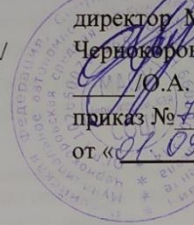


Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области
МКУ УО ГО Богданович
муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Чернокоровская средняя общеобразовательная школа

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
от «01.09.21 г.»



**Рабочая программа по
«Физической культуре»
для детей 4-5 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	8
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	17
2.3. Интеграция образовательных областей	22
2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы в обязательной части программы и части формируемой участниками образовательных отношений	23
2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	26
III. Организационный раздел программы	31
3.1. Материально-техническое обеспечение в обязательной части программы и части формируемой участниками образовательных отношений	31
3.2. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания	33
3.3. Распорядок и режим дня	33
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 4 до 5 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 программа

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: Средняя 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:

- *личностно – ориентированный подход*, предусматривает организацию образовательного процесса с учётом того, что развитие личности ребёнка является главным критерием его эффективности. Механизм реализации личностно – 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.

Школа 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 4-5 лет рассчитана на проведение 108 часов непрерывной образовательной деятельности в учебный год (3 раза в неделю), длительностью по 20 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 теплый 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, чувашаи. 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 принадлежностью.

Возрастные и индивидуальные особенности детей от 4 до 5 лет

На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Появляется интерес к результатам движения. Потребность выполнять его в соответствии с образцом. Двигательная активность ребёнка этого возраста характеризуется соответствующими изменениями в основных движениях. Ходить и бегать, соблюдая правильную технику движений.

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

- ребёнок 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 и установлению необходимых корректировок.
- 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;
- 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: Средняя 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 средней группе(от 4-5)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.

Формировать представление о значении частей тела и органов чувств, для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов.

Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах.

Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь».

Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме.

Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Задачи по физической культуре:

1. Формировать правильную осанку.
2. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
3. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.
4. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).
5. Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.
6. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).
7. Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.
8. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.
9. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.
10. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

11. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

12. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры.

Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений

Основные движения

Ходьба. Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в сторону (направо и налево). Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, вдоль границ зала, змейкой (между предметами), в рассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук); ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего.

Упражнения в равновесии. Ходьба между линиями (расстояние 10–15 см), по линии, по веревке (диаметр 1,5–3 см), по доске, гимнастической скамейке, бревну (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове, ставя ногу с носка, руки в стороны). Ходьба по ребристой доске, ходьба и бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15–20 см, высота 30–35 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20–25 см от пола, через набивной мяч (поочередно через 5–6 мячей, положенных на расстоянии друг от друга), с разными положениями рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне (по одному, по двое); бег в разных направлениях: по кругу, змейкой (между предметами), в рассыпную. Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1–1,5 минуты. Бег на расстояние 40–60 м со средней скоростью; челночный бег 3 раза по 10 м; бег на 20 м (5,5–6 секунд; к концу года).

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой, по горизонтальной и наклонной доске, скамейке, по

гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед. Пролезание в обруч, перелезание через бревно, гимнастическую скамейку. Лазанье по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой вправо и влево).

Прыжки. Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперед (расстояние 2–3 м), с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге (на правой и левой поочередно). Прыжки через линию, поочередно через 4–5 линий, расстояние между которыми 40–50 см. Прыжки через 2–3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5–10 см. Прыжки с высоты 20–25 см, в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

Катание, бросание, ловля, метание. Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3–4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). Метание предметов на дальность (не менее 3,5–6,5 м), в горизонтальную цель (с расстояния 2–2,5 м) правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5 м) с расстояния 1,5–2 м.

Групповые упражнения с переходами. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика. Выполнение знакомых, разученных ранее упражнений и циклических движений под музыку.

Общеразвивающие упражнения

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

Поднимать руки вперед, в стороны, вверх (одновременно, поочередно), отводить руки за спину из положений: руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью; размахивать руками вперед-назад; выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях. Закладывать руки за голову, разводить их в стороны и опускать. Поднимать руки через стороны вверх, плотно прижимаясь спиной к спинке стула (к стенке); поднимать палку (обруч) вверх, опускать за плечи; сжимать, разжимать кисти рук; вращать кисти рук из исходного положения руки вперед, в стороны.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника.

Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны; наклоняться вперед, касаясь пальцами рук носков ног. Наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь). Наклоняться в стороны, держа руки на поясе. Прокатывать мяч вокруг себя из исходного положения (сидя и стоя на коленях); перекладывать предметы из одной руки в другую под приподнятой ногой (правой и левой); сидя приподнимать обе ноги над полом; поднимать, сгибать, выпрямлять и опускать ноги на пол из исходных положений лежа на спине, сидя. Поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет. Приподнимать вытянутые вперед руки, плечи и голову, лежа на животе.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Подниматься на носки; поочередно выставлять ногу вперед на пятку, на носок; выполнять притопы; полуприседания (4–5 раз подряд); приседания, держа руки на поясе, вытянув руки вперед, в стороны. Поочередно поднимать ноги, согнутые в коленях. Ходить по палке или по канату, опираясь носками о пол, пятками о палку (канат). Захватывать и перекладывать предметы с места на место стопами ног.

Статические упражнения. Сохранять равновесие в разных позах: стоя на носках, руки вверх; стоя на одной ноге, руки на поясе (5–7 секунд).

Спортивные упражнения.

Катание на санках. Скатываться на санках с горки, тормозить при спуске с нее, подниматься с санками на гору.

Ходьба на лыжах. Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнять повороты на месте (направо и налево) переступанием. Подниматься на склон прямо ступающим шагом, полувелочкой (прямо и наискось). Проходить на лыжах до 500 м.

Игры на лыжах. «Карусель в лесу», «Чем дальше, тем лучше», «Воротца».

Катание на велосипеде. Кататься на трехколесном и двухколесном велосипедах по прямой, по кругу. Выполнять повороты направо и налево.

Подвижные игры

С бегом. «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».

С прыжками. «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».

С ползанием и лазаньем. «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».

С бросанием и ловлей. «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

На ориентировку в пространстве, на внимание. «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».

Народные игры. «У медведя во бору» и др.

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	<ul style="list-style-type: none">- Организовывать разнообразную двигательную активность детей в разных формах(утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры и др.)- продолжать работу по осуществлению мероприятий, способствующих сохранению здоровья детей, закаливанию, повышению защитных сил организма;- осуществлять контроль над формированием у детей правильной осанки;- продолжать поддерживать родителей в самообразовании в вопросах охраны и укрепления здоровья детей, в стремлении участвовать в педагогическом процессе и жизни детского сада в целом.
	Формирование у детей начальных представлений о ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none">- Формировать у детей потребность в бережном отношении к своему здоровью, желание вести ЗОЖ;- воспитывать у детей потребность соблюдать правила здоровьесберегающего поведения.

	<p>Приобщение детей к физической культуре</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Расширять у детей представления и знания о многообразии физических и спортивных упражнений; - вызывать у детей стремление к выражению своих возможностей в процессе выполнения физических упражнений: правильно оценивать свои силы, мобилизовать их адекватно поставленным целям; - приступить к целенаправленному развитию физических качеств детей: скоростных, скоростно-силовых, силы, гибкости, выносливости; - развивать у детей чувство равновесия, координацию движений, улучшать ориентировку в пространстве; - закреплять приобретенные ранее умения и навыки детей в процессе организации различных форм двигательной активности; - обучать детей элементам техники выполнения всех видов жизненно важных движений, спортивным играм и упражнениям; - развивать у детей умение бегать с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, змейкой, враспынную, с преодолением препятствий; организовывать непрерывный бег (не более 2мин) - закреплять умение детей прыгать с высоты в обозначенное место (не более 30см) прыгать через короткую и длинную скакалки; - обучать детей бросанию мяча вверх, об пол (о землю) и ловле его двумя руками, перебрасывать мяч из одной руки в другую,
--	---	---

		<p>друг другу из разных и.п. и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди);</p> <ul style="list-style-type: none"> - закреплять умения детей метать предметы на дальность, в горизонтальную и вертикальную цели (с расстояния не более 4м); - совершенствовать навыки ползания, перелезания через различные препятствия, лазание по гимнастической стенке с изменением темпа, перелезания с одного пролета на другой; - побуждать детей осознанно и самостоятельно использовать определенный объем знаний и умений в различных условиях; - обогащать двигательный опыт детей и формировать у них потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании; - способствовать развитию у детей интерес к движению и повышению своих результатов; - поддерживать интерес детей к различным видам спорта сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.
--	--	--

Организация образовательной деятельности
по приобщению детей 4-5 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) . 15-20 мин
Организованная деятельность по физическому развитию детей в бассейне	2 раза в неделю с подгруппой . 20 мин
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). 7-10 мин
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке.	Ежедневно с группой или подгруппой детей. 10-12 мин
Оздоровительная гимнастика пробуждение после дневного сна с включением ОРУ.	Ежедневно с группой детей. 10-12 мин.
Самостоятельная деятельность детей	Ежедневно в разные отрезки режима дня.

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; - игровой принцип;

	<ul style="list-style-type: none"> - 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
Познавательно-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.

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 ног и 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).

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 ОУ 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 6

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; 	Помогает определить эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности школы ГОН и разработать стратегию дальнейшего взаимодействия всех участников образовательного процесса
Родительские собрания	<ul style="list-style-type: none"> - ознакомить родителей с физкультурно-оздоровительной работой в школе 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 	- Родители узнают, какими атрибутами можно пополнить свой арсенал пособий для ежедневных

	<p>использования атрибутов для привлечения детей к занятиям физической культуры;</p> <p>- способствовать созданию в семье условий для реализации потребности детей в физической активности.</p>	<p>физкультурных занятий и игр дома;</p> <p>- знакомятся со способами использования данного оборудования для повышения двигательной активности детей.</p>
<p>Оформление фотовыставок</p> <p>Выставки совместных работ</p>	<p>- повышать интерес детей к физической культуре и спорту;</p> <p>- воспитывать желание вести ЗОЖ;</p> <p>- воздействовать на родителей с целью привлечения к совместным занятиям спортом;</p> <p>- расширять представление родителей и детей о формах семейного досуга.</p>	<p>- Способствует повышению интереса детей к физической культуре, выполнению физических упражнений;</p> <p>- дети знакомятся со спортивными увлечениями своих родственников.</p>
<p>Дни и недели открытых дверей</p> <p>Конкурсы</p> <p>Совместные мероприятия</p>	<p>- повысит у детей и их родителей интерес к физической культуре и спорту;</p> <p>- совершенствовать двигательные навыки</p> <p>- воспитывать физические и морально-ролевые качества;</p> <p>- закреплять у детей гигиенические навыки.</p>	<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</p>

		лучше, поскольку за ними наблюдают их родные.
Советы специалистов Консультации Совместные практикумы	<ul style="list-style-type: none"> - рассказывать о значении физкультуры для человека; - повышать интерес к физической культуре; - воспитывать желание вести ЗОЖ; - формировать интерес к занятиям физкультурой 	Такие мероприятия вызывают у родителей желание заниматься спортом. В результате родители могут отвести своего ребёнка в спортивную секцию или кружок.

Планирование работы с родителями

Таблица 7

<i>В обязательной части программы</i>	<i>В части программы, формируемой участниками образовательных отношений</i>
<i>Сентябрь</i>	
<ul style="list-style-type: none"> - Организация и проведение индивидуальных бесед с родителями (по запросу родителей); - привлечение родителей к подготовке к празднику «День знаний» 	<ul style="list-style-type: none"> - Оформление спортивного стенда на тему «Закаливание»;
<i>Октябрь</i>	
<ul style="list-style-type: none"> - Организация и проведение консультации «Роль дыхательной гимнастики, как метод оздоровления дошкольников» - Участие родителей в спортивном соревновании «Я и моя семья». 	<ul style="list-style-type: none"> - Мастер-класс на тему «Ритмичные движения под детские песни»
<i>Ноябрь</i>	

<ul style="list-style-type: none"> - 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). 	<ul style="list-style-type: none"> -Участие родителей к показательному выступлению с мячами и обручами, посвящённого«Дню матери»;
Декабрь	
<ul style="list-style-type: none"> - Организация и проведение родительского собрания «Правила поведения на праздниках в детском саду»; - оформление спортивного стенда на тему «Новогодние игры»; - участие родителей в новогодней эстафете на лыжах 	<ul style="list-style-type: none"> - Участие родителей в подготовке к «Новому году»
Январь	
<ul style="list-style-type: none"> - 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» 	<ul style="list-style-type: none"> - Мастер-класс на тему «Самые гибкие»
Февраль	
<ul style="list-style-type: none"> - 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 » 	<ul style="list-style-type: none"> - Привлечение родителей к подготовке детей к соревнованиям Дню Защитника Отечества.
Март	
<ul style="list-style-type: none"> - Организация и проведение консультаций по 	<ul style="list-style-type: none"> Привлечение родителей к подготовке

запросу родителей; - участие родителей в празднике, посвящённом Международному женскому дню; - оформление спортивного стенда на тему «Спортивный танец для любимой мамы».	костюмов на праздники
<i>Апрель</i>	
- 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;
<i>Май</i>	
- 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 области: 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 8

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	11/2 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.
Лыжи, 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 9

<i>Образовательная область</i>	<i>Перечень методических пособий, технологий</i>	
	<i>В обязательной части программы</i>	<i>В части программы, формируемой участниками образовательных отношений</i>
Физическое развитие.	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа. – М.МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 4-5 лет. 20014.	О.В. Бережнова, В.В. Бойко Физическое развитие детей 3-7 лет «Малыши-крепыши», 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 холодный период) Таблица 10

Режимные моменты	Временной промежуток
Приход детей, самостоятельная деятельность	7.30-8.00
Утренняя гимнастика, Утренний круг	8.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.50

Игры, самостоятельная деятельность детей	8.50-9.00
Организованная детская деятельность /Самостоятельная деятельность (игры) Динамическая пауза (10 мин) после каждого занятия	9.00-10.00
Второй завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-12.05
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.05-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	15.50-16.20
Вечерний круг	16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	16.30-18.00

Режим дня на июнь при 10,5 часового пребывания детей раннего и дошкольного возраста

Таблица 11

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).	09.00-10.10

Двигательная, игровая активность. Второй завтрак	
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 12

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
9.10 – 9.30 Музыка 9.40 – 10.00 Ознакомление с окружающим миром	9.10 – 9.30 Физическая культура 9.40 – 10.00 Развитие речи	9.10 – 9.30 Музыка 9.40 – 10.00 Формирование элементарных математических представлений	9.10 – 9.30 Физическая культура 9.40 – 10.00 Лепка/аппликация	9.20 – 9.40 Рисование 11.45 – 12.05 Физическая культура на воздухе

Режим двигательной активности детей дошкольного возраста

Таблица 13

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин) в зависимости от возраста детей 4 – 5 лет
Физкультурные занятия	в помещении	2 раза в неделю 20
	на воздухе	1 раз в неделю 20
Физкультурно – оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	Ежедневно 5 – 6
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20
	физкультминутки (в середине статистического занятия)	3 – 5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	физкультурный досуг	1 раз в месяц 20 – 30
	физкультурный праздник	2 раза в год до 40 мин
	день здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная	самостоятельное использование	ежедневно

деятельность	физкультурного и спортивно – игрового оборудования	
	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 14

№	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	2 раза в год	Инструктор по физкультуре,

	праздники		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	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 5-го года жизни.

Таблица 15

№	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 спортом заниматься» Развлечение «В стране дорожных знаков»	Инструктор по Ф.К., воспитатели
9	Май	Развлечение «Мой веселый, звонкий мяч» Развлечение «Спасибо деду за Победу» День здоровья	Инструктор по Ф.К., воспитатели

Таблица 16

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