексировать, осознавать собственное «Я», способности адекватно оценивать свои достижения и достижения других; использования мотивов достигать качественного выполнения движений; получения удовольствия от соревновательного характера спортивных состязаний, от возможности помериться силой и ловкостью со сверстниками
----------------------------------	--	--	---	---

Деятельностная составляющая культурной практики	«Семья»	<ul style="list-style-type: none"> • привлечения детей, членов их семьи к двигательной деятельности; • активизации спортивной деятельности семей, вовлечения в активный семейный отдых. 	<ul style="list-style-type: none"> • проявления достаточной самостоятельности и активности действий в разных видах деятельности, в выполнении поручений; • возникновения потребности вступать в общение с взрослыми и сверстниками при выполнении спортивных упражнений, в подвижных играх. 	<ul style="list-style-type: none"> • участия детей в кратковременных походах; • проявления самостоятельности и активности действий в разных видах деятельности, помощи членами семьи, самостоятельной целенаправленной полезной деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> • активизации досуговой, туристической деятельности (экскурсии, походы, соревнования, посещение физкультурных праздников).
	«Здоровье»	<ul style="list-style-type: none"> • умения соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве; • развития умений сохранять правильную осанку в положении сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии; <ul style="list-style-type: none"> • соблюдение дистанции во время движения; правильного освоения (не нанося ущерб организму) спортивного оборудования, инвентаря; аккуратного и бережного обращения с ним; • освоения детьми правил (умений): <ul style="list-style-type: none"> - энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве; 	<ul style="list-style-type: none"> • обогащения опыта участия в спортивных играх, их разнообразии и пользе; совершенствования физических качеств: скоростно-силовых качеств, быстроты реакции на сигналы и действия в соответствии с ними; координацию, общую выносливость, силу, гибкость; • развития моторной памяти и двигательного воображения; • закрепления навыков предыдущей возрастной группы, освоения детьми правил (умений): <ul style="list-style-type: none"> - новых сочетаний движений; - ходьбы «змейкой», огибая расставленные предметы и пособия; 	<ul style="list-style-type: none"> • обогащения двигательного опыта детей в разнообразной двигательной активности; • продолжения формирования правильной осанки; развития физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности; • дальнейшего совершенствования умений и навыков, усвоения новых способов сложно координированных движений: <ul style="list-style-type: none"> - координационных движений (прыжки на батуте, ходьба и бег по наклонным бумам, прыжки с разбега, действия с мечом); 	<ul style="list-style-type: none"> • возможности различения пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела; • повышения двигательной насыщенности режима дня (включения большего количества подвижных игр, соревнований), работоспособности; • обогащения предпосылок целенаправленного развития у детей разнообразных психофизических качеств: ловкости, скоростных, скоростно-силовых, гибкости, выносливости, координации и точности

		<p>– сочетать отталкивание с взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие в прыжках в длину и высоту с места;</p> <p>– ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движения рук и ног;</p> <p>– принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места;</p> <p>– энергично отталкивать мячи при катании, бросании, ловить мяч двумя руками одновременно;</p> <p>– ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы, перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).</p>	<p>– пространственной ориентировке при беге;</p> <p>– разных способов ползания на четвереньках, с опорой на колени и предплечья, пальцы рук вытянуты вперёд;</p> <p>– выполнение простых прыжков: поскоков, спрыгивания с предмета и прыжков в длину с места;</p> <p>– разных способов ползания: на четвереньках, с опорой на колени и предплечья, пальцы рук вытянуты вперёд;</p> <p>– отработки техники лазания по гимнастической стенке переменным шагом;</p> <p>– совершенствования координации, ориентировки в пространстве, чувства равновесия, ритмичности, глазомера;</p> <p>– прыжков, метания и бросания предметов вдаль, ловли, техники выполнения движений.</p>	<p>– поддержания равновесие тела в различных условиях;</p> <p>– согласованных движений рук и ног, уверенного широкого шага и хорошей ориентировки в пространстве;</p> <p>– легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры;</p> <p>– бегать наперегонки, с преодолением препятствий;</p> <p>– лазать по гимнастической стенке, меняя темп; – прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбежаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении;</p> <p>– сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе; – принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди);</p>	<p>выполнения действий;</p> <ul style="list-style-type: none"> • продолжения формирования правильной осанки; • формирования умения дошкольников произвольно направлять свое внимание на мышцы, участвующие в движении, развития умения различать и сравнивать мышечные ощущения; • обогащения умения соотносить характер ощущений («напряжение» – «расслабление», «тяжесть» – «легкость» и др.) с характером движений, сопровождаемых этими ощущениями «сила» – «слабость», «резкость» – «плавность», темп, ритм); • продолжения упражнения детей в статическом и динамическом равновесии, развития координации движений и ориентировки в пространстве; <p>– дальнейшего совершенствования основных видов движений: соблюдать заданный темп в ходьбе и беге;</p>
--	--	--	---	--	--

				<p>– ходить, бегать с соблюдением красоты, легкости и грации движений, демонстрировать пластичность и выразительность двигательных возможностей.</p>	<p>– навыков перестроений, лазанья и ползания, бросания и ловли мяча, метания в</p> <ul style="list-style-type: none"> – цель; – соотносить движения друг с другом в более сложных упражнениях и играх, точно выполнять упражнения и движения в разном темпе и ритме с сохранением равновесия, сохранять координацию и ориентацию в пространстве; – сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега; – добиваться активного движения кисти руки при броске; – перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали; – быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном взрослом темпе.
--	--	--	--	--	--

<p>«Труд и творчество»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • повышения мотивации на выполнение творческих заданий для иллюстрации спортивного семейного досуга детей в выходной день, во время отпуска: создать «маршрут выходного дня», оформить Лепбук, представить фото-объясняшки. Тем самым побуждая остальных детей присоединиться к активному спортивному досугу (большую часть работы ребенок проделывает с помощью взрослых); - развития активности и творчества детей в процессе двигательной деятельности, подвижных игр, выполнении физических упражнений; - овладения умением организовывать игры с правилами, со сменой видов движений; - творческого использования двигательных умений и навыков детей в самостоятельной двигательной деятельности; - побуждения детей принимать участие в трудовых действиях по уборке игрового оборудования; - обогащения двигательного опыта детей разнообразными видами физических 	<ul style="list-style-type: none"> • проявления интереса к выполнению творческих заданий для иллюстрации спортивного семейного досуга детей в выходной день, во время отпуска: создать «маршрут выходного дня», оформить Лепбук, представить фотообъясняшки. Тем самым побуждая остальных детей присоединиться к активному спортивному досугу (большую часть работы ребенок проделывает с помощью взрослых); - приобретения навыков строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построении; - включения детей в элементы спортивных игр; - проявления интереса к разнообразным физическим упражнениям, действиям со спортивным инвентарем; - становления и развития игр разной степени подвижности, с различным двигательным содержанием, с инвентарем и без него, в помещении, на воздухе; - проявления преднамеренного и целеустремленного характера движений (поддержки желания выполнять физические упражнения, следить за 	<ul style="list-style-type: none"> • проявления интереса к самостоятельному выполнению творческих заданий для иллюстрации спортивного семейного досуга детей в выходной день, во время отпуска: создать «маршрут выходного дня», оформить Лепбук, представить фото-объясняшки; - приобщения детей к физическим упражнениям и играм, основанным на текущих и перспективных интересах детей; - совершенствования основных видов движений, что благоприятно сказывается на развитии волевых качеств; - целенаправленного воспитания и развития у детей разнообразных психофизических качеств: ловкости, скоростных, скоростных-силовых, гибкости, выносливости, координации и точности выполнения действий; - удовлетворения высокой потребности в движениях, стимулирования желания активно включаться в процесс физического развития; - проявления 	<ul style="list-style-type: none"> - совершенствования навыков выполнения спортивных упражнений, с целью дальнейшего успешного определения в специализации по видам спорта и развития таланта; - совершенствования техники основных движений, добиваться естественности, лёгкости, точности, выразительности выполнения; - проявления большей выдержки и настойчивости в процессе целенаправленного повторения упражнений; - совершенствования всех видов основных движений, что благоприятно сказывается на развитии волевых качеств; - проявления умения самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними; - поддержки желания осознанно использовать приобретенные двигательные навыки в различных условиях; проявления выдержки, настойчивости,
----------------------------	---	--	---	--

	<p>упражнений и подвижных игр, разнообразных движений и игр с музыкой, художественным словом, пением, предметами и игрушками;</p> <p>- приобретения опыта участия в подвижных играх сюжетного, бессюжетного, развлекательного характера (игры-забавы).</p>	<p>положением и движениями частей своего тела);</p> <p>обогащения двигательного опыта детей, способствующего проявлению желания испробовать свои силы в более сложные упражнения;</p> <p>- обогащения моторики разнообразными способами действий с опорой на растущее двигательное воображение детей;</p> <p>- активности и творчества детей в процессе двигательной деятельности, выразительности и красоты движений.</p>	<p>преднамеренного и целеустремленного характера движений (добиваться качества выполнения основных движений и общеразвивающих упражнений, сохранять правильную осанку);</p> <p>- активности и творчества детей в процессе двигательной деятельности, выразительности и красоты движений;</p> <p>- отражения накоплений впечатлений от достижений физической деятельностью в разных продуктах детской деятельности: создание «маршрута выходного дня»;</p> <p>- помощи взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.</p>	<p>решительности, творчества, фантазии в процессе двигательной деятельности;</p> <p>- проявления творческих способностей. Умения самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения;</p> <p>- развития способности целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кисти и пальцев рук и др.,</p> <p>- выработки эстетического отношения к ритмичным, ловким и грациозным движениям.</p>
--	--	--	--	---

<p>«Социальная солидарность»</p>	<ul style="list-style-type: none"> • получения навыков действовать совместно с взрослыми и сверстниками при выполнении физических упражнений; • приобретения навыков строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построении; • проявления желания играть с взрослыми и сверстниками с использованием различных предметов: каталок, автомобилей, тележек, велосипедов, мячей, шаров; • выполнения основных правил реагирования на сигналы «беги», «лови», «стой» и другое; правил в подвижных играх; введения и принятия традиций, связанных с двигательной деятельностью: общее групповое приветствие «Физкульт-Ура», форма (или общая атрибутика) для занятий физической культурой; • воспитания самостоятельности и инициативности в организации знакомых игр. 	<ul style="list-style-type: none"> • поддержания желания ребенка стать ведущим в процессе выполнения упражнений; • поддержки инициативы участия детей в подвижных играх; • проявления сотрудничества и помощи друг другу при выполнении основных упражнений, упражнений в подвижных играх; • соблюдения правил игры; овладения умением различать основные виды движений, их назначение, частичного овладения умением выделять наиболее существенные элементы движений; • обсуждения результатов своих действий, спортивных достижений; • движения в соответствии с образцом; • возможности брать на себя роли в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры; • поддержания традиций, связанных с двигательной деятельностью: • общее групповое приветствие «Физкульт-Ура», форма (или общая атрибутика) 	<ul style="list-style-type: none"> • проявления активности, настойчивости, самостоятельности, смелости, честности, взаимопомощи, выдержки и организаторских навыков при участии в спортивных мероприятиях, организации и игре в подвижные игры; • поддержки желания организовывать по собственной инициативе подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками; • переключения на другие виды деятельности; • проявления детьми желания самостоятельно организовывать подвижные игры с правилами, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения; • проявления желания участвовать в спортивных играх (городки, бадминтон, элементы футбола, хоккея, баскетбола и др.); • - приобретения опыта свободного использования спортивного инвентаря и физкультурного оборудования; 	<ul style="list-style-type: none"> • удовлетворения потребности в ежедневной двигательной активности; • проявления достаточной самостоятельности к активности действий в разных видах деятельности; • справедливого оценивания своих результатов и результатов товарищей, своего поведения и поведения сверстников, проявления дружеской взаимопомощи; • проявления желания участия в спортивных играх с партнером (городки, бадминтон, элементы баскетбола, футбола, хоккея, настольного тенниса и др.), умение находить и привлекать партнера для игры.
----------------------------------	---	--	---	---

			для занятий физической культурой.	<ul style="list-style-type: none"> • получения ребенком опыта включения в выполнение упражнений, организацию игр в микро-группах со сверстниками; • проявления сотрудничества, кооперации в совместной двигательной деятельности с другими детьми, помощи друг другу: • в выполнении основных движений, различных гимнастических упражнений; – при включении в игры с заранее установленными правилами (подвижные игры, игры с элементами соревнования, спортивных игр, эстафет). 	
Когнитивная составляющая культурной практики	«Семья»	<ul style="list-style-type: none"> • расширения словаря детей (название движений, их сочетаний, предметов, используемых в двигательной деятельности, направления движения в пространстве) через проговаривание в условиях семьи и дошкольного учреждения; • приобщения детей к физическим упражнениям и играм, проводимым в семье. 	<ul style="list-style-type: none"> • расширения словаря детей (предметы, используемые в двигательной деятельности, направления движения в пространстве, разная интенсивность игр, слова-антонимы). 	<ul style="list-style-type: none"> • знакомства с новыми способами сложно координированных действий (прыжков с разбега, действий с мячом, торможения во время спуска на лыжах с гор, прыжков на батуте, ходьбы и бега по наклонным бумам и т. д.), поддержки ребенка при их освоении, совместным со взрослым освоением; • подведения детей к элементарному осмыслению некоторых сложных понятий 	<ul style="list-style-type: none"> • обогащения знаний спортивных играх и упражнениях, существующих в спортивных секциях и группах; • поддержки семейного интереса и физической культуре, и спорту, к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол),

			(время) и закрепления через организации помощи членам семьи (посмотри, пожалуйста, сколько время, выключи свет через пять минут, позвони бабушке через час...).	отдельным достижением в области спорта; <ul style="list-style-type: none"> • накопления знаний о потребностях для похода, экскурсии, прогулки.
«Здоровье»	<ul style="list-style-type: none"> • ознакомления детей с условиями для занятий физическими упражнениями, с техникой их выполнения; • обогащения представлений о безопасном поведении во время выполнения физических упражнений на примере героев мультфильмов. 	<ul style="list-style-type: none"> • накопления и обогащения двигательного опыта ребенка: овладения разнообразными видами движений (ходьба, бег, лазанье, прыжки, бросание); • обогащения представлений об условиях для занятий физическими упражнениями, о технике их выполнения и правилах техники безопасности; • обогащения представлений о безопасном поведении в ходе выполнения физических упражнений, во время подвижных игр. 	<ul style="list-style-type: none"> • знания основ безопасного поведения в ходе выполнения физических упражнений, во время подвижных игр. 	<ul style="list-style-type: none"> • расширения представлений о пользе для здоровья закаливающих процедур, правильного питания, режима дня, занятий физкультурой и профилактики болезней; • обогащения представителей о строении и работе важнейших органов и систем организма; • знания способов безопасного поведения в ходе выполнения физических упражнений, во время подвижных игр.
«Труд и творчество»	<ul style="list-style-type: none"> • расширения кругозора детей через обогащение спектра сюжетов подвижных игр; • обогащения знаний детей о предметном содержании рукотворного мира (целевое назначение и функции 	<ul style="list-style-type: none"> • расширения представлений применения спортивного инвентаря (например, мячи, виды мячей и их назначение); • знакомства с понятием «последовательность» при 	<ul style="list-style-type: none"> • поддержки желания устанавливать связи между сезонными явлениями природы и спортивно-игровой деятельностью; • расширения представлений о целевых связях (для чего, зачем) на 	<ul style="list-style-type: none"> • поддержания интереса к освоению и самостоятельному участию детей в разнообразных подвижных играх с правилами, организации игр, соревнований, комбинированию

	<p>спортивного инвентаря), о предметах-заместителях;</p> <ul style="list-style-type: none"> • целенаправленного знакомства с деятельностью людей и миром природы (действия животных, птиц, движения транспорта, предметная деятельность людей) для применения полученных знаний в двигательном опыте. 	<p>разучивании новых видов движений;</p> <ul style="list-style-type: none"> • пополнения альбома «Азбука движения», «Я и спорт»; • расширения кругозора детей и их двигательного опыта на основе обогащения спектра подвижных игр. 	<p>примере упражнений, укрепляющих различные органы и системы организма.</p>	<p>подвижных игр, придумыванию новых;</p> <ul style="list-style-type: none"> • стимулирования интереса к физической культуре, к ежедневным занятиям и подвижным играм.
«Социальная солидарность»	<ul style="list-style-type: none"> • интереса к совместной деятельности ребенка с взрослыми и сверстниками; • проявления эмоциональной отзывчивости, доброжелательного отношения друг к другу во время двигательной активности. 	<ul style="list-style-type: none"> • проявления желания поддерживать беседу на темы, связанные с ЗОЖ и видами спорта; • проявления желания соблюдать правила и договариваться друг с другом во время подвижных игр; • понимания детьми собственных целей при участии в двигательной деятельности; • целенаправленного знакомства с деятельностью людей (хобби, профессии связанные со спортом, объекты спортивной инфраструктуры) для проживания полученных знаний в двигательном опыте. 	<ul style="list-style-type: none"> • овладения знаниями о ведущих спортивных направлениях и видах спорта; • проявления интереса к некоторым видам спорта, спортивным достижениям и событиям спортивной жизни нашей страны, олимпийским победам; • стимулирования интереса к физической культуре, к ежедневным занятиям и подвижным играм; • сопереживания за общую победу в соревнованиях и эстафетах, принятия собственных возможностей и радости от достигнутых результатов, превалирующих предыдущие результаты; • расширения кругозора детей и их двигательного опыта на основе обогащения 	<ul style="list-style-type: none"> • расширения представлений о душевной красоте и душевном здоровье человека; • подведения детей к элементарному осмыслению некоторых сложных понятий (время, пространство, объем собственного тела в пространстве); • возникновения желания знать правила и самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами; • развития умения объяснять, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, идет на лыжах, едет на велосипеде и т. п., различия скорости, направления движения, смену темпа, ритма;

			пространственных ориентировок.	<ul style="list-style-type: none">• проявления интереса к спортивным достижениям России, о победах на Олимпиаде и другое;• сопереживания за общую победу в соревнованиях и эстафетах, принятия собственных возможностей и радости от достигнутых результатов,• превалирующих предыдущие результаты.
--	--	--	--------------------------------	---

РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

3.1. Организации предметно-пространственной среды

Г. Инвариантная часть РППС	
Содержание	Количество
Универсальный спортивный зал	
Гимнастическая палка пластмассовая	25
Гимнастический коврик	22
Дорожка гимнастическая	1
Доска наклонная	1
Доска с ребристой поверхностью	1
Дуги для подлезания	4
Измеритель высоты установки планки для прыжков в высоту	1
Канат для перетягивания	2
Комплект гантелей	1
Корзинка для мячей	1
Лента гимнастическая	20
Мат гимнастический (стандартный)	2
Мяч для метания	10
Мяч набивной (0,5 кг)	4
Мяч футбол (диаметр не менее 65 см)	5
Набор мячей (разного размера, резина) (не менее 5 шт.)	6
Обруч (малого диаметра)	20
Обруч (среднего диаметра)	20
Палочка эстафетная	4
Свисток	1
Секундомер	1

Скакалка детская	20
Скамейка гимнастическая универсальная	5
Стеллаж для инвентаря	1
Стойки для прыжков в высоту (комплект)	2
Дополнительное и вариативное оборудование для подвижных игр и спортивных мероприятий	
Снарядная	
Аптечка универсальная для оказания первой медицинской помощи (в соответствии с приказом № 822н)	1
II. Вариативная часть РППС зала	
Универсальный спортивный зал	
Лыжи (комплект с креплениями и палками)	20
Нагрудные номера	8
Секундомер (электронный)	1
Степ-платформа	15

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

Помещение	Техническое обеспечение
Спортивный зал	Спортивные скамейки. Наклонные доски. Ребристые доски. Спортивные маты, коврики. Комплекты скакалок, обручей, гимнастических палок, мячей, дисков, и др нетрадиционное оборудование. Шкафы для используемых пособий, игрушек, атрибутов и прочего материала. Подборка дисков с музыкальными произведениями.
Спортивная площадка (на территории детского сада)	Площадка для спортивных игр, площадка для проведения праздников на улице подвижных игр. Оборудование для подлезания, лазания Лыжи, городки, мячи и т.д.

Учебно-методическое сопровождение программы:

Физическое развитие	Желобкович Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду. Младшая группа (3–4 года). Желобкович Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа (4–5 лет). Желобкович Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа (5–6 лет). Желобкович Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная школе группа (6–7 лет).
---------------------	--

3.3. Образовательная нагрузка

Образовательная область	Занятие ²	Младшая разновозрастная группа от 1,3 до 3 лет	Средняя разновозрастная группа от 3 до 5 лет	Старшая разновозрастная группа от 5 до 7 лет
Физическое развитие	Физкультура в помещении	Зр./30 мин.	Зр./60 мин.	2р./50 мин.
	Физкультура на прогулке			1р./25 мин.

Расписание ООД по физическому развитию

Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Младшая разновозрастная группа от 1,3 до 3 лет	-	9:00 – 9:15	9:00 – 9:15	-	9:00 – 9:15
Средняя разновозрастная группа от 3 до 5 лет	-	9:30 – 9:50	-	-	9:30 – 9:50
Старшая разновозрастная группа от 5 до 7 лет	9:00 – 9:25	-	9:35 – 10:00	-	- 10:15 – 10:4 (улица)

Циклограмма распределения рабочего времени инструктора по ФИЗО

Время	Содержание работы
Понедельник	
8:00–9:00 8:10–8:20 8:50–9:00	Подготовка к ООД Утренняя гимнастика в возрастных группах Проветривание спортивного зала
9:00–9:25	ООД по расписанию в спортивном зале
9:25–9:40	Проветривание спортивного зала. Подготовка к ООД
9:40–10:10	ООД по расписанию в спортивном зале
10:10–10:20	Проветривание спортивного зала. Подготовка к ООД

² На любом занятии решаются задачи социально-коммуникативного развития детей.

10:20–10:50	ООД по расписанию в спортивном зале
10:50–11:36	Индивидуальная работа с детьми. Методическая работа Взаимодействие с воспитателями, родителями
Вторник	
8:00–9:00 8:10–8:20 8:50–9:00	Подготовка к ООД Утренняя гимнастика в возрастных группах Проветривание спортивного зала
9:00–9:15	ООД по расписанию в спортивном зале
9:15–9:30	Проветривание спортивного зала. Подготовка к ООД
9:30–9:50	ООД по расписанию в спортивном зале
9:50–10:20	Проветривание спортивного зала. Подготовка к ООД
10:20–10:50	ООД по расписанию в спортивном зале
10:50–11:36	Кружковая работа. Методическая работа. Взаимодействие с воспитателями, родителями.
Время	Содержание работы
Среда	
8:00–9:00 8:10–8:20 8:50–9:00	Подготовка к ООД, взаимодействие с педагогами и родителями Утренняя гимнастика в возрастных группах Проветривание спортивного зала
9:00–9:15	ООД по расписанию в спортивном зале
9:15–9:35	Проветривание спортивного зала. Подготовка к ООД
9:35–10:00	ООД по расписанию в спортивном зале
10:00–10:20	Проветривание спортивного зала. Подготовка к ООД
10:20–10:50	ООД по расписанию в спортивном зале
10:50–11:36	Кружковая работа. Методическая работа. Взаимодействие с воспитателями, родителями.

Четверг	
8:00–9:00 8:10–8:20 8:50–9:00	Подготовка к ООД, взаимодействие с педагогами и родителями Утренняя гимнастика в возрастных группах Проветривание спортивного зала
9:00–9:20	ООД по расписанию в спортивном зале
9:20–9:34	Проветривание спортивного зала. Подготовка к ООД
9:40–10:10	ООД по расписанию в спортивном зале
9:50–10:00	Проветривание спортивного зала. Подготовка к ООД на улице
10:15–10:50	ООД по расписанию на улице.
11:00–11:30	ООД по расписанию на улице.
Пятница	
8:00–9:00 8:10–8:20 8:50–9:00	Подготовка к ООД, взаимодействие с педагогами и родителями Утренняя гимнастика в возрастных группах Проветривание спортивного зала
9:00–9:15	ООД по расписанию в спортивном зале
9:15–9:30	Проветривание спортивного зала. Подготовка к ООД
9:30–9:50	ООД по расписанию в спортивном зале
10:50–11:36	Индивидуальная работа с детьми. Методическая работа. Взаимодействие с воспитателями, родителями

3.4. Взаимодействие инструктора по физической культуре со специалистами

Примерный план работы с педагогами

Форма проведения	Содержание работы	Участники
Сентябрь		
Мониторинг	Провести диагностику физической подготовленности дошкольников	Медицинская сестра, воспитатели возрастных групп
Тематическая встреча	Организовать совместную работу с музыкальным руководителем и воспитателями по подготовке к осенним досугам.	Инструктор по ФИЗО, музыкальный руководитель, воспитатели

Консультация	Провести консультацию для педагогов старшей групп «Туристические походы и экскурсии как средство оздоровления и активации двигательной активности детей»	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Октябрь		
Консультация	Провести индивидуальную консультацию по результатам диагностики физической подготовленности детей	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Тематическая встреча	Организовать совместную работу с музыкальным руководителем и воспитателями по подготовке ко Дню матери	Инструктор по ФИЗО, музыкальный руководитель, воспитатели
Ноябрь		
Консультация	Организовать подготовку детей к участию в соревнованиях, состязаниях	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Тематическая встреча	Подобрать информационный материал для уголка родителей по запросам воспитателей	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Декабрь		
Тематическая встреча	Организовать беседу «Обучение детей ориентировке в пространстве»	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Консультация	Подготовить папку-передвижку «Спортивные упражнения по ФОП ДО: советы педагогам»	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Январь		
Тематическая встреча	Организовать подготовку к зимнему празднику «Зимние игры» и «Подарки для снежных чемпионов»	Инструктор по ФИЗО, музыкальный руководитель, воспитатели
Консультация	Оказать помощь педагогам в оформлении выставки рисунков «Зимние забавы»	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Февраль		
Тематическая встреча	Организовать совместную работу с музыкальным руководителем и воспитателями по подготовке к досугу «Зарница», «Хочу в армии служить!», «Мы храбрые ребята»	Инструктор по ФИЗО, музыкальный руководитель, воспитатели
Консультация	Подготовить консультацию «Комплексы упражнений по кинезиологии»	Инструктор по ФИЗО, медицинская сестра, воспитатели
Март		
Тематическая встреча	Организовать совместную работу с музыкальным руководителем и воспитателями по подготовке к досугам «От планеты к планете», «Собери планеты все»	Инструктор по ФИЗО, музыкальный руководитель, воспитатели
Подготовка наглядного материала	Подготовить наглядный материал «Подвижные игры в теплый период года. Организация и методика»	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Апрель		

Консультация	Подготовить консультацию «Подвижные игры и физические упражнения на прогулке»	Инструктор по ФИЗО, воспитатели
Тематическая встреча	Организовать спортивный досуг «День космонавтики»	Инструктор по ФИЗО, музыкальный руководитель, воспитатели
Май		
Выступление с докладом	Поучаствовать в педагогическом совете по итогам работы за год	Все педагоги ДОО
Тематическая встреча	Организовать подготовку к летнему празднику «Здравствуй, лето!»	Инструктор по ФИЗО, музыкальный руководитель, воспитатели

3.5. Календарный план воспитательных событий

Календарный план воспитательных событий

№	Дата	Воспитательное событие	Формы организации образовательного процесса			
			От 3 до 4 лет	От 4 до 5 лет	От 5 до 6 лет	От 6 до 7 лет
	1 сентября	День знаний		Беседа	Познавательный досуг	
	27 сентября	Международный день туризма	Экскурсия по участку детского сада	Поход с участием родителей «По родному краю с рюкзаком шагаю»		
	5 октября	День учителя		Беседа	Сюжетно-дидактическая игра «В школе»	
	16 октября	Всемирный день хлеба	Беседа		ТОП ³ «Откуда хлеб пришел»	
	24-27 октября		Осенний праздник			
	4 ноября	День народного единства			Музыкально-спортивный досуг	
	10 ноября	День сотрудника органов внутренних дел			Презентация	
	26 ноября	День матери в России	Беседа		Праздничные мероприятия	
	30 ноября	День Государственного герба Российской Федерации		ТОП «Что может герб нам рассказать?»		
	26-29 декабря	Новогодний утренник	Праздничные мероприятия			
	9-12 января		Неделя зимних игр и забав			
	8 февраля	День Российской науки		ТОП «Хочу все знать»		

³ ТОП – тематический образовательный проект

21 февраля	День родного языка	Девиз дня «Богат и красив наш русский язык» (сопровождение всех режимных моментов произведениями устного народного творчества)		
23 февраля	День защитника Отечества		Беседа	Развлечение
8 марта	Международный женский день	Утренники, посвящённые 8 Марта		
12 апреля	День космонавтики	Досуг «К звездам»		
		Весенние праздники «К нам весна шагает»		
1 мая	День весны и Труда	Трудовая акция		
9 мая	День Победы		Акция «Георгиевская лента», музыкальный праздник	
1 июня	Международный день защиты детей	Музыкальное развлечение		
6 июня	Пушкинский день России		ТОП «Сказки Пушкина»	
6 июня	День русского языка			
8 июля	День семьи, любви и верности	Праздник с участием родителей «Вся семья вместе!»		
12 августа	День физкультурника		Музыкально-физкультурный досуг	
22 августа	День Государственного флага Российской Федерации			Беседа, презентации

ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Планирование образовательной деятельности

Примерный тематический план для организации деятельности детей в различных культурных практиках

Тема	Возрастная категория детей	
	младший дошкольный возраст	старший дошкольный возраст
Ценность «Здоровье»		
Бабушкин совет: народные традиции оздоровления		+
Я люблю тебя жизнь...		+
Здоровья желаю: воля в преодолении трудностей	+	+
Я и мое здоровье, мои возможности	+	+
Я расту: полезное питание		+
Я и мое поведение	+	+

