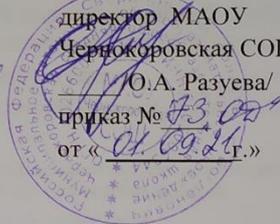


Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области
МКУ УО ГО Богданович
муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Чернокоровская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрено: на заседании
ШМО протокол № 1
от 31.08.2021

Согласовано:
зам. дир. по УВР
Е.А. Флягина
от 01.09.2021

Утверждено:
директор МАОУ
Чернокоровская СОШ
О.А. Разуева
приказ № 73.08
от «01.09.21г.»



**Рабочая программа по
«Физической культуре»
для детей 6-7 года жизни
(Срок реализации 3 года)**

Составитель:
Инструктор по физической культуре
Бердюгина Оксана Михайловна

с. Чернокоровское 2021г.

Содержание

I. Целевой раздел программы	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цели и задачи реализации программы	3
1.2.1. Обязательной части программы	3
1.2.2. Части программы, формируемой участниками образовательных отношений	4
1.3. Принципы и подходы к формированию программы	4
1.3.1. Обязательной части программы	4
1.3.2. Части программы, формируемой участниками образовательных отношений	6
1.4. Значимые для разработки и реализации программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста	7
1.5. Планируемые результаты освоения программы	10
1.5.1. Обязательной части программы	10
1.5.2. Части программы, формируемой участниками образовательных отношений	11
II. Содержательный раздел программы	11
2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребёнка, представленными в области физическое развитие в обязательной части программы	11
2.2. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребёнка, представленными в области физическое развитие в части программы формируемой участниками образовательных отношений	18
2.3. Интеграция образовательных областей	23
2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы в обязательной части программы и части формируемой участниками образовательных отношений	24
2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	27
III. Организационный раздел программы	32
3.1. Материально-техническое обеспечение в обязательной части программы и части формируемой участниками образовательных отношений	32
3.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания	33
3.3. Распорядок и режим дня	34
3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий в обязательной части программы и части формируемой участниками образовательных отношений	41
3.5. Особенности организации предметно-пространственной среды	43

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа (далее-Программа) разработана в соответствии с основной образовательной программой Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение Чернокоровская средняя общеобразовательная школа группа общеразвивающей направленности, далее (школа, ГОН) с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию различных видов сохранения и укрепления здоровья детей. Программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (Приказ от 17 октября 2013 года № 1155) и Примерной основной образовательной программы дошкольного образования.

Полноценное физическое развитие ребёнка дошкольного возраста - это прежде всего своевременное формирование двигательных навыков и умений; развитие интереса к различным, доступным ребёнку видам движений; воспитание положительных нравственно-волевых черт характера личности; содействие в стимулировании деятельности сердечно -сосудистой и дыхательной систем, в формировании опорно-двигательного аппарата, как основу правильной осанки. Большое значение для развития дошкольника приобретают занятия физической культуры не только в зале, но и на улице, они являются одним из средств закаливания и профилактики заболеваний.

Данная программа обеспечивает развитие детей в возрасте от 6 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению – «Физическое развитие».

1.2 Цели и задачи реализации программы

1.2.1 Обязательной части программы

Цель программы: построение целостной системы с активным взаимодействием всех участников педагогического процесса, обеспечивающей оптимальные условия для перехода на новый, более высокий уровень работы по физическому развитию детей, формированию у них физических способностей и качеств с учетом их психофизического развития, индивидуальных возможностей и склонностей, обеспечивающей охрану и укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни.

Для достижения цели программы первостепенное значение имеет **решение следующих задач:**

- развитие физических качеств — скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации;

- накопление и обогащение двигательного опыта детей — овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье);
- формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;
- воспитание здорового, жизнерадостного, жизнестойкого, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка
- формирование ценностей здорового образа жизни.

1.2.2. Части программы, формируемой участниками образовательных отношений

Часть программы, формируемой участниками образовательных отношений реализуется с учётом парциальной программы физического развития детей дошкольного возраста «Малыши крепыши» (О.В. Бережнова, В.В. Бойко).

Цель:

Охрана и укрепление физического и психического здоровья ребёнка, формирование привычки к здоровому образу жизни, развитие его физических качеств и совершенствование двигательных навыков.

Задачи:

- приобретение детьми опыта в двигательной деятельности (выполнение упражнений, нацеленных на развитие координации гибкости);
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становление ценностей ЗОЖ;
- создание условий для укрепления и охраны здоровья детей;
- приобщение детей к физической культуре.

1.3 Принципы и подходы к формированию программы

1.3.1 Обязательная часть программы

Программа разработана на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года №1155;

С использованием следующих нормативных правовых документов:

-Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. N 1014 г. "Об утверждении Порядка организации и

осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования";

-Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";

-Постановление Главного государственного санитарного врача СанПиНом 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций";

Программа разработана с учетом:

-Программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Рабочая программа ориентирована на использование учебно-методического комплекта: Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа».

Принципы к формированию программы:

- принцип развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- принцип научной обоснованности и практической применимости (соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики);
- принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников;
- комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса;
- принцип культуросообразности. Учитывает национальные ценности и традиции в образовании;
- программа соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму»);
- обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в ходе реализации которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию дошкольников.

Подходы:

программа построена на позициях гуманно-личностного отношения к ребёнку и направлена на его всестороннее развитие, формирование духовных и общечеловеческих ценностей, а также интегративных качеств;

-*индивидуальный подход* к воспитанию и обучению детей в школе ГОН, определяется как комплекс действий педагога, направленный на выбор методов, приёмов

и средств воспитания и обучения в соответствии с учётом индивидуального уровня подготовленности и уровнем развития способностей воспитанников;

-деятельностный подход направлен на организацию целенаправленной деятельности в общем контексте образовательного процесса: ее структурой, взаимосвязанными мотивами и целями; видами деятельности (нравственная, познавательная, трудовая, художественная, игровая, спортивная и другие); формами и методами развития и воспитания; возрастными особенностями ребёнка при включении в образовательную деятельность;

-культурно-исторический подход предусматривает развитие ребёнка по двум линиям. Первая следует путём естественного созревания, вторая состоит в овладении культурными способами поведения и мышления. Развитие мышления и других психических функций происходит в первую очередь через их саморазвитие, а через овладение ребёнком «психологическими орудиями», знаковое – символическими средствами, в первую очередь речью и языком;

-проблемный подход предусматривает проектирование и реализацию деятельности образовательной организации по актуальным проблемам, обусловленным противоречиями между возможностями школы ГОН, интересами общества (запросами родителей) и потребностями ребёнка.

1.3.2 Части программы, формируемой участниками образовательных отношений

Принципы:

- принцип психологической комфортности: взаимоотношения между детьми и взрослыми строятся на основе доброжелательности, поддержки и взаимопомощи;

- принцип деятельности: основной акцент делается на организацию самостоятельных детских открытий в процессе разнообразных видов деятельности и активности детей (в первую очередь – двигательной, а также игровой, коммуникативной); педагог выступает прежде всего, как организатор образовательной деятельности;

- принцип целостности: стратегия и тактика образовательной деятельности с детьми опирается на представление о целостной жизнедеятельности ребенка (у ребенка формируется целостное представление о мире, себе самом, своих физических возможностях, ценностях здорового образа жизни);

-принцип минимакса: создаются условия для продвижения каждого ребенка по индивидуальной траектории физического развития и саморазвития – в своем темпе, на уровне своего возможного максимума;

- принцип творчества: образовательная деятельность ориентирована на развитие творческих способностей каждого ребенка, приобретение им собственного опыта двигательной деятельности и активности;

- принцип вариативности: детям предоставляются возможности выбора видов двигательной активности, участников совместной деятельности, материалов и атрибутов, способа действия и др.;

- принцип непрерывности: обеспечивается преемственность в содержании, технологиях и методах между дошкольными и начальным общим образованием, определяется дальняя перспектива физического развития.

Подходы:

- *лично* – *ориентированный подход*, предусматривает организацию образовательного процесса с учётом того, что развитие личности ребёнка является главным критерием его эффективности. Механизм реализации лично – ориентированного подхода – создание условий для развития личности на основе изучения ее задатков, способностей, интересов, склонностей с учётом признания уникальности личности, её интеллектуальной и нравственной свободы, права на уважение;

- *диалогический подход*, предусматривающий становление личности, развитие её творческих возможностей, самосовершенствование в условиях равноправных взаимоотношений с другими людьми, построенных по принципу диалога, субъект-субъектных отношений;

- *культурологический подход*, имеющий высокий потенциал в отборе культуросообразного содержания дошкольного образования, позволяет выбирать технологии образовательной деятельности, организующие встречу ребёнка с культурой, овладевая которой на уровне определённых средств, ребёнок становится субъектом культуры и её творцом;

- *социально-педагогический подход* в воспитании и обучении в школе ГОН, предусматривает единство и согласованность действий социальных институтов воспитания ребёнка вне зависимости от их функционального предназначения в целях гармонизации взаимодействия ребёнка и социума. При этом социальный подход пронизывает все сферы жизнедеятельности ребёнка, связанные с переживанием им своего места в семье, группе и обществе и отношений с людьми, пониманием и преобразованием окружающего мира;

- *системный подход*, в основе которого лежит рассмотрение объекта как целостного множества элементов в совокупности отношений и связей между ними.

1.4 Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.

ГОН функционирует в режиме 10,5 – часового пребывания воспитанников в период с 7-30 до 18-00 при 5- дневной рабочей неделе. Рабочая программа по физической культуре для детей 6-7 лет рассчитана на проведение 108 часов непрерывной образовательной деятельности в учебный год (3 раза в неделю), длительностью по 30 минут.

Обязательная часть программы в содержательном отношении разработана с учётом основной общеобразовательной программы школы ГОН. Объём обязательной части программы составляет не менее 60% от её общего объёма. Объём части программы формируемой участниками образовательных отношений составляет не более 40%. Содержательные и организационные аспекты данной части ориентированы на сохранение и укрепление здоровья детей, художественно – эстетическое развитие воспитанников, поддержку инициативы и свободной спонтанной игры.

Школа, ГОН расположена в селе Чернокоровском, Богдановичского района, Свердловской области. **Природно-климатические, географические и экологические особенности** села Чернокоровского, Свердловской области обусловлены тем, что село расположено на левом берегу реки Большой Калиновки. В 12 км. на юго-восток от административного цент округа – города Богдановича. Вдоль северного края проходит Сибирский тракт. Климатические условия связаны с тем, что село находится в зоне континентального климата с холодной и продолжительной зимой. Достаточно выгодное географическое положение (в том числе близость к региональному центру – 111 км, от города Екатеринбурга).

В связи с этим, при планировании образовательного процесса предусмотрены вариативные режимы дня: холодный и тёплый периоды. В содержании образования особое внимание уделяется миру природы, объектам неживой природы и природным явлениям с учетом специфики их протекания в данной местности, к животным и растениям, встречающимся в Богдановичском районе, а также ознакомлению детей с деятельностью сельских жителей в тот или иной сезон с учетом реальной климатической обстановки.

В с.Чернокоровском, городском округе Богданович Свердловской области – развиты отрасли сельского хозяйства. Главные отрасли растениеводства: зерновое хозяйство, кормопроизводство, овощеводство и картофелеводство и т.д. Основные отрасли животноводства: скотоводство, свиноводство, пчеловодство. В 12 км. от с.Чернокоровского находится ГО Богданович – промышленный город, образующее предприятие ОАО «Огнеупоры». Завод производит кирпичи, необходимые для

строительства огнеупорных печей для черной металлургии. В городе Богданович функционируют: комбикормовый завод, Комбинат строительных материалов, хлебозавод, предприятие «ВЭС» и т.д.

Относительно неблагоприятная экологическая ситуация определяет необходимость вести углубленную работу экологической направленности.

Национально-культурные и этнокультурные особенности

Население с.Чернокоровского многонациональное. В результате миграционных процессов в селе значительно выросло количество этнически русских, бывших граждан государств СНГ. Но при этом в школе ГОН этнический состав семей воспитанников в основном имеет однородный характер, основной контингент - дети из русскоязычных семей.

В содержании образовательной программы учитывается многонациональность, многоконфессиональность Уральского региона, культура народов региона (национальные обычаи и традиции). Исторически сложившиеся народы Среднего Урала - русские, удмурты, татары, башкиры, марийцы, чуваша. С учетом национально-культурных традиций народов Среднего Урала осуществлен отбор произведений национальных (местных) писателей, поэтов, композиторов, художников, образцов национального (местного) фольклора, народных художественных промыслов при ознакомлении детей с искусством, народных игр, средств оздоровления. Особое внимание уделяется к формированию толерантного и уважительного отношения к людям другой национальности. И в то же время созданы условия для обеспечения возможности почувствовать гордость своей национальной принадлежности.

Возрастные и индивидуальные особенности детей дошкольного возраста

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это

способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

1.5 Планируемые результаты освоения программы.

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
2. Воспитание культурно-гигиенических навыков;
3. Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
4. Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
5. Накопление и обогащение двигательного опыта детей;
6. Овладение основными видами движения;
7. Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

1.5.1 Обязательной части программы

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность) не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров:

- ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности;

- 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. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам;

- способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной музыкальной деятельности;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах физкультурной деятельности, и прежде всего в спортивных играх;
- владеет разными формами и видами игр, различает условную и реальную ситуации;
- умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам, умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать;
- у ребенка повышается способности к предварительному программированию как пространственных, так и временных параметров движений; после выполнения движений ребенок способен самостоятельно подключиться к анализу полученных результатов.
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика;
- ребенок при соответствующих условиях может быстро достигать высокого результата в точности выполнения сложных движений;
- проявляет ответственность за начатое дело;
- хорошо;
- проявляет уважение к старшим и заботу о младших.

1.5.2. Части программы, формируемой участниками образовательных отношений

- Ребенок имеет представление о ценностях здоровья;
- у ребёнка сформировано желание вести здоровый образ жизни;
- имеет представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы;
- ребенок знаком с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма, имеет представление о необходимости закаливания;
- у ребенка наблюдается повышение выносливости к осуществлению динамической работы.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребёнка, представленными в области физического развития в обязательной части программы.

Содержательный раздел разработан и сформирован с учётом образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» / под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М. А. Васильевой. Рабочая программа ориентирована на использование учебно-методического комплекта: Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа».

Содержание программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и физическое развитие.

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Конкретное содержание образовательной области соответствует примерной основной образовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами программы.

Задачи и содержание работы по физическому развитию в подготовительной группе (от 6-7)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Задачи по физической культуре

- Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.
- Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.
- Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.
- Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.
- Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.
- Добиваться активного движения кисти руки при броске.
- Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.
- Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.
- Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.
- Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.
- Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.
- Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.
- Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.
- Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.
- Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры.

Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, футбол).

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; с набивным мешочком на спине; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колена, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2–3 минут. Бег со средней скоростью на 80–120 м (2–4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3–5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5–7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу,

гимнастическую скамейку несколькими способами подряд (высота 35–50 см). Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3—4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5–6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6—8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см). Прыжки с высоты 40 см, в длину с места (около 100 см), в длину с разбега (180–190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25–30 см выше поднятой руки ребенка, с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу), прыжки через длинную скакалку по одному, парами, прыжки через большой обруч (как через скакалку). Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперед; прыжки на двух ногах с продвижением вперед по наклонной поверхности.

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3–4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (6–12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4–5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с переходами.

Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2—3). Расчет на «первый-второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге, круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения.

Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса.

Поднимать рук вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать

руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2—3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.

Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх — в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя, ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг). Выполнять общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т. п.

Спортивные упражнения

Катание на санках. Во время спуска на санках с горки поднимать заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот). Участвовать в играх-эстафетах с санками.

Ходьба на лыжах. Идти скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину. Ходить попеременным двухшажным ходом (с палками). Проходить на лыжах 600 м в среднем темпе, 2–3 км в медленном темпе. Выполнять повороты переступанием в движении.

Подниматься на горку лесенкой, елочкой. Спускаться с горки в низкой и высокой стойке, тормозить.

Игры на лыжах. «Шире шаг», «Кто самый быстрый?», «Встречная эстафета», «Не задень» и др.

Кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

Спортивные игры

Городки. Бросать биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение. Знать 4—5 фигур. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола. Передавать мяч друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча). Перебрасывать мяч друг другу двумя руками от груди в движении. Ловить летящий мяч на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон. Бросать мяч в корзину двумя руками из-за головы, от плеча. Вести мяч одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаться в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота. Удары по неподвижному мячу правой и левой ногой с одного, двух, трех шагов. Удары по катящемуся мячу. Броски мяча из-за головы двумя руками. Вбрасывание и прием мяча в парах.

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения.

Бадминтон. Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). Свободно передвигаться по площадке во время игры.

Элементы настольного тенниса. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену (правильно держа ракетку). Подавать мяч через сетку после его отскока от стола.

Подвижные игры

С бегом. «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет», «Ловишка, бери ленту», «Совушка», «Чье звено скорее соберется?», «Кто скорее докатит обруч до флажка?»

«Жмурки», «Два Мороза», «Догони свою пару», «Краски», «Горелки», «Коршун и наседка».

С прыжками. «Лягушки и цапля», «Не попадись», «Волк во рву».

С метанием и ловлей. «Кого назвали, тот ловит мяч», «Стоп», «Кто самый меткий?», «Охотники и звери», «Ловишки с мячом».

С ползанием и лазаньем. «Перелет птиц», «Ловля обезьян».

С элементами хоккея. «Гонка хоккеистов», «Мяч – печать», «Салочки с шайбой», «Шайба по кругу», «Игра с мячом в кругу».

С элементами футбола. «Подвижная цель», «Ведение мяча парами», «Гонка мячей».

с элементами баскетбола «За мячом», «Поймай мяч», «Кого назвали, тот ловит мяч», «Борьба за мяч»

Эстафеты. «Веселые соревнования», «Дорожка препятствий».

С элементами соревнования. «Кто скорее добежит через препятствия к флажку?», «Чья команда забросит в корзину больше мячей?».

Народные игры. «Гори, гори ясно!», лапта.

2.2 Образовательная деятельность в соответствии с направлениями развития ребёнка, представленными в области физическое развитие в части программы, формируемой участниками образовательных отношений с описанием вариативных форм, методов и средств реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов в обязательной.

Таблица 1

Образовательная область	Направления	Задачи
Физическая культура	Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей	- Организовывать разнообразную двигательную активность детей в разных формах; - продолжать работу по осуществлению мероприятий, способствующих сохранению здоровья детей, закаливанию, повышению защитных сил организма; - формировать у детей правильную осанку.

	<p>Формирование у детей начальных представлений о ЗОЖ</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, формировать потребность в гигиене и бережном отношении к своему здоровью, желание вести ЗОЖ; - совершенствовать представления детей об особенностях строения и функционирования организма человека; - учить детей управлять своим телом, чувствами, эмоциями посредством корригирующих упражнений, релаксации, аутотренинга.
	<p>Приобщение детей к физической культуре</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Совершенствовать технику выполнения детьми основных движений, добиваясь точности и выразительности; - развивать у детей физические качества в процессе игр и занятий физической культурой; - закреплять умения детей соблюдать заданный темп в процессе ходьбы и бега; - упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением разных заданий (поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок, с приседанием и поворотом кругом и др.); - развивать координацию движений у детей во время выполнения различных упражнений (ходьба и бег по шнуру, по узкой рейке, кружение с закрытыми глазами, прыжки через скакалку); - совершенствовать разные виды бега детей: в колонне по одному, по двое, из разных и.п., в разных направлениях, с преодолением препятствий, организовывать непрерывный бег (не более 3 мин); - совершенствовать разные виды прыжков

		<p>детей: вверх из глубокого приседа, с высоты, с места и с разбега на мягкое покрытие, через короткую и длинную скакалки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать у детей умение правильно и четко выполнять разные виды упражнений в бросании, ловле, метании мяча и различных предметов; - совершенствовать различные виды лазания детей с изменением темпа, сохраняя координацию движений; - обучать детей строевым упражнениям: построение в колонну, по одному, в шеренгу; перестроение из одного круга в несколько, в колонну; - формировать у детей умение правильно оценивать свои силы и возможности при реализации двигательных задач; соотносить результат движения с величиной приложенных усилий; - закреплять у детей приобретенные ранее умения и навыки наблюдать, сравнивать и анализировать движения; - учить детей ставить двигательную задачу и находить наиболее рациональные способы ее решения, соотносить последовательность, направление, характер действий с образцом педагога; - совершенствовать у детей навыки самостоятельного регулирования двигательной активности, чередуя подвижные игры разной интенсивности друг с другом и с отдыхом; - развивать у детей ориентировку в пространстве в процессе выполнения вариативных двигательных заданий.
--	--	--

**Организация образовательной деятельности
по приобщению детей 6-7 лет к физической культуре.**

Таблица 2

Основные формы и методы	Периодичность и особенности организации детей
занятие по физическому развитию	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (один раз – на улице). 30 мин
Организованная деятельность по физическому развитию детей в бассейне	2 раза в неделю с подгруппой. 30мин
Эмоционально – стимулирующая утренняя гимнастика. Составляется комплекс общеразвивающих упражнений(далее – ОРУ)с предметами и без них. Через каждые две недели он меняется. В него входят упражнения : для развития и укрепления кистей рук, мышц плечевого пояса, спины, гибкости позвоночника, мышц брюшного пресса и ног.	Ежедневно с подгруппой или группой детей (в теплое время года – на улице). 10-15 мин
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.	Ежедневно с группой или подгруппой детей. 12-15 мин
Оздоровительная гимнастика пробуждение после дневного сна с включением ОРУ.	Ежедневно с группой детей. 12-15 мин.
Самостоятельная деятельность детей	Ежедневно в разные отрезки режима дня.

Принципы с учётом образовательной области физическое развитие

Таблица 3

Образовательная область	Принципы
Физическое развитие	<p style="text-align: center;">Научно – методические принципы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принцип первенства физической (двигательной) активности; - принцип своевременного начала физического воспитания; - принцип целеполагания;

	<ul style="list-style-type: none"> - игровой принцип; - принцип интеграции; - психосоматический принцип; - принцип дозированной помощи; - принцип возрастающей независимости (эмансипации) от взрослых и самостоятельности в творческом решении. <p>Дидактические принципы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - систематичность и последовательность; - развивающее обучение; - доступность; - воспитывающее обучение; - учет индивидуальных и возрастных особенностей; - сознательность и активность ребенка; - наглядность. <p>Специальные принципы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - непрерывность; - последовательность наращивания тренирующих воздействий; - цикличность. <p>Гигиенические принципы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сбалансированность нагрузок; - рациональность чередования деятельности и отдыха; - возрастная адекватность; - оздоровительная направленность всего образовательного процесса; - осуществление лично-ориентированного обучения и воспитания.
--	---

Формы, способы, методы и средства реализации обязательной части программы

Таблица 4

Образовательные направления развития	Содержание образовательных областей	Деятельностный модуль	
		Виды детской деятельности	Формы и приемы организации образовательного

			процесса
Физическое развитие	Формирование представлений о здоровом образе жизни. Физическая культура.	Двигательная (овладение основными движениями), формы активности ребенка.	Совместная образовательная деятельность педагогов и детей. Самостоятельная деятельность детей. Образовательная деятельность в семье.

Вариативность форм образовательной деятельности

Таблица 5

Виды деятельности	Возможные формы работы
Игровая	Подвижные игры, игры малой подвижности, физминутки, пальчиковые игры
Коммуникативная	Беседы. Ситуативный разговор. Игры с правилами.
Трудовая	Совместные действия. Поручение. Задание. Реализация проектов
Познавательная-исследовательская	Экскурсии. Разрешение проблемных ситуаций. Реализация проекта. Игры с правилами
Продуктивная	Реализация проектов
Музыкально-художественная	Слушание. Подвижные игры.
Чтение	Разучивание
Двигательная	Подвижные дидактические игры. Подвижные игры с правилами. Игровые упражнения. Соревнования

2.3. Интеграция образовательных областей

Физическая культура по своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Связь с другими образовательными областями

Таблица 6

ОО «Физическое развитие»	Развитие физических качеств для спортивной деятельности, использование музыкальных произведений в качестве музыкального сопровождения различных видов детской деятельности и двигательной активности.
	Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование представлений о здоровом образе жизни, релаксация.
ОО «Речевое развитие»	Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в области физкультуры; развитие всех компонентов устной речи в спортивной деятельности; практическое овладение воспитанниками нормами речи. Использование музыкальных произведений с целью усиления эмоционального восприятия движений на занятии
ОО «Познавательное развитие»	Расширение кругозора детей в области физической культуры направлено на достижение целей развития у детей спортивных интересов
ОО «Социально – коммуникативное развитие»	Формирование представлений о физической культуре направлено на достижение целей овладения конструктивными способами и средствами взаимодействия с окружающими людьми.
ОО «Художественно – эстетическое развитие»	Развитие физических качеств направлено на достижение целей формирования интереса к эстетической стороне окружающей действительности, удовлетворение потребности детей в самовыражении.

2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы в обязательной части программы и части формируемой участниками образовательных отношений.

Психолого – педагогические условия реализации программы

Важнейшим условием реализации Программы является создание развивающей и эмоционально комфортной для ребенка образовательной среды. Пребывание в детском саду должно доставлять ребенку радость, а занятия по физической культуре должны быть увлекательными.

Развивать координации движений в крупных и мелких мышечных группах, равновесие. Укреплять мышечный аппарат стопы, мышечно-связочного аппарата ноги туловища. Развивать мышцы плечевого пояса.

Укреплять мышечный корсет позвоночника.

Укреплять опорно-двигательный аппарат.

Увеличивать амплитуду движений в голеностопных суставах стоп и пальцев ног. Формировать правильную осанку, навыки правильного положения головы.

Развивать быстроту движений в крупных и мелких мышечных группах.

Учить расслаблению мышц.

Обучать правильному носовому дыханию, восстановлению дыхания.

Формировать ритмичный вдох и выдох, углубленное дыхание.

Тренировать дыхательную мускулатуру грудной клетки.

Укрепление мышц лица.

Формировать правильный стереотип ходьбы и навыки правильной осанки.

Укреплять суставы (голеностопный), мышечный корсет туловища и конечностей, мышцы тазового пояса ног.

Укреплять мышечно-связочного аппарата ног и туловища.

Укреплять опорно-двигательный аппарат.

Укреплять мышцы, участвующие в формировании свода стопы.

Улучшать координацию движений.

Компенсировать деформации восстанавливать свод стопы.

Общее укрепление мышц туловища и конечностей.

Тренировать правильное носовое дыхание (вдох носом, выдох ртом).

Укреплять мышцы лица, круговую мышцу рта.

Тренировать дыхательную мускулатуру грудной клетки.

Вырабатывать навык диафрагмально-релаксационного дыхания, спокойное дыхание.

Способы и направления поддержки детской инициативы:

- вселять ребенку уверенность в себе: «Я тебе доверяю! Ты сможешь это сделать! Я рада за тебя!» – поощрять добрую волю и достигнутое;
- оценивать успехи и инициативу, а не ошибки детей; показывать детям радость и позитивное чувство;
- обучить детей практическим навыкам, а для этого надо вместе играть;
- использовать технологии проектирования, как средство развития познавательной инициативы (способностей);
- использование косвенных методов руководства игрой (деятельностью детей) – метод проблемных ситуаций (способствует развитию мыслительных процессов, познавательной активности во время игры);
- доброжелательное отношение взрослых;
- общение строить на принципах сотрудничества и партнерства;
- поддерживать формы общения в соответствии с возрастом;
- создавать большое количество ситуаций, предметов, подталкивающих ребенка к общению со взрослым;
- педагогическое общение строить на принципах любви, понимания, терпимости и упорядоченности деятельности, как условия полноценного развития позитивной свободы и самостоятельности ребенка;
- педагогически грамотно относиться к ошибкам ребенка – не как к неудаче, а как нормальному иницирующему моменту развития;
- развивать самостоятельность ребенка (в раннем возрасте в самообслуживании, предметно-игровой деятельности, общении).

Способы и направления поддержки детской инициативы:

- вселять ребенку уверенность в себе: «Я тебе доверяю! Ты сможешь это сделать! Я рада за тебя!» – поощрять добрую волю и достигнутое;
- оценивать успехи и инициативу, а не ошибки детей; показывать детям радость и позитивное чувство;
- обучить детей практическим навыкам, а для этого надо вместе играть;
- использовать технологии проектирования, как средство развития познавательной инициативы (способностей);

– использование косвенных методов руководства игрой (деятельностью детей) – метод проблемных ситуаций (способствует развитию мыслительных процессов, познавательной активности во время игры);

– доброжелательное отношение взрослых;

– общение строить на принципах сотрудничества и партнерства;

– поддерживать формы общения в соответствии с возрастом;

– создавать большое количество ситуаций, предметов, подталкивающих ребенка к общению со взрослым;

– педагогическое общение строить на принципах любви, понимания, терпимости и упорядоченности деятельности, как условия полноценного развития позитивной свободы и самостоятельности ребенка;

– педагогически грамотно относиться к ошибкам ребенка – не как к неудаче, а как нормальному иницирующему моменту развития;

– развивать самостоятельность ребенка (в раннем возрасте в самообслуживании, предметно-игровой деятельности, общении).

Создание условий для физического развития

Физическое развитие очень важно для здоровья детей, потому что позволяет реализовать их врожденное стремление к движению. Становление детской идентичности, образа «Я» тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью.

Для того чтобы стимулировать физическое развитие детей, важно:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;

- обучать детей правилам безопасности;

- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;

- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

Основная цель всех форм и видов взаимодействия школы ГОН с семьей - установление доверительных отношений между детьми, родителями и педагогами,

объединение их в одну команду, воспитание потребности делиться друг с другом своими проблемами и совместно их решать.

Дошкольный возраст – это фундамент здоровой личности, а следовательно, и здорового общества в настоящем и будущем. Развитие физической культуры – одно из приоритетных направлений государственной политики, нацеленной на укрепление и здоровье детей. Формирование у ребёнка потребности в движении в значительной степени зависит от особенностей жизни и воспитания, возможности окружающих его взрослых создать благоприятные условия для физического развития.

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьями воспитанников.

Основной целью взаимодействия является создание условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей, обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни дошкольной образовательной организации.

Задачи взаимодействия дошкольной образовательной организации с семьей:

- изучить отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в организации и семье;
- познакомить педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания детей в дошкольной образовательной организации и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- создавать условия для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечь семьи воспитанников к участию в совместных мероприятиях различного уровня;
- поощрять родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка и создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Основные формы взаимодействия с родителями воспитанников

Таблица 7

Название	Задачи	Результат
Анкетирование	<ul style="list-style-type: none"> - выявить роль семьи в физическом воспитании и оздоровлении детей; - систематизировать знания родителей в области физической культуры; - заинтересовать родителей к новым формам семейного досуга; 	<p>Помогает определить эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности ГОН и разработать стратегию дальнейшего взаимодействия всех участников образовательного процесса</p>
Родительские собрания	<ul style="list-style-type: none"> - ознакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой ГОН; - воздействовать на родителей с целью привлечения к совместным занятиям. 	<ul style="list-style-type: none"> - Расширяются представления о особенностях физического развития детей; - появляется интерес к физической культуре.
Изготовление наглядного материала и атрибутов для физкультурных занятий	<ul style="list-style-type: none"> - привлекать родителей к совместному изготовлению атрибутов для ежедневных физкультурных занятий в группе и дома; - знакомить родителей с вариантами использования атрибутов для привлечения детей к занятиям физической культуры; - способствовать созданию в семье условий для реализации потребности 	<ul style="list-style-type: none"> - Родители узнают, какими атрибутами можно пополнить свой арсенал пособий для ежедневных физкультурных занятий и игр дома; - знакомятся со способами использования данного оборудования для

	детей в физической активности.	повышения двигательной активности детей.
Оформление фотовыставок Выставки совместных работ	<ul style="list-style-type: none"> - повышать интерес детей к физической культуре и спорту; - воспитывать желание вести ЗОЖ; - воздействовать на родителей с целью привлечения к совместным занятиям спортом; - расширять представление родителей и детей о формах семейного досуга. 	<ul style="list-style-type: none"> - Способствует повышению интереса детей к физической культуре, выполнению физических упражнений; - дети знакомятся со спортивными увлечениями своих родственников.
Дни и недели открытых дверей Конкурсы Совместные мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> - повысит у детей и их родителей интерес к физической культуре и спорту; - совершенствовать двигательные навыки - воспитывать физические и морально-ролевые качества; - закреплять у детей гигиенические навыки. 	<p>Во время проведения совместных мероприятий царит атмосфера спортивного азарта, доброжелательности и эмоционального подъема. Дети, видя, как родители вместе с ними принимают участие в соревнованиях, начинают проявлять больший интерес к физической культуре, эмоционально отзываются на все задания, стремятся выполнять их как можно лучше, поскольку за ними наблюдают их родные.</p>
Советы специалистов Консультации	<ul style="list-style-type: none"> - рассказывать о значении физкультуры для человека; - повышать интерес к физической культуре; 	Такие мероприятия вызывают у родителей желание заниматься спортом. В результате родители могут отвести

Совместные практикумы	- воспитывать желание вести ЗОЖ; - формировать интерес к занятиям физкультурой	своего ребёнка в спортивную секцию или кружок.
-----------------------	---	--

Планирование работы с родителями

Таблица 8

<i>В обязательной части программы</i>	<i>В части программы, формируемой участниками образовательных отношений</i>
<i>Сентябрь</i>	
- Организация и проведение индивидуальных бесед с родителями (по запросу родителей); - привлечение родителей к подготовке к празднику «День знаний»	- Оформление спортивного стенда на тему «Закаливание»;
<i>Октябрь</i>	
- Организация и проведение консультации «Роль дыхательной гимнастики, как метод оздоровления дошкольников» - Участие родителей в спортивном соревновании «Я и моя семья».	- Мастер-класс на тему «Ритмичные движения под детские песни»
<i>Ноябрь</i>	
- Организация и проведение консультаций по запросу родителей; - оформление стенда «Как научить ребенка делать упражнения в домашних условиях»; - организация и проведение индивидуальных бесед с родителями (по запросу родителей).	- Участие родителей к показательному выступлению с мячами и обручами, посвящённого «Дню матери»;
<i>Декабрь</i>	
- Организация и проведение родительского собрания «Правила поведения на праздниках в детском саду»; - оформление спортивного стенда на тему	- Участие родителей в подготовке к «Новому году»

«Новогодние игры»; - участие родителей в новогодней эстафете на лыжах	
Январь	
- Организация и проведение по запросам родителей на актуальные темы физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста; - организация и проведение индивидуальных бесед с родителями (по запросу родителей); - оформление спортивного стенда на тему «Музыкальная терапия»	- Мастер-класс на тему «Самые гибкие»
Февраль	
- Участие родителей в празднике, посвящённом Дню защитника Отечества; - организация и проведение консультации «10 причин отдать ребенка в спортивную школу»; - оформление спортивного стенда на тему «Папа всякие нужны, папы разные важны »	- Привлечение родителей к подготовке детей к соревнованиям Дню Защитника Отечества.
Март	
- Организация и проведение консультаций по запросу родителей; - участие родителей в празднике, посвящённом Международному женскому дню; - оформление спортивного стенда на тему «Спортивный танец для любимой мамы».	Привлечение родителей к подготовке костюмов на праздники
Апрель	
- Организация и проведение консультации на тему «Спорт в жизни ребенка»; - организация и проведение индивидуальных бесед с родителями (по запросу родителей).	- Участие родителей в празднике, посвящённом дню смеха;
Май	
- Участие родителей в празднике, посвященный 9 мая; - участие родителей в выпускном празднике «До свидания детский сад! Здравствуй, школа!»	- Привлечение родителей к подготовке детей к соревнованиям по легкой атлетике»

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Материально-техническое обеспечение в обязательной части программы и части формируемой участниками образовательных отношений

Материально-техническое обеспечение программы обеспечивает полноценное развитие личности детей в соответствии с одной образовательной областью: художественно-эстетическое развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и другим людям.

Физкультурное оборудование и инвентарь

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить правильную обработку деревянных предметов (скамейки, гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы (окрашены). Всё оборудование проверяется педагогом перед занятием на устойчивость, прочность и т.д. В нашем дошкольном отделении и спортивном зале имеется следующее оборудование:

Центры «Крепешы»; «Здоровячок»

Таблица 9

Мячи резиновые: большие, средние, маленькие	11/11/13шт.
Мячи надувные	14 шт.
Гимнастические палки	10 шт.
Скакалки	20 шт.
Кегли	22 шт.
Обручи	20 шт.
Цветные флажки	37 шт.
Цветные ленты	20 шт.
Гантели	12 (пар)
Мешочки с песком	15 шт.
Коврики гимнастические	20 шт.
Городки	1 шт.
Клюшки, шайба	1 (пара)
Бадминтон	1 шт.
Мягкие модули (кубики и т.д.)	11шт.

Спортивный зал

Гимнастический мат, гимнастические палки	1 1/2 шт.
Гимнастические скамейки	4 шт.
Стенка гимнастическая (деревянная)	6 шт.
Конус	5 шт.
Дуга для подлезания	1 шт.
Санки	2 шт.
Велосипед	2 шт.
Канат, Шнуры	1/2 шт.
Самокаты	2 шт.
Льжи, лыжные палки	11(пар)/11 (пар)
Теннисные ракетки, мяч	2 шт.
Сетка	1 шт.
Кольцо баскетбольное Щит для метания,	2/2 шт.
Набивные мячи	6 шт.
Баскетбольные мячи, Волейбольные мячи, Футбольные мячи	11/12/5 шт.
Стойки	4 шт.
Газовые кольца	6 шт.
Рукава для эстафеты	2 шт.
Напольное бревно	1 шт.

3.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Таблица 10

Образовательная область	Перечень методических пособий, технологий	
	В обязательной части программы	В части программы, формируемой участниками образовательных отношений
Физическое развитие.	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду:Подготовительная группа. – М.МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 5-6 лет. 20014.	О.В. Бережнова, В.В. Бойко Физическое развитие детей 3-7 лет «Малыши-крепьши», 2016-135с. Аверина И.Е. – Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практ. пособие / И.Е. Аверина. – 3-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2007. – 144 с.

		Э.Я. Степаненкова. Сборник подвижн игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. – 2-е изд., испр. И доп. – М.:МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2021. – 168 с.
--	--	--

3.3. Распорядок и режим дня

Под режимом принято понимать научно обоснованный распорядок жизни, предусматривающий рациональное распределение во времени и последовательность различных видов деятельности и отдыха.

У ребенка, приученного к распорядку, потребность в еде, сне, отдыхе наступает через определенные промежутки времени и сопровождается ритмическими изменениями в деятельности всех внутренних органов. Организм как бы заблаговременно настраивается на предстоящую работу, поэтому она не вызывает утомления.

При проведении режимных процессов следует придерживаться следующих правил.

- Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (сон, питание).
- Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.
- Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности. Формирование культурно-гигиенических навыков.
- Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.
- Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.
- Спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

Режим – это гибкая и динамичная конструкция, но при этом основные его компоненты (дневной сон, бодрствование, интервалы между приемами пищи, ночной сон, общее время прогулок) должны оставаться неизменными. Режим пребывания детей в детском саду – это определенная последовательность организованного взаимодействия с детьми.

Требования к режиму определяются психофизиологическими особенностями возраста ребенка, задачами воспитания, окружающими условиями. Режим должен учитывать

возрастные особенности детей, быть постоянным (хотя есть отличия в построение режима дня в разное время года), учитывается время пребывания ребенка в детском саду, и время работы родителей.

Группа общеразвивающей направленности работает по режиму пятидневной недели, время пребывания детей 10,5 часов: 7.30 – 18.00.

**Режим дня на сентябрь-май при 10,5 часового пребывания детей
подготовительной группы**

Таблица 11

Режимные моменты	Временной промежуток
Приход детей в детский сад, свободная игра, самостоятельная деятельность	7.30-8.00
Утренняя гимнастика, Утренний круг	8.00-8.25
Подготовка к завтраку, завтрак	8.25-8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей	8.50-9.00
Организованная детская деятельность /Самостоятельная деятельность (игры) Динамическая пауза (10 мин) после каждого занятия	9.00-10.50
Второй завтрак	10.05-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.30
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.30-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40-13.00
Подготовка ко сну, дневной сон	13.10-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Организованная детская деятельность/Самостоятельная деятельность (игры) Динамическая пауза (10 мин) после каждого занятия	15.40-16.40
Вечерний круг	16.40-16.50
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.50-18.00

**Режим дня на июнь при 10,5 часового пребывания детей
подготовительной группы**

Таблица 12

Режимные моменты	Временной промежуток
Утренний приём, на улице, прогулка	7.30-8.15
Утренняя гимнастика на улице	8.15-8.25
Возвращение с прогулки. Санитарно–гигиенические процедуры. Пальчиковая и артикуляционная гимнастики. Подготовка к завтраку. Завтрак.	8.25-8.45
Двигательная активность. Проблемные, игровые ситуации. Игровая деятельность	8.45-09.00
Совместная и самостоятельная деятельность(игровая, коммуникативная, познавательно – исследовательская, самообслуживание, бытовой труд). Двигательная, игровая активность. Второй завтрак	09.00-10.10
Подготовка к прогулке. Прогулка.	10.10-12.10
Возращение с прогулки, самообслуживание. Гигиенические процедуры. Подготовка к обеду	12.10-12.30
Обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну. Дневной сон.	12.50-15.00
Постепенный подъём.Ленивая гимнастика. Гигиенические, закаливающие процедуры.	15:00-15:20
Подготовка к полднику. Полдник.	15.20-15.40
Совместная деятельность(игровая, коммуникативная, познавательно– исследовательская, самообслуживание, бытовой труд). Подготовка к прогулке	15.40-16.00
Прогулка, уход домой	16.00-18.00

Расписание непрерывной образовательной деятельности.

Таблица 13

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
9.00-9.30	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30	9.00 – 9.30
Физическая культура в помещении	Музыка	Физическая культура в помещении	Музыка	Физическая культура на воздухе
10.20 – 10.50	10.20 – 10.50	10.20 – 10.50	10.20 – 10.50	10.20 – 10.50
Развитие речи	Формирование элементарных математических представлений	Развитие речи	Формирование элементарных математических представлений	Ознакомление с окружающим миром
	16.10-16.40	16.10 – 16.40	15.40 – 16.10	
	Рисование	Лепка/аппликация	Рисование	

Режим двигательной активности детей дошкольного возраста

Таблица 14

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин) в зависимости от возраста детей
		6 – 7 лет
Физкультурные занятия	в помещении	2 раза в неделю 30
	на воздухе	1 раз в неделю 30
Физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	Ежедневно 12 - 15
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30
	физкультминутки (в середине статистического занятия)	3 – 5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	физкультурный досуг	1 раз в месяц 40
	физкультурный праздник	2 раза в год до 60 мин
	день здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	самостоятельное использование физкультурного и спортивно – игрового оборудования	ежедневно
	самостоятельные подвижные и спортивные игры	ежедневно

Система физкультурной – оздоровительной работы.

Цель: Удовлетворять биологическую потребность растущего организма ребёнка в двигательной деятельности, давать возможность ему ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

Таблица 15

№	Мероприятия	Периодичность	Ответственный
ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ			
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор по физкультуре
2.	Физическая культура	3 раза в неделю: 2 раза в физ.зале, 1 раз на воздухе	Инструктор по физкультуре
3.	Подвижные игры	2 раза в день	Воспитатели групп или инструктор по физкультуре
4.	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор по физкультуре
5.	Спортивные упражнения	2 раза в неделю	Воспитатели групп или инструктор по физкультуре
6.	Спортивные игры	2 раза в неделю	Воспитатели групп или инструктор по физкультуре
7.	Физкультурные досуги	1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре
8.	Физкультурные праздники	2 раза в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
9.	День здоровья	2 раз в год	Инструктор по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп
11.	Динамические паузы	Ежедневно	Инструктор по физкультуре или

			музыкальный руководитель или воспитатели
12.	Оздоровительный бег (в конце прогулки)	2 раза в неделю	Инструктор по физкультуре
ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ			
1.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, работа с родителями)	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)	Воспитатели, Инструктор по физкультуре
2.	Кварцевание групп и кабинетов	Воспитатели	
ЗАКАЛИВАНИЕ			
1.	Ходьба босиком	После сна	Воспитатели
2.	Облегченная одежда детей	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
3.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Каждое учреждение, несмотря на одинаковое предназначение, имеет свои отличительные особенности. С годами складываются свои традиции, так или иначе связанные с жизнедеятельностью участников образовательных отношений. В настоящее время они становятся все разнообразнее. В Программе, реализуемой нашим учреждением, обозначены собственные традиции, становление которых начиналось с основания учреждения.

Коллектив учреждения придает важное значение по физическому воспитанию, укреплению и сохранению здоровья наших воспитанников, в связи с этим у нас сложились следующие традиции: устраиваются совместные с детьми спортивные праздники: спортивные состязания «Мама, папа, я – спортивная семья» с участием детей и родителей. Непременной традицией нашего коллектива является проведение «Недели здоровья». Для этого дня заранее составляются специальные сценарии в каждой группе, приглашаются родители.

Совершенствование работы взаимодействия с родителями является ежегодно одной из задач нашего коллектива.

Традицией стало для нас проведение «Зимних игр спорта» для воспитанников детского сада. Проведение родительских встреч в «семейных гостиных», посвященных определенным темам.

Содержание культурно-досуговой деятельности планируется педагогическими работниками (воспитателями, музыкальными руководителями, инструкторами по физической культуре) совместно в соответствии с комплексно-тематическим планированием.

Культурно-досуговая деятельность организуется во всех возрастных группах еженедельно.

Примерное комплексно тематическое планирование работы с детьми 7-го года жизни.

Таблица 16

№	Время проведения	Мероприятия	Ответственные
1	Сентябрь	Физкультурный досуг «Осень в гости просим» Развлечение «В стране спортивных игр»(эстафеты).	Инструктор по Ф.К., воспитатели
2	Октябрь	Развлечение «Солнышко встает» Досуг «всем на старт»	Инструктор по Ф.К., воспитатели
3	Ноябрь	Праздник «День здоровья» Развлечение «Джунгли зовут» Досуг «До свиданья осень»	Инструктор по Ф.К., воспитатели
4	Декабрь	Развлечение «Здравствуй Зимушка, Зима» Развлечение «Мы мороза не боимся» Досуг «Зимушка зима, спортивная пора»	Инструктор по Ф.К., воспитатели
5	Январь	Праздник «Зимние олимпийские игры» Досуг «Пришла зима хрустальная, с забавами и играми» Развлечение «Веселый стадион»	Инструктор по Ф.К., воспитатели
6	Февраль	Развлечение «Спортивная семейка» Досуг «День защитника Отечества» День здоровья	Инструктор по Ф.К., воспитатели
7	Март	Досуг Мам «Мама, папа, я спортивная семья» Развлечение «Веселые старты» Досуг «Весна идет и все мы рады»	Инструктор по Ф.К., воспитатели
8	Апрель	Досуг «День юмора в стране спортландии» Развлечение «Что бы в космос полететь, надо	Инструктор по Ф.К.,

		спортом заниматься» Развлечение «В стране дорожных знаков»	воспитатели
9	Май	Развлечение «Мой веселый, звонкий мяч» Развлечение «Спасибо деду за Победу» День здоровья	Инструктор по Ф.К., воспитатели

Таблица 17

Часть, формируемая участниками образовательного процесса			
Месячник по безопасности	Формирование ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни, о правилах дорожной и пожарной безопасности.	Февраль	Спортивные праздники «В гостях у простудихи», «Веселый светофорик», «Юные пожарники». Проектная деятельность.
День семьи	Формирование первичных ценностных представлений о семье, семейных традициях, обязанностях.	Последняя неделя мая.	Спортивные соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья» Посадка цветов на участке детского сада

3.5. Особенности организации предметно-пространственной среды

Основой реализации программы является развивающая предметная среда, необходимая для развития ребенка во всех детских видах деятельности. Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного пространства дошкольного отделения, а также территории, прилегающей к дошкольному отделению. В дошкольном учреждении она построена таким образом, чтобы обеспечить полноценное физическое, эстетическое, познавательное, речевое и социальное развитие ребенка.

Все помещения детского сада соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной и электробезопасности, требованиям охраны труда воспитанников и работников.

Принципы построения развивающей предметно-пространственной среды в дошкольном учреждении:

- насыщенность;
- трансформируемость;
- полифункциональность;
- вариативность;
- доступность;
- безопасность.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575836

Владелец Разуева Ольга Александровна

Действителен с 21.03.2022 по 21.03.2023