

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Чатлыковская средняя общеобразовательная школа»
Чатлыковский детский сад
Юридический адрес 623333, Свердловская область, Красноуфимский район,
С.Чатлык, ул. Ленина 43
Фактический адрес: 623333, Свердловская область, Красноуфимский район,
С.Чатлык, ул. Ленина 47
телефон: 4 – 43 – 22, сайт 143116.@mail.ru

Принята:
на заседании педагогического совета
Протокол № 1
от « 31 » августа 2018 г.
Председатель педагогического совета:
Юрлова Т.В. Юрлова Т.В.



***Рабочая программа дошкольного образования
по освоению воспитанниками третьего, четвертого,
пятого, шестого, седьмого года жизни в группах
общеразвивающей направленности
«физическое развитие»***

с. Чатлык
2018 год

Общеобразовательная программа дошкольного образования по физической культуре МО Красноуфимский округ, с.Чатлык - 2018 г.

Составитель: Еремеева Е. А. инструктор по физической культуре, структурного подразделения МКОУ «Чатлыковская СОШ» Чатлыковский детский сад.

Редактор: Юрлова Т.В., заведующая структурным подразделением Чатлыковский детский сад, первая квалификационная категория.

Общеобразовательная программа дошкольного образования по физической культуре разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г., N 1155, г. Москва, основной общеобразовательной программой – образовательной программой дошкольного образования структурного подразделения МКОУ «Чатлыковская СОШ» Чатлыковский детский сад и отвечает современным принципам государственной политики - «единство образовательного пространства на территории Российской Федерации, защита и развитие этнокультурных особенностей и традиций народов Российской Федерации в условиях многонационального государства».

Общеобразовательная программа дошкольного образования по физической культуре определяет содержание и организацию образовательного процесса для детей дошкольного возраста и направлена на формирование общей культуры, развитие физических, личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, коррекцию недостатков в физическом развитии детей.

СОДЕРЖАНИЕ

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	5
Обязательная часть	
1. 1. Пояснительная записка	5
1.1.1. Цели и задачи Программы	6
1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы	11
1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста	15
1.1.3.1. Перечень нормативных и нормативно-методических документов	15
1.1.3.2. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности	16
1.1.3.3. Характеристика особенностей развития детей дошкольного возраста (возрастная характеристика, характеристики особенностей развития воспитанников ДОО)	17
1.1.3.4. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребёнка	29
1.1.3.5. Кадровые условия реализации Программы	30
1.1.3.6. Финансовые условия реализации Программы	31
1.1.3.7. Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания Программы	31
1.2. Планируемые результаты как целевые ориентиры освоения основной образовательной программы - программы дошкольного образования	31
1.3 Часть, формируемая участниками образовательных отношений	37
1.3.1. Пояснительная записка	37
1.3.2. Цели и задачи реализации программы «Мы живём на Урале»	38
1.3.3. Принципы и подходы реализации программы «Мы живём на Урале»	41
1.3.4. Психолого педагогические условия, обеспечивающие развитие ребёнка	44
1.3.5. Планируемые результаты освоения парциальных программ	45
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	46
Обязательная часть	
Модуль образовательной деятельности «Физическое развитие	
2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребёнка; ранний и дошкольный возраст	46
2.2. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	48
2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы	49
2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	51
2.5. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей	52
2.6. Образовательные технологии	54
2.7. Часть, формируемая участниками образовательных отношений	
Модуль образовательной деятельности «Мы живём на Урале»	58
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
Обязательная часть	
3.1. Описание материально-технического обеспечения ООП ДО	63
3.2. Описание обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания	64
3.3. Режим дня	64
3.4. Планирование образовательной деятельности	68
3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	94
3.6. Часть, формируемая участниками образовательных отношений	95

3.6.1. Описание материально-технического обеспечения модуля «Мы живём на Урале».....	95
3.6.2. Описание обеспеченностью методическими материалами и средствами модуля «Мы живём на Урале».....	95
3.6.3. Планирование образовательной деятельности	95
3.6.4.. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды модуля «Мы живём на Урале».....	96
3.7. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.....	98
4. Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).....	98
5. Мониторинг образовательного процесса ОО «Физическая культура»	100

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

Обязательная часть

Пояснительная записка

Общеобразовательная программа дошкольного образования по физической культуре для детей в возрасте с 3-х до 7 лет структурного подразделения муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Чатлыковская СОШ» Чатлыковский детский сад.

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования.

Программа включает три основных раздела: целевой, содержательный и организационный, в каждом из которых отражается обязательная часть (не менее 60% общего объема) и часть, формируемая участниками образовательных отношений (не более 40% общего объема)

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы.

Основные цели и задачи

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Младший возраст с 3-х лет до 4-х лет

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания. Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Физическая культура

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Средний возраст с 4-х лет до 5-ти лет

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.

Физическая культура

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

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.

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).

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др.

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

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.

Старший возраст с 5-ти лет до 6-ти лет

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Расширять представления об особенностях функционирования и

целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Физическая культура

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

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

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Учить спортивным играм и упражнениям.

Подготовительный к школе возраст с 6-ти лет до 7-ми лет

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.

Физическая культура

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 равно-

веса, 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, хоккей, футбол).

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы.

В основу обязательной части Программы заложены принципы:

- 1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- 2) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);
- 3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 5) сотрудничество Организации с семьей;
- 6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

- 8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

Подходы к формированию ООП ДО

Личностно-ориентированный подход, который предусматривает организацию образовательного процесса с учетом того, что развитие личности ребенка является главным критерием его эффективности. Механизм реализации личностно-ориентированного подхода - создание условий для развития личности на основе изучения ее задатков, способностей, интересов, склонностей с учетом признания уникальности личности, ее интеллектуальной и нравственной свободы, права на уважение. Личностно-ориентированный подход концентрирует внимание педагога на целостности личности ребенка и учет его индивидуальных особенностей и способностей. «Реализация личностного подхода к воспитательному процессу предполагает соблюдение следующих условий:

- в центре воспитательного процесса находится личность воспитанника, т.е. воспитательный процесс является антропоцентрическим по целям, содержанию и формам организации;
- организация воспитательного процесса основывается на субъект-субъектном взаимоотношении его участников, подразумевающим равноправное сотрудничество и взаимопонимание педагога и воспитанников на основе диалогового общения;
- воспитательный процесс подразумевает сотрудничество и самих воспитанников в решении воспитательных задач;
- воспитательный процесс обеспечивает каждой личности возможность индивидуально воспринимать мир, творчески его преобразовывать, широко использовать субъектный опыт в интерпретации и оценке фактов, явлений, событий окружающей действительности на основе личностно значимых ценностей и внутренних установок;
- задача педагога заключается в фасилитации, т.е. стимулировании, поддержке, активизации внутренних резервов развития личности» (В.А. Сластенин).

Личностно-деятельностный подход рассматривает развитие в ходе воспитания и обучения как с позиции педагога, так и с позиции ребенка. Организация такого процесса воспитания и обучения предполагает наличие руководства, формула которого у М. Монтессори определена как «Помоги мне сделать это самому». В соответствии с данной установкой педагога видят свою миссию в том, чтобы помочь обучающимся стать людьми: любознательными и пытливыми, знающими и умеющими пополнять знания, думающими, коммуникативными, непредубежденными и обладающими широким кругозором, способными принимать решения и отвечать на вызов, разносторонними, размышляющими и способными к рефлексии.

Индивидуальный подход к воспитанию и обучению дошкольника определяется как комплекс действий педагога, направленный на выбор методов, приемов и средств воспитания и обучения в соответствии с учетом индивидуального уровня подготовленности и уровнем развития способностей воспитанников. Он же предполагает обеспеченность для каждого ребенка сохранения и укрепления здоровья, психического благополучия, полноценного физического воспитания. При этом индивидуальный подход предполагает, что педагогический процесс осуществляется с учетом индивидуальных особенностей воспитанников (темперамента, характера, способностей, склонностей, мотивов, интересов и пр.), в значительной мере влияющих на их поведение в различных жизненных ситуациях. Суть индивидуального подхода составляет гибкое использование педагогом различных форм и методов воздействия с целью достижения оптимальных результатов воспитательного и обучающего процесса по отношению к каждому ребенку. Применение индивидуального подхода должно быть свободным от стереотипов восприятия и гибким, способным компенсировать недостатки коллективного, общественного воспитания.

Аксиологический (ценностный) подход, предусматривающий организацию развития и воспитания на основе общечеловеческих ценностей (например, ценности здоровья, что в системе образования позволяет говорить о создании и реализации моделей сохранения и укрепления здоровья воспитанников, формирования у детей субъектной позиции к сохранению и укреплению своего здоровья) и гуманистических начал в культурной среде, оказывающих влияние на формирование ценностных ориентаций личности ребенка. Или этические, нравственные ценности, предусматривающие реализацию проектов диалога культур, этических отношений и т.д. При этом объективные ценности мировой, отечественной и народной культур становятся специфическими потребностями формирующейся и развивающейся личности, устойчивыми жизненными ориентирами человека путем перевода их в субъективные ценностные ориентации.

Компетентностный подход, в котором основным результатом образовательной деятельности становится формирование готовности воспитанников самостоятельно действовать в ходе решения актуальных задач:

- решать проблемы в сфере деятельности (определять цели познавательной деятельности, выбирать необходимые источники информации, находить оптимальные способы добиться поставленной цели, оценивать полученные результаты, организовывать свою деятельность, сотрудничать с другими воспитанниками;

- объяснять явления действительности, их сущность, причины, взаимосвязи, решать познавательные проблемы;
- ориентироваться в проблемах современной жизни - экологических, политических, межкультурного взаимодействия и иных, решать аналитические проблемы;

- ориентироваться в мире духовных ценностей, отражающих равные культуры и мировоззрения, решать аксиологические проблемы;
- решать проблемы, связанные с реализацией определенных социальных ролей.

Диалогический подход, предусматривающий становление личности, развитие ее творческих возможностей, самосовершенствование в условиях равноправных взаимоотношений с другими людьми, построенных по принципу диалога, субъект - субъектных отношений.

Социально-педагогический подход в воспитании и обучении обозначает единство и согласованность действий социальных институтов воспитания ребенка вне зависимости от их функционального предназначения в целях гармонизации взаимодействия ребенка и социума. При этом социальный подход пронизывает все сферы жизнедеятельности ребенка, связанные с переживанием им своего места в семье, группе и обществе и отношений с людьми, познанием и преобразованием окружающего мира.

Культурно-исторический подход в воспитании и обучении обозначает единство и согласованность действий социальных институтов воспитания ребенка вне зависимости от их функционального предназначения в целях гармонизации взаимодействия ребенка и социума. При этом социальный подход пронизывает все сферы жизнедеятельности ребенка, связанные с переживанием им своего места в семье, группе и обществе и отношений с людьми, познанием и преобразованием окружающего мира.

Деятельностный подход, связанный с организацией 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 ребенка при включении в образовательную деятельность.

Системно-деятельностный подход заключается в следующем: личностное, социальное, познавательное развитие детей определяется характером организации их деятельности. Системно-деятельностный подход к развитию ребенка и созданию образовательной среды предполагает гармоничное развитие всех сторон личности ребенка в условиях созданного спектра специфических видов детской деятельности.

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

Возрастной подход к воспитанию и обучению предполагает ориентировку педагога в процессе воспитания и обучения на закономерности развития личности ребенка (физиологические, психические, социальные и др.), а также социально-психологические особенности групп воспитуемых, обусловленных их возрастным составом, что находит отражение в возрастной периодизации развития детей. Известно, что ребенок младшего дошкольного возраста с трудом умеет контролировать свои эмоции, импульсивен, непредсказуем.

Ребенок старшего дошкольного возраста уже может осмыслить происходящие события, анализировать свое и чужое поведение, эмоциональные проявления. Его психические процессы (внимание, память и др.) становятся произвольными, что также отражается на его поведении, даже эмоции, становятся «интеллектуальными», начинают подчиняться воле ребенка, что приводит к развитию самосознания (А. В. Запорожец), формированию ответственности, справедливости и других качеств.

Средовой подход, предусматривающий использование возможностей внутренней и внешней среды образовательного учреждения в воспитании и развитии личности ребенка. Под внешней средой понимается все социокультурное окружение дошкольника, образовательной организации, которое может быть охарактеризовано понятием жизнедеятельности общества на определенной территории. В качестве элементов социокультурной среды можно назвать учреждения культуры; учреждения дополнительного образования, клубы по интересам, досуговые центры; средства массовой информации и коммуникации. Внутренняя (или образовательная) среда рассматривается как пространство, окружение, условия, в которых существует, функционирует и удовлетворяет свои образовательные потребности каждый дошкольник.

Проблемный подход позволяет сформировать видение образовательной программы с позиции комплексного представления ее структуры как системы подпрограмм по образовательным областям и детским видам деятельности, организациях которых будет способствовать достижению соответствующих для каждой области (направления развития ребенка) целевых ориентиров развития.

Генетический подход предопределяет тип ведущей деятельности (общение, предметная деятельность, игра), в которой формируются и перестраиваются психические процессы, развивается личность, возникают новые виды деятельности, каждый психологический возраст характеризуется ведущей деятельностью и возрастными возможностями детей.

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

1.1.3.1. Перечень нормативных и нормативно-методических документов.

Рабочая программа по развитию детей третьего, четвертого, пятого, шестого, седьмого года жизни в группах общеобразовательной направленности, разработана в соответствии с примерной общеобразовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.Е. Комаровой, М.А. Васильевой, с основной общеобразовательной программой МКОУ «Чатлыковская СОШ» Чатлыковский детский сад, в соответствии с реализацией ФГОС дошкольного образования.

Рабочая программа по развитию детей в группах общеобразовательной направленности, обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по физическому направлению.

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

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

приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;

приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;

1.1.3.2. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности.

Педагогическая диагностика

Реализация программы «От рождения до школы» предполагает оценку индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе:

- игровой деятельности;
- физического развития.

Результаты педагогической диагностики могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

В ходе образовательной деятельности педагоги создают диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия.

Педагогическая диагностика позволяет оптимизировать образовательный процесс, определить результаты обучения, руководствуясь выработанными критериями.

Периодичность мониторинга – 2 раза в год.

В начале учебного года по результатам мониторинга определяется зона образовательных потребностей каждого воспитанника: высокому уровню соответствует зона повышенных образовательных потребностей, среднему уровню – зона базовых образовательных потребностей, низкому – зона риска.

В конце учебного года делаются выводы о степени удовлетворения образовательных потребностей детей и о достижении положительной динамики самих образовательных потребностей.

Показатели динамики формирования интегративных качеств заносятся в таблицы.

1.1.3.3. Характеристика особенностей развития детей дошкольного возраста (возрастная характеристика, характеристики особенностей развития воспитанников ДОО)

Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей. Особенности развития детей 3–4 лет

Для физического воспитания детей 3–4 лет в оптимальном варианте и в соответствии с их двигательными возможностями педагогу необходимы элементарные знания анатомо-физиологических особенностей развития как отдельных органов и систем, так и всего организма в целом. Известно, что каждый возрастной период имеет определенную специфику развития. Есть такие особенности и у детей четвертого года жизни.

Показателями физического развития детей являются рост, вес, окружность грудной клетки, состояние костной и мышечной систем, внутренних органов, а также уровень развития моторики, то есть их физической подготовленности.

Рост ребенка на четвертом году жизни несколько замедляется относительно предыдущего периода – первых трех лет. Так, если к 2 годам рост детей увеличивался в среднем на 10–12 см, к 3 годам – на 10 см, то к 4 годам – всего на 6–7 см. В 3 года средний рост мальчиков равен 92,7 см, девочек – 91,6 см, соответственно в 4 года – 99,3 см и 98,7 см – ростовые показатели почти одинаковы. Рост детей четвертого года жизни находится во взаимосвязи с развитием основных видов движений – прыжков, бега, метания, равновесия.

Дети высокого роста бегают быстрее сверстников, а невысокие ребята делают относительно мелкие шаги, но дополняют их высоким темпом передвижения. Способность к быстрому бегу определяется также индивидуальными различиями, координационными возможностями, которые в данной возрастной группе еще не велики.

В возрасте от трех до шести лет годовые увеличения в весе также примерно одинаковы для детей обоего пола. Прибавка в весе составляет в среднем 1,5–2 кг. В 3 года вес мальчиков составляет 14,6 кг, а девочек – 14,1 кг. К 4 годам это соотношение изменяется, соответственно составляя 16,1 кг и 15,8 кг. Окружность грудной клетки увеличивается, но разница между мальчиками и девочками по этому показателю незначительна. В 3 года эта величина составляет 52,6 см (мальчики) и 52 см (девочки), в 4 года – 53,9 см и 53,2 см.

Общей закономерностью развития опорно-двигательного аппарата в ранние периоды детства является его гибкость и эластичность. По мере роста ребенка происходит срастание отдельных костей черепа и его окончательное формирование. К 3–4 годам завершается срастание затылочной кости. К четырем годам приобретает свою форму и височная кость, завершается формирование межкостных швов. Объем черепа продолжает увеличиваться, достигая к трем годам 80 % объема черепа взрослого человека.

К 2–3 годам у детей заканчивается прорезывание молочных зубов, их количество приближается к 20. Их здоровье, рост и развитие во многом зависят от питания. Ребенок 3–4 лет в среднем затрачивает в день 1000–1600 калорий. В рацион входят белки, жиры, углеводы, минеральные соли, витамины и вода. Для построения костей скелета и зубов необходимы кальций и фосфор. Ребенок должен получать за сутки с молочными, рыбными и другими продуктами 1 г кальция, 1,5–2 г фосфора и 15–20 мг железа. До полутора лет позвоночник ребенка растет равномерно, затем замедляется рост шейных и верхнегрудных позвонков. В 5 лет вновь все отделы позвоночника начинают расти равномерно. Гибкость и подвижность позвоночника обеспечиваются наличием значительного процента хрящевой ткани. Физиологические изгибы позвоночника в 3–4 года неустойчивы, кости и суставы легко подвергаются деформации под влиянием неблагоприятных воздействий. Например, если малыш часто лепит из слишком жесткого пластилина, суставы пальцев могут деформироваться. Отрицательно влияет на развитие опорно-двигательного аппарата излишний вес ребенка. Неправильные позы (сведение плеч, опускание одного плеча, сильный наклон головы вперед и вниз) могут стать привычными и привести к нарушению осанки, что, в свою очередь, отрицательно сказывается на функции кровообращения и дыхания.

Физические упражнения нужно подбирать так, чтобы нагрузка распределялась равномерно на все части тела. При проведении упражнений общеразвивающего характера использовать различные исходные положения – сидя, лежа, на спине, животе и т. д. При выполнении упражнений стоя, это в основном стойка ноги на ширине стопы или плеч. Стойка "ноги вместе" неустойчива и нецелесообразна, поэтому используется редко.

Утомляет ребенка и отрицательно сказывается на состоянии и развитии опорно-двигательного аппарата длительное пребывание в статической позе. Если педагог перед выполнением упражнения долго выравнивает детей, многословно объясняет задание, порой до 1–1,5 минут, это снижает двигательную активность, отрицательно сказывается на осанке детей, их внимании, выполнении упражнений. Продолжительность объяснений не должна превышать 20–25 секунд (многое зависит от сложности задания, в этом случае надо перевести детей в положение сидя).

При обучении основным видам движений – равновесию и прыжкам, как правило, используют поточный способ организации детей. В упражнениях с мячами (катание, перебрасывание, бросание и ловля мяча) обычно используют фронтальный способ организации, что повышает двигательную активность детей и увеличивает моторную плотность занятия в целом. Необходимо соблюдать определенную дозировку физических упражнений. Так, количество упражнений общеразвивающего характера составляет 4–5 и повторяется 4–5 раз. Темп проведения упражнений и необходимые паузы зависят от физической подготовленности детей каждой конкретной группы.

Рост и развитие костей в большей мере связаны с работой мышц. Мышечный тонус (упругость) у младших дошкольников еще недостаточный. В развитии мышц выделяют несколько узловых возрастов. Один из них – 3–4 года. В этот период диаметр мышц увеличивается в 2–2,5 раза, происходит дифференциация мышечных волокон. Строение мышц, характерное для детей четвертого года жизни, сохраняется без существенных изменений до шестилетнего возраста. Мускулатура по отношению к общей массе тела и мышечная сила у ребенка 3–4 лет еще недостаточно развиты. Так, кистевая динамометрия (правая рука) в четыре года у мальчиков составляет 4,1 кг, а у девочек – 3,8 кг.

В этом возрасте крупная мускулатура в своем развитии преобладает над мелкой. Поэтому детям легче даются движения всей рукой (прокатить машинку, мяч и т. д.). Но постепенно в строительных дидактических играх, в изобразительной деятельности совершенствуются движения кисти, пальцев. Дети осваивают складывание башенок, пирамидок и т. д.

В упражнениях общеразвивающего характера при поднимании рук вверх, в стороны, при наклонах, поворотах и приседаниях малыши осваивают навыки владения телом. Однако для правильного воздействия на ту или иную группу мышц необходимы определенные исходные положения. В этом возрасте дети способны понять поставленную перед ними задачу – встать, ноги на ширину стопы или на ширину плеч и т. д.

Воспитатель выполняет упражнение вместе с детьми, показывая и поясняя его. Наклоны и приседания педагог выполняет 2–3 раза и задает темп выполнения заданий. Далее дети действуют самостоятельно, прислушиваясь к указаниям воспитателя.

Особенности строения дыхательных путей у детей дошкольного возраста (узкие просветы трахеи, бронхов и т. д., нежная слизистая оболочка) создают предрасположенность к нежелательным явлениям.

Рост легких с возрастом происходит за счет увеличения количества альвеол и их объема, что важно для процессов газообмена. Жизненная емкость легких в среднем равна 800-1100 мл. В раннем возрасте главной дыхательной мышцей является диафрагма, поэтому у малышей преобладает брюшной тип дыхания.

Ребенок 3–4 лет не может сознательно регулировать дыхание и согласовывать его с движением. Важно приучать детей дышать носом естественно и без задержки. При выполнении упражнений следует обращать внимание на момент выдоха, а не вдоха. Если во время бега или прыжков дети начинают дышать через рот – это сигнал к тому, чтобы снизить дозировку выполняемых заданий. Упражнения в беге длятся 15–20 секунд (с повторением). Для малышей полезны упражнения, требующие усиленного выдоха: игры с пушинками, легкими бумажными изделиями.

Помещение, в котором находятся дети, нужно проветривать 5–6 раз в день (каждый раз по 10–15 минут). Температура воздуха в групповом помещении должна составлять +18–20 °С (летом) и +20–22 °С (зимой). Относительная влажность – 40–60 %. Для контроля за изменением температуры воздуха термометр в помещении подвешивается на уровне роста ребенка (но в недоступном для детей месте). Физкультурные занятия проводятся в хорошо проветриваемом помещении или на участке детского сада.

Сердечно-сосудистая система ребенка, по сравнению с органами дыхания, лучше приспособлена к потребностям растущего организма. Однако сердце ребенка работает хорошо лишь при условии посильных нагрузок.

О реакции организма на физическую нагрузку судят по внешним признакам утомления: отвлекаемость, общая слабость, одышка, побледнение или покраснение лица и нарушение координации движений.

Развитие высшей нервной деятельности, особенно в раннем возрасте, во многом зависит от морфологического развития коры больших полушарий. В дальнейшем продолжается совершенствование центральной нервной системы, как морфологическое, так и функциональное.

К трем годам у ребенка значительно развита способность к анализу, синтезу и дифференциации (различению) раздражений окружающей среды. В этих процессах значительная роль принадлежит непосредственным восприятиям и речи, с помощью которых обобщаются и уточняются получаемые ребенком впечатления.

Внимание детей 3–4 лет еще неустойчиво, легко нарушается при изменении окружающей обстановки, под влиянием возникающего ориентировочного рефлекса. Если в момент объяснения упражнения в зал входит взрослый, дети сразу отвлекаются. Педагог должен быстро и умело переключать их внимание на учебное задание. При проведении упражнений следует учитывать, что двигательные умения, формируемые у детей, непрочны

и требуют многократных повторений, даже если упражнения несложны по своей структуре. Воспитатель сначала выполняет упражнение 2–3 раза вместе с детьми и поясняет его. Затем следит за тем, как малыши самостоятельно справляются с заданием, дает им указания, помогает. Это приучает детей к самостоятельности и формирует осознанность действий. В момент выполнения упражнений ребенок не всегда может понять указания воспитателя и тогда ему следует оказать непосредственную помощь, например, повернуть его корпус, придать руке нужное положение и т. д.

Вновь приобретенные умения и навыки могут быть реализованы не только на физкультурных занятиях, но и в жизненно важной самостоятельной двигательной деятельности детей.

Особенности развития детей 4-5 лет

В возрасте 4-5 лет у детей происходит дальнейшее изменение и совершенствование структур и функций систем организма. Темп физического развития остается таким же, как и в предыдущий год жизни ребенка.

Прибавка в росте за год составляет 5-7 см, массы тела - 1,5-2 кг. Рост (средний) четырехлетних мальчиков-100,3 см, а пятилетних-107,5 см. Рост (средний) девочек четырехлет-99,7 см, пяти лет-106,1 см. Масса тела (средняя) мальчиков и девочек равна в четыре года 15,9 кг и 15,4 кг, а в пять-17,8 кг и 17,5 кг соответственно.

При нормальной двигательной активности рост усиливается, а при гиподинамии ребенок может иметь избыточный вес, но недостаточный для своего возраста рост.

При оценке физического развития детей учитываются не только абсолютные показатели, но и пропорциональное их соотношение: вес рост, объем головы - объем грудной клетки и др. С возрастом, естественно, эти показатели изменяются. Так, объем грудной клетки увеличивается интенсивнее, чем объем головы.

Опорно-двигательный аппарат. Скелет дошкольника отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен. В связи с особенностями развития и строения скелета детям 4-5 лет не рекомендуется предлагать на физкультурных занятиях и в свободной деятельности силовые упражнения. Необходимо также постоянно следить за правильностью принимаемых детьми поз.

Материалы для игр с предметами желательно размещать так, чтобы дети не только занимали удобные позы, но и почаще их меняли.

Продолжительное сохранение статичной позы может вызвать перенапряжение мускулатуры и в конечном итоге привести к нарушению осанки. Поэтому на занятиях, связанных с сохранением определенной позы, используются разнообразные формы физкультурных пауз.

В процессе роста и развития разные группы мышц развиваются неравномерно. Так, масса нижних конечностей по отношению к массе тела увеличивается интенсивнее, чем масса верхних конечностей.

Характеристикой функционального созревания мышц служит мышечная выносливость. Считается, что ее увеличение у детей среднего дошкольного возраста наибольшее. Это происходит за счет роста диаметра мышечных волокон и увеличения их числа. Мышечная сила возрастает. Сила кисти правой руки за период от 4 до 5 лет увеличивается в следующих пределах: у мальчиков - от 5,9 до 10 кг, у девочек - от 4,8 до 8,3 кг.

Организуя двигательную деятельность детей, воспитатель должен предоставлять каждому ребенку возможность активно участвовать в играх любого вида. Сюжеты игр для прогулок подбирает такие, чтобы ребята использовали всю площадь зала или участка.

Необходимо дозировать двигательную нагрузку детей при выполнении разных видов упражнений. Например, ходьба на лыжах не должна превышать 15-20 мин., с перерывом на отдых. Отдыхая (2-3 минуты), дети могут постоять на лыжах, посмотреть на заснеженные деревья. В хороший летний день можно совершить с детьми прогулку на расстояние не более 2 км при условии обеспечения короткого отдыха через каждые 20 мин. пути и в середине экскурсии - привал в сухом тенистом месте длительностью до получаса.

Во время утренней гимнастики и физкультурных занятий важна правильная дозировка физических упражнений, укрепляющих мышцы спины, шеи, рук, ног - не более 5-6 повторений.

Мышцы развиваются в определенной последовательности: сначала крупные мышечные группы, потом мелкие. Поэтому следует дозировать нагрузку, в частности для мелких мышечных групп, например, при выполнении трудовых поручений: так; во время уборки сухих листьев вес груза на носилках не должен превышать 2,5 кг. Вместе с тем следует по возможности развивать у детей мускулатуру предплечья и кисти: на физкультурных занятиях использовать упражнения с мячами, кубиками, флажками; в быту учить ребят пользоваться вилок, застегивать мелкие пуговицы (но их не должно быть много); в играх предлагать мелкие кубики, кегли, простейший конструктор.

Органы дыхания. Если у детей 2-3 лет преобладал брюшной тип дыхания, то к 5 годам он начинает заменяться грудным. Это связано с изменением объема грудной клетки. Несколько увеличивается жизненная емкость легких (в среднем до 900-1000 см³), причем у мальчиков она больше, чем у девочек.

В то же время строение легочной ткани еще не завершено. Носовые и легочные ходы у детей сравнительно узки, что затрудняет поступление воздуха в легкие. Поэтому ни увеличивающаяся к 4-5 годам подвижность грудной клетки, ни более частые, чем у взрослого, дыхательные движения в дискомфортных условиях не могут обеспечить полной потребности ребенка в кислороде. У детей, находящихся в течение дня

в помещении, появляется раздражительность, плаксивость, снижается аппетит, становится тревожным сон. Все это - результат кислородного голодания, поэтому важно, чтобы сон, игры и занятия проводились в теплое время года на воздухе.

Учитывая относительно большую потребность детского организма в кислороде и повышенную возбудимость дыхательного центра, следует подбирать такие гимнастические упражнения, при выполнении которых дети могли бы дышать легко, без задержки.

Сердечно-сосудистая система. Частота сердечных сокращений в минуту колеблется у ребенка 4-5 лет от 87 до 112, а частота дыхания от 19 до 29.

Регуляция сердечной деятельности к пяти годам окончательно еще не сформирована. В этом возрасте ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется. Признаки утомления выражаются в покраснении или побледнении лица, учащенном дыхании, одышке, нарушении координации движений и могут наблюдаться у детей на физкультурных занятиях. Важно не допускать утомления ребят, вовремя снижать нагрузку и менять характер деятельности. При переходе на более спокойную деятельность ритм сердечной мышцы восстанавливается.

Высшая нервная деятельность. Центральная нервная система является основным регулятором механизмов физиологических и психических процессов. Нервные процессы - возбуждение и торможение - у ребенка, как и у взрослого, характеризуются тремя основными свойствами: силой, уравновешенностью и подвижностью. К 4-5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов. Особенно характерно для детей данного возраста совершенствование межанализаторных связей и механизмов взаимодействия сигнальных систем. Малышам трудно сопровождать словами игровые действия или воспринимать указания, объяснения воспитателя в процессе выполнения гимнастических упражнений, рисования, конструирования и даже одевания.

Незавершенность строения центральной нервной системы объясняет большую чувствительность у дошкольников к шуму. Если фон шума в группе составляет 45-50 децибел, может наступить стойкое снижение слуха и утомление. В дошкольных учреждениях необходимо приучать детей правильно пользоваться игрушками, осторожно переносить стулья, разговаривать негромко.

На пятом году жизни, особенно к концу года, развивается механизм сопоставления слов с соответствующими им раздражителями первой сигнальной системы. Повышается самостоятельность действий, умозаключений. Однако нервные процессы у ребенка еще далеки от совершенства. Преобладает процесс возбуждения. Так, при нарушении привычных условий жизни, утомлении это проявляется в бурных эмоциональных реакциях, несоблюдении правил поведения.

Вместе с тем именно к пяти годам усиливается эффективность педагогического воздействия, направленного на концентрацию нервных процессов. Поэтому на занятиях и в быту следует предлагать упражнения, совершенствующие реакции ребенка на какой-либо сигнал: вовремя остановиться, изменить направление или темп движения и т. д.

Физкультурные занятия в средней группе детского сада физкультурные занятия проводятся три раза в неделю в утренние часы; продолжительность занятия

составляет 20-25 мин. Помещение, в котором занимаются дети, необходимо подготовить в соответствии с гигиеническими требованиями (сделать влажную уборку, проветрить), заранее подобрать необходимый инвентарь. Каждое третье занятие в течение недели проводится на свежем воздухе, на площадке.

На физкультурных занятиях в зале дети занимаются в физкультурной форме (футболка, трусы, носки, кеды или полукеды). Для занятий на участке дети специально не переодеваются, но во время занятий одежда должна быть облегчена. Зимой желательно надевать детям куртки, рейтузы, вязанные шапочки. Одежда на занятиях в условиях прогулки должна соответствовать гигиеническим нормам и требованиям.

Физкультурные занятия в средней группе проводят по общепринятой структуре, состоят из вводной, основной и заключительной частей, каждая из которых, имея конкретные задачи, подчинена единой цели всестороннему и гармоничному развитию различных двигательных навыков и умений.

Вводная часть (3-4 минуты) подготавливает организм ребенка к предстоящей более интенсивной нагрузке. Используются упражнения в ходьбе, беге, различные несложные задания с предметами, упражнения, укрепляющие мышцы ног, стопы, формирующие правильную осанку.

При проведении упражнений в ходьбе и беге необходимо соблюдать их целесообразное чередование, не увлекаясь упражнениями в ходьбе. Длительная ходьба утомляет детей и неблагоприятно сказывается на их осанке. Продолжительность бега для детей 4-5 лет на занятиях различна. В начале года бег осуществляется 2-3 раза по 20-25 сек. в чередовании с ходьбой, к середине года продолжительность бега может быть увеличена до 30-35 сек.

Основная часть (12-15 минуты) направлена на решение главных задач занятия - обучение детей новым упражнениям, повторение и закрепление ранее пройденного материала, овладение жизненно важными двигательными навыками и умениями, воспитание физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости и т. д.

В содержание основной части занятия входят общеразвивающие упражнения, упражнения в основных видах движений и подвижная игра.

Общеразвивающие упражнения с предметами (флажки, кубики, кегли, косички, палки и т. д.) И без предметов проводятся в определенной последовательности: для мышц плечевого пояса, мышц спины и косых мышц живота (наклоны, повороты) и ног. В средней группе предлагается 5-6 упражнений по 5-6 повторов от 5 до 6 раз.

При проведении общеразвивающих упражнений используются различные виды построения: в круг, около предметов, заранее разложенных в шахматном порядке; в рассыпную; в две или три колонны.

Педагог проверяет правильность исходного положения в каждом упражнении общеразвивающего характера, чтобы физическая нагрузка распределялась равномерно на все группы мышц.

Исходные положения различны: стойка ноги на ширине ступни, плеч, сидя ноги врозь, в стойке на коленях, лежа на спине и животе и т. д. Следует обращать

внимание на последовательный переход от одного исходного положения к другому.

В этой части занятия происходит обучение основным движениям: прыжкам, равновесию, метанию и лазанью. На одном занятии, как правило, предлагается два, иногда три основных вида движений, не считая упражнений, используемых в подвижной игре.

Заключительная часть (3-4 минуты) должна обеспечивать ребенку постепенный переход к относительно спокойному состоянию, особенно после подвижной игры

Особенности развития детей 5-7 лет

Возрастной период от 5 до 7 лет называют периодом «первого вытяжения», когда за один год ребенок может вырасти на 7—10 см. Средний рост дошкольника 5 лет составляет около 106,0—107,0 см, а масса тела 17—18 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц 200,0 г, а роста — 0,5 см.

Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к пяти-шести годам еще не завершено. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития неодинаковы.

Сращение частей решетчатой кости черепа и окостенение слухового прохода заканчиваются к шести годам. Сращение же между собой частей затылочной, основной и обеих половин лобной костей черепа к этому возрасту еще не завершено. Между костями черепа сохраняются хрящевые зоны, поэтому рост головного мозга продолжается (окружность головы ребенка к шести годам равна примерно 50 см). Эти размеры необходимо учитывать при изготовлении атрибутов для праздничных утренников и подвижных игр.

Окостенение опорных костей носовой перегородки начинается с 3—4 лет, но к шести годам еще не окончено. Эти особенности воспитатель должен учитывать при проведении подвижных игр, игровых упражнений и физкультурных занятий, так как даже самые легкие ушибы в области носа и уха могут привести к травмам.

Наибольшая вероятность травм возникает при выполнении упражнений, связанных с уменьшением площади опоры — ходьба по скамейке, рейке, при прыгивании, когда дети легко теряют равновесие; в упражнениях с мячом — у ребенка достаточно силы, чтобы добросить его до партнера, но несовершенная координация может исказить направление полета, и тогда мяч попадает не в руки, а в лицо; поэтому детям необходимо давать точные указания, напоминать, что мяч нужно бросать в руки партнеру.

С этой целью на прогулке следует систематически проводить разнообразные варианты игровых упражнений с мячом: «Попади в обруч», «добрось до флажка», «Сбей кеглю» и т. д. Важно также не увеличивать расстояние между детьми больше чем рекомендовано программными требованиями.

Использование теннисных мячей в старшей группе возможно лишь при условии, если у детей уже сформирован соответствующий навык.

Позвоночный столб ребенка 5—7 лет чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. При излишней массе тела, а также при неблагоприятных условиях (например, при частом поднятии тяжестей) осанка ребенка нарушается: может появиться вздутый или отвислый живот, плоскостопие, у мальчиков образоваться грыжа. Поэтому во время выполнения детьми трудовых поручений воспитатель должен следить за посильностью физических нагрузок. Например, чтобы вынести пособия и мелкий инвентарь на участок, или перенести пособия в зал, необходимо привлечь одновременно нескольких детей.

Эластичность и гибкость детской кости могут стать причиной травм не только конечностей, но и позвоночника (при падении с качелей, горки и т. д.). Следует также учитывать, что при падении ребенка с горки, столкновении с санками, ударах лыжами легко могут возникать повреждения брюшной полости (печени, почек, селезенки).

Диспропорционально формируются у дошкольников и некоторые суставы. Например, в период до 5 лет сумка локтевого сустава у ребенка растет быстро, а кольцеобразная связка, удерживающая в правильном положении головку лучевой кости, оказывается слишком свободной. Вследствие этого нередко возникает подвывих (если потянуть малыша за руку). Педагог должен обязательно предупреждать об этом родителей.

У детей 5—7 лет наблюдается и незавершенность строения стопы. В связи с этим необходимо предупреждать появление и закрепление у детей плоскостопия, причиной которого могут стать обувь большего, чем нужно, размера, излишняя масса тела, перенесенные заболевания. Воспитателю следует прислушиваться к жалобам детей на усталость и боль в ногах при ходьбе и когда они стоят.

В развитии мышц выделяют несколько этапов. Один из них — это возраст 6 лет. К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают задания в ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

Основой проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Оно зависит от степени взаимодействия проприоцептивных, вестибулярных и других рефлексов, а также от массы тела и площади опоры. С возрастом показатели сохранения устойчивого равновесия у ребенка улучшаются. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками. В целом в старшей группе детям по-прежнему легче удаются упражнения, где имеется большая площадь опоры. Но возможны и недлительные упражнения, требующие опоры на одну ногу,

например в подвижных играх: «Сделай фигуру», «Не оставайся на полу», «Совушка» и др.

Благодаря опыту и целенаправленным занятиям физической культурой (занятия, игровые упражнения, подвижные игры) упражнения по технике движений дети шестилетнего возраста выполняют более правильно и осознанно. Они уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, а это означает, что появляется доступность в умении выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить от медленных к более быстрым движениям по заданию воспитателя, т. е. менять темп.

При проведении общеразвивающих упражнений воспитатель учитывает, что детям данного возраста хорошо знакомы направления движений: вверх, вниз, вправо, влево и т. д. Ребята способны осуществлять частичный контроль выполняемых действий, на основе предварительного объяснения упражнения самостоятельно выполнять многие виды упражнений.

У детей шестилетнего возраста появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений, что значительно по сравнению с предыдущим возрастным контингентом ускоряет формирование двигательных навыков и качественно их улучшает.

Развитие центральной нервной системы характеризуется ускоренным формированием морфофизиологических признаков. Так, поверхность мозга шестилетнего ребенка составляет уже более 90% размера коры головного мозга взрослого человека. Бурно развиваются лобные доли мозга; дети старшего дошкольного возраста осознают последовательность событий, понимают сложные обобщения.

В этом возрасте совершенствуются основные процессы: возбуждение, и особенно торможение, и несколько легче в данный период формируются все виды условного торможения. Задания детям, основанные на торможении, следует разумно дозировать, так как выработка тормозных реакций сопровождается изменением частоты сердечных сокращений, дыхания, что свидетельствует о значительной нагрузке на нервную систему.

У детей 5-6 лет динамические стереотипы, составляющие биологическую основу навыков и привычек, формируются достаточно быстро, но перестройка их затруднена, что свидетельствует о недостаточной подвижности нервных процессов.

Например, ребенок отрицательно реагирует на смену привычного уклада жизни. С целью совершенствования подвижности нервных процессов и придания гибкости формируемым навыкам используют прием создания нестандартной (частично на время измененной) обстановки при проведении режимных процессов, подвижных игр и т. д.

Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. К пяти годам размеры сердца у ребенка (по сравнению с периодом новорожденного) увеличиваются в 4 раза. Интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс этот не завершается на протяжении всего дошкольного возраста.

В первые годы жизни пульс ребенка неустойчив и не всегда ритмичен. Средняя его частота к шести-семи годам составляет 92— 95 ударов в минуту. К семи-восьми годам развитие нервного аппарата, регулирующего сердечную деятельность, в основном заканчивается и работа сердца становится более ритмичной.

Размеры и строение дыхательных путей дошкольника отличаются от таковых у взрослого. Они значительно уже, поэтому нарушение температурного режима и влажности воздуха в помещении приводят к заболеваниям органов дыхания.

Важна и правильная организация двигательной активности дошкольников. При ее недостаточности число заболеваний органов дыхания увеличивается примерно на 20%.

Жизненная емкость легких у пяти-шестилетних детей в среднем равна 1100—1200 см³, но она зависит и от многих факторов: длины тела, типа дыхания и др. Число дыханий в минуту в среднем —25. Максимальная вентиляция легких к 6 годам составляет примерно 42 дц³ воздуха в минуту. При выполнении гимнастических упражнений она увеличивается в 2—7 раз, а при беге — ее больше.

Исследования по определению общей выносливости у дошкольников (на примере беговых и прыжковых упражнений) показали, что резервные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у детей достаточно высоки. Например, если физкультурные занятия проводятся на воздухе, то общий объем беговых упражнений для детей старшей группы в течение года может быть увеличен с 0,6 0,8 км до 1,2---1,6 км.

Прыжки через короткую скакалку ребята могут выполнять в течение достаточно длительного времени (13—15 мин).

Потребность в двигательной активности у многих ребят настолько велика, что врачи и физиологи период от 5 до 7 лет называют «возрастом двигательной расточительности». Задачи педагога заключаются в контроле за двигательной деятельностью своих воспитанников с учетом проявляемой ими индивидуальности, предупреждении случаев гипердинамики и активизации тех, кто предпочитает «сидячие» игры.

Характеристика контингента детей ДОО

В младшей разновозрастной группе:

Возрастная категория	Количество девочек	Количество мальчиков	Всего детей
Дети с 3 до 4 лет	1	11	12

Состояние здоровья воспитанников в младшей разновозрастной группе характеризуется следующими показателями по группам здоровья:

№	Группа здоровья	2016-2017 гг.	
		Кол-во	%
1	Первая	5	42%
2	Вторая	5	42%
3	Третья	2	16%
4	Четвертая	-	-

В старшевозрастной группе 18 детей:

Средняя группа (4 – 5 лет) – 8 детей

Старшая группа (5 – 6 лет) – 7 детей

Подготовительная группа (6 – 7 лет) – 3 детей

Состояние здоровья воспитанников в старшей разновозрастной группе характеризуется следующими показателями по группам здоровья:

№	Группа здоровья	2016-2017 гг.	
		Кол-во	%
1	Первая	2	12 %
2	Вторая	15	82%
3	Третья	1	6 %
4	Четвертая		

1.1.3.4. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребёнка.

Физическая культура является частью общечеловеческой культуры и рассматривается как основа формирования здорового образа жизни ребенка. В результате происходит созревание и совершенствование жизненно важных физиологических систем организма дошкольника, повышаются его адаптивные возможности и устойчивость к внешним воздействиям, приобретаются необходимые двигательные умения и навыки, физические качества, формируется личность в целом.

Процесс формирования физической культуры важен в период от двух до семи лет, так как этот период характеризуется активной познавательной деятельностью, интенсивным развитием интеллектуальной, эмоциональной, сферы, ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью.

Поэтому все актуальней становится проблема формирования потребности в здоровом образе жизни, начиная с раннего возраста.

Это поможет детям дошкольного возраста адаптироваться к различным условиям жизнедеятельности, сформирует интерес к занятиям физической культуры.

Цель – способствовать повышению двигательной активности дошкольников.

Задачи:

Обучающие:

- обучать детей основным видам движений и правилам их выполнения;
- формировать правильное отношение к физкультурным ОД и спортивным мероприятиям;
- формировать у воспитанников потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Воспитательные:

- приобщать к здоровому образу жизни;
- воспитывать интерес и потребность к занятиям физической культурой;
- воспитывать чувство коллективизма, дух сотрудничества и взаимоуважения.

Развивающие:

- развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- способствовать через двигательно-игровую деятельность эмоциональному развитию ребенка.
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

Специфика модели интеграции состоит в том, что решение основных психолого-педагогических задач области «Физическая культура» осуществляется во всех областях Программы. Успешная реализация этой стороны программы возможна лишь при тесном взаимодействии педагогов, медицинских работников и родителей.

1.1.3.5 Кадровые условия реализации программы

Требования к кадровым условиям реализации программы включают:

1) укомплектованность группы педагогическими и иными работниками:

Воспитатель Никитина Т.Е.. – 1 ставка; воспитатель Еремеева Е.А. – 0,5 ставки, по совмещению инструктор по физической культуре 0,25 ставки;; младший воспитатель Васильева Н.Г. – 1,3 ставки; музыкальный руководитель Пастухова С.И. 0,5 ставки

2) уровень квалификации педагогических и иных работников:

Никитина Т.Е.. – 1 кв. категория, Пастухова С.И. – соответствие занимаемой должности, Еремеева Е.А. нет категории;

3) непрерывность профессионального развития и повышения уровня профессиональной компетентности педагогических работников

Пастухова С.И. 2014г. Красноуфимский педагогический колледж, дошкольное отделение.

Еремеева Е.А. 2015г. Красноуфимский педагогический колледж, дошкольное отделение.

Васильева Н.Г. 2015г. курсы повышения квалификации по теме «Проектирование деятельности педагога дошкольного образования в соответствии с ФГОС ДО», в объеме 16ч.

1.1.3.6. Финансовые условия реализации Программы

Финансовое обеспечение реализации рабочей программы опирается на исполнение расходных обязательств, обеспечивающих государственные гарантии прав на получение общедоступного и бесплатного дошкольного общего образования.

Для обеспечения требований ФГОС ДО на основе проведенного анализа материально-технических условий реализации образовательной программы дошкольного образования:

- * был установлен предмет закупок, количество и примерная стоимость пополняемого оборудования;
- * определена величина затрат на обеспечение требований к условиям реализации образовательной программы дошкольного образования;
- * соотнесены необходимые затраты с муниципальным графиком внедрения ФГОС ДО и распределены по годам освоения средств на обеспечение требований к условиям реализации образовательной программы дошкольного образования.

1.1.3.7. Перспективы работы по совершенствованию и развитию содержания Программы

Совершенствование и развитие Программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей, использования новых научно-методических разработок, практических материалов и рекомендаций по реализации Программы, возможностей других участников образовательных отношений.

Совершенствование материально-технических условий, в т. ч. необходимых для создания развивающей предметно-пространственной среды.

1.2. Планируемые результаты как целевые ориентиры освоения основной образовательной программы - программы дошкольного образования

Требования к результатам освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и

др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

Младший возраст с 3-х лет до 4-х лет

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, спокойно спит, с аппетитом ест;
- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- приучен к опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых);
- владеет навыками поведения во время еды, умывания, умеет пользоваться носовым платком, причёсываться, следит за своим внешним видом;
- охотно включается в выполнение режимных моментов и гигиенических процедур.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- имеет простейшее представление о полезной и вредной для здоровья пище;
- владеет элементарными знаниями о правилах личной гигиены, важных для здоровья (мыть руки, чистить зубы, делать зарядку, гулять на свежем воздухе) о значении сна;
- умеет бережно относиться к своему здоровью, здоровью других детей;
- умеет сообщать о самочувствии взрослым, избегать ситуации, приносящих вред здоровью; осознает необходимость лечения;

- знает физические упражнения, укрепляющие разные органы, знает о необходимости закаливания;
- соблюдает навыки гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места не менее чем на 40 см;
- проявляет ловкость в челночном беге;
- умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями педагога.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- сохраняет равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;
- может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом;
- умеет ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление;
- может катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5 м, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударять мячом об пол, бросать его вверх 2–3 раза подряд и ловить; метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 5 м.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- принимает участие в совместных играх и физических упражнениях;
- проявляет интерес к физическим упражнениям, умеет пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время;
- проявляет положительные эмоции, активность в самостоятельной и двигательной деятельности;
- проявляет самостоятельность в использовании спортивного оборудования (санки, лыжи, трехколесный велосипед);
- проявляет самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Средний возраст с 4-х лет до 5-ти лет

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;
- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1–2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- проявляет привычку самостоятельно умываться, мыть руки с мылом перед едой, по мере загрязнения, после пользования туалетом;
- имеет элементарные представления о том, что полезно и вредно для здоровья;

- сформированы навыки культуры еды, культуры поведения, умеет следить за своим внешним видом.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- знает, что надо одеваться по погоде, регулярно гулять, заниматься зарядкой;
- имеет представление о полезной и вредной для здоровья пище;
- знает части тела и органы чувств человека и их функциональное назначение;
- сформирована потребность в соблюдении режима питания, знает важность сна, гигиенических процедур для здоровья;
- умеет устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствия;
- имеет представление о составляющих здорового образа жизни.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- прыгает в длину с места не менее 70 см;
- может пробежать по пересеченной местности в медленном темпе 200–240 м;
- бросает набивной мяч (0,5 кг), стоя из-за головы, на 1 м.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- ходит свободно, держась прямо, не опуская головы;
- уверенно ходит по бревну (скамейке), удерживая равновесие;
- умеет лазать по гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами;
- в прыжках в длину с места отталкивается двумя ногами и мягко приземляется, подпрыгивает на одной ноге;
- ловит мяч руками, многократно ударяет им об пол и ловит его;
- бросает предметы вверх, вдаль, в цель, через сетку;
- чувствует ритм, умеет ходить, бегать, подпрыгивать, изменять положение тела в такт музыке или под счет.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- активен, с интересом участвует в подвижных играх;
- инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях;
- умеет самостоятельно и творчески использовать физкультурный инвентарь для подвижных игр.

Старший возраст с 5-ти лет до 6-ти лет

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;
- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1–2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- умеет быстро, аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу;
- имеет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых);
- сформированы элементарные навыки личной гигиены (самостоятельно чистит зубы, моет руки перед едой; при кашле и чихании закрывает рот и нос платком);
- владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ножом.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих здоровье;
- знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня;
- имеет представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека;
- имеет представление о правилах ухода за больным.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см), прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места (не менее 80 см), с разбега (не менее 100 см), в высоту с разбега (не менее 40 см), прыгать через короткую и длинную скакалку;
- умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа;
- умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м, сочетать замах сбросом, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе (расстояние 6 м). Владеет школой мяча.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп;
- выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие;
- умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом;
- ходит на лыжах скользящим шагом на расстояние около 2 км; ухаживает за лыжами;
- умеет кататься на самокате;
- умеет плавать (произвольно);
- участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол, хоккей;
- проявляет самостоятельность, творчество, выразительность и грациозность движений;
- умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры;
- проявляет интерес к разным видам спорта

Подготовительный к школе возраст с 6-ти лет до 7-ми лет

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей:

- легко и быстро засыпает, с аппетитом ест;
- редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1 раз в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков:

- усвоил основные культурно-гигиенические навыки: быстро и правильно умывается, насухо вытирается, пользуясь только индивидуальным полотенцем, чистит зубы, полощет рот после еды, моет ноги перед сном;
- правильно пользуется носовым платком и расческой;
- следит за своим внешним видом;
- быстро раздевается и одевается, вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: имеет сформированные представления о здоровом образе жизни: об особенностях строения и функциях организма человека, о важности соблюдения режима дня, рациональном питании, значении двигательной активности в жизни человека, пользе и видах закаляющих процедур, роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации):

- может прыгать на мягкое покрытие (с высоты до 40 см);
- мягко приземляться;
- прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100 см);
- с разбега (180 см);
- в высоту с разбега (не менее 50 см) – прыгать через короткую и длинную скакалку разными способами;
- может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг);
- бросать предметы в цель из разных исходных положений;
- попадать в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м;
- метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м;
- метать предметы в движущуюся цель;
- ходит на лыжах: переменным скользящим шагом на расстояние 3 км, поднимается на горку, спускается с горки, тормозит при спуске;
- плавает произвольно на расстояние 15 м;

– проявляет статическое и динамическое равновесие, координацию движений при выполнении сложных упражнений.

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями):

- выполняет правильно технику всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья;
- умеет перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу, шеренги после расчета на первый-второй;
- соблюдать интервалы во время передвижения;
- выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции;
- следит за правильной осанкой.

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании:

- участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис);
- умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры;
- проявляет интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта;
- проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол).

1.3 Часть, формируемая участниками образовательных отношений

1.3.1. Пояснительная записка

Образовательная программа «Мы живем на Урале» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г., N 1155, г. Москва и отвечает современным принципам государственной политики - «единство образовательного пространства на территории Российской Федерации, защита и развитие этнокультурных особенностей и традиций народов Российской Федерации в условиях многонационального государства»

Образовательная программа «Мы живем на Урале» позволяет определить целевые ориентиры, содержание, средства и условия образования детей младшего и старшего дошкольного возраста в части формируемой участниками образовательных отношений основной образовательной программы дошкольного образования каждой дошкольной образовательной организации, а также может служить для родителей дошкольников (3-7 лет) основой содержания процесса воспитания и обучения ребенка в условиях семейного образования.

1.3.2. Цели и задачи реализации программы «Мы живём на Урале».

Задачи воспитания и обучения для детей младшего дошкольного возраста (3 -5 лет)

1. Способствовать освоению ребенком простейших правил народных подвижных игр.
2. Создать условия для ознакомления ребенка со спортивными упражнениями народов Среднего Урала, обогащая его двигательный опыт: ходьба на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам.
3. Воспитывать потребность вступать в общение с взрослым и другими детьми при выполнении спортивных упражнений, в народных подвижных играх.
4. Создать условия для приобщения ребенка к правилам безопасного, здоровьесберегающего поведения дома, в детском саду, на улице, на водоеме, на дороге, осмотрового отношения к потенциально опасным для человека ситуациям.
5. Создать условия для активного накопления ребенком первичных представлений о строении тела человека, его основных частях, их назначении, правилах ухода за ними, умения обращаться за помощью в ситуациях, угрожающих здоровью.
6. Поддержать собственную созидательную активность ребенка, его способность самостоятельно решать актуальные проблемы и задачи безопасного, разумного поведения в разных ситуациях.
7. Способствовать самостоятельному переносу в игру правила здоровьесберегающего поведения.

Решение образовательных задач предусматривает:

- учет функциональных и адаптационных возможностей ребенка;
- удовлетворение биологической потребности ребенка в движении;
- поддержку и развитие всех систем и функций организма ребенка через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр, закаливающие процедуры;
- интеграцию движений тела и сенсорных процессов анализаторов: слушание, ориентация, осязание, тонкая моторика кисти и речевого аппарата, через сенсомоторное развитие ребенка;
- поддержку интереса ребенка к народным подвижным играм, играм-забавам, играм-развлечениям;
- внимательное наблюдение за самочувствием каждого ребенка на занятиях, его реакцией на нагрузку, на новые упражнения;
- корректировку движения и осанки каждого ребенка, который в этом нуждается;
- использование игровых образов и воображаемых ситуаций (животных, растений, воды, ветра и др.), поддержку и стимулирование стремления ребенка

к творческому самовыражению и импровизации в движении (мимике, пантомимике);

- варьирование нагрузки в соответствии с состоянием здоровья и темпом физического развития ребенка на основе медицинских показаний и наблюдений за их самочувствием;
- развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр;
- упражнения на освоение ребенком языка эмоций, элементов техники выразительных движений (гаммы переживаний, настроений); на приобретение навыков саморасслабления.

Задачи воспитания и обучения для детей старшего дошкольного возраста (5 – 7 лет)

1. Развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала.
2. Формировать полезные привычки здорового образа жизни с использованием местных природных факторов. Познакомить ребенка с определенными качествами полезных продуктов.
3. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений в традиционных для Урала спортивных играх и упражнениях.
4. Развивать представления ребенка о пользе закаливания, режиме жизни, о зависимости между особенностями климата Среднего Урала, погодных

Решение образовательных задач предусматривает:

- учет интересов, склонностей, способностей детей к двигательной деятельности;
- формирование подгрупп детей на основе состояния их здоровья и темпов физического развития, их функционального состояния в соответствии с медицинскими показаниями;
- варьирование нагрузки и содержания занятий в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребенка (используют физические упражнения в различных вариантах и сочетаниях, различные исходные положения - сидя, стоя, лежа и т.п.);
- создание условий для проявления детьми здоровьесберегающей компетентности, инициирование самостоятельности и активности детей в здоровьесберегающем поведении;
- обсуждение правил и способов безопасного поведения в быту, природе, на улице, в городе, в общении с незнакомыми людьми;
- показ приемов оказания элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания;

- ознакомление с правилами обращения за помощью в опасных ситуациях, номер телефона вызова экстренной помощи;
- использование авторских и народных (традиционных) детских игр, приуроченных к разным временам года; организацию участия детей в празднично-игровых забавах, игрищах, спортивных игровых соревнованиях;
- расширение репертуара традиционных игр, развивающих не только ловкость, быстроту реакции, но и систему взаимодействия играющих, понимание ситуации, смекалку;
- стимулирование ребенка к самовыражению и импровизации;
- использование выразительно - отобразительных средств, с помощью которых можно передать характер движений, отношение к самому себе и к миру - плавные, сильные, охранительные, точные, согласованные и т.п.;
- включение проектировочных и регулирующих действий, проектирования последовательности в выполнении замысла;
- включение движения, создающего художественный, выразительный образ - в пластике, подвижных играх и т.п.;
- включение регулятивных движений обеспечивающих смену активных движений и отдыха, двигательной активности, способов саморегуляции (смена настроений через образы, игру, изменение движений в пространстве - бег, ходьба, лазание, метание и т.п.); корректирующих движений - состояния организма, тела, положения, осанку (арттерапия, изменение характера действий, составляющих основной вид движения, метание, прыжки и т.п.) и т.д.; релаксирующих – расслабляющих (медитация, дыхание, ароматерапия, хроматерапия), восстанавливающих движений - физические упражнения (силовые - метание, перетягивание и т.п., скоростные - бег, ходьба и т.п., ориентировочные - лазание, подлезание, прыжки и т.п.);
- обеспечение связи характера движений, конкретной жизненной ситуации и состояния своего здоровья ребенка;
- обсуждение правил безопасной организации двигательной активности;
- упражнения, подвижные игры народов Урала, использование их в самостоятельной и совместной с другими деятельности;
- обсуждение с ребенком опасности вредных привычек, ситуаций, угрожающих жизни и здоровью человека;
- постоянное привлечение внимания ребенка к разнообразным сложным физическим упражнениям как особому объекту познания;
- использование измерительных приборов для выявления вместе с детьми их физических возможностей: кистевых динамометров, линеек, спирометра и других, обсуждение результатов и побуждение к физическому совершенствованию;
- интеграцию организационных форм двигательной деятельности детей: метод диалога, дидактические и подвижные игры, игровые задания, народные игры, среда двигательной активности.

1.3.3. Принципы и подходы реализации программы

«Мы живём на Урале»

В основу Части, формируемой участниками образовательных отношений Программы заложены принципы:

- принцип вариативности обеспечивает возможность выбора содержания образования, форм и методов воспитания и обучения с ориентацией на интересы и возможности каждого ребенка и учета социальной ситуации его развития;
- принцип индивидуализации опирается на то, что позиция ребенка, входящего в мир и осваивающего его как новое для себя пространство, изначально творческая. Ребенок наблюдая за взрослым, подражая ему, учится у него, но при этом выбирает то, чему ему хочется подражать и учиться. Таким образом, ребенок не является «прямым наследником» (то есть продолжателем чьей-то деятельности, преемником образцов, которые нужно сохранять и целостно воспроизводить), а творцом, то есть тем, кто может сам что-то создать. Освобождаясь от подражания, творец не свободен от познания, созидания, самовыражения, самостоятельной деятельности.

Образовательный процесс выстраивается с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста, определенных «Примерной» общеобразовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой., М., «Мозаика-Синтез», 2014г. с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по направлению: физическое развитие.

Подходы:

Личностно-ориентированный подход, который предусматривает организацию образовательного процесса с учетом того, что развитие личности ребенка является главным критерием его эффективности. Механизм реализации личностно-ориентированного подхода - создание условий для развития личности на основе изучения ее задатков, способностей, интересов, склонностей с учетом признания уникальности личности, ее интеллектуальной и нравственной свободы, права на уважение. Личностно-ориентированный подход концентрирует внимание педагога на целостности личности ребенка и учет его индивидуальных особенностей и способностей.

Индивидуальный подход к воспитанию и обучению дошкольника определяется как комплекс действий педагога, направленный на выбор методов, приемов и средств воспитания и обучения в соответствии с учетом индивидуального уровня подготовленности и уровнем развития способностей воспитанников. Он же предполагает обеспеченность для каждого ребенка сохранения и укрепления здоровья, психического благополучия, полноценного физического воспитания. При этом индивидуальный подход предполагает, что педагогический процесс осуществляется с учетом индивидуальных особенностей воспитанников (темперамента, характера, способностей, склонностей, мотивов, интересов и пр.), в значительной мере влияющих на их поведение в различных жизненных ситуациях. Суть индивидуального подхода

составляет гибкое использование педагогом различных форм и методов воздействия с целью достижения оптимальных результатов воспитательного и обучающего процесса по отношению к каждому ребенку. Применение индивидуального подхода должно быть свободным от стереотипов восприятия и гибким, способным компенсировать недостатки коллективного, общественного воспитания.

Аксиологический (ценностный) подход, предусматривающий организацию развития и воспитания на основе общечеловеческих ценностей (например, ценности здоровья, что в системе образования позволяет говорить о создании и реализации моделей сохранения и укрепления здоровья воспитанников, формирования у детей субъектной позиции к сохранению и укреплению своего здоровья) и гуманистических начал в культурной среде, оказывающих влияние на формирование ценностных ориентаций личности ребенка. Или этические, нравственные ценности, предусматривающие реализацию проектов диалога культур, этических отношений и т.д. При этом объективные ценности мировой, отечественной и народной культур становятся специфическими потребностями формирующейся и развивающейся личности, устойчивыми жизненными ориентирами человека путем перевода их в субъективные ценностные ориентации.

Диалогический подход, предусматривающий становление личности, развитие ее творческих возможностей, самосовершенствование в условиях равноправных взаимоотношений с другими людьми, построенных по принципу диалога, субъект - субъектных отношений.

Социально-педагогический подход в воспитании и обучении обозначает единство и согласованность действий социальных институтов воспитания ребенка вне зависимости от их функционального предназначения в целях гармонизации взаимодействия ребенка и социума. При этом социальный подход пронизывает все сферы жизнедеятельности ребенка, связанные с переживанием им своего места в семье, группе и обществе и отношений с людьми, познанием и преобразованием окружающего мира.

Культурно-исторический подход в воспитании и обучении обозначает единство и согласованность действий социальных институтов воспитания ребенка вне зависимости от их функционального предназначения в целях гармонизации взаимодействия ребенка и социума. При этом социальный подход пронизывает все сферы жизнедеятельности ребенка, связанные с переживанием им своего места в семье, группе и обществе и отношений с людьми, познанием и преобразованием окружающего мира.

Деятельностный подход, связанный с организацией 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 ребенка при включении в образовательную деятельность.

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

Возрастной подход к воспитанию и обучению предполагает ориентировку педагога в процессе воспитания и обучения на закономерности развития личности ребенка (физиологические, психические, социальные и др.), а также социально-психологические особенности групп воспитуемых, обусловленных их возрастным составом, что находит отражение в возрастной периодизации развития детей. Известно, что ребенок младшего дошкольного возраста с трудом умеет контролировать свои эмоции, импульсивен, непредсказуем. Ребенок старшего дошкольного возраста уже может осмыслить происходящие события, анализировать свое и чужое поведение, эмоциональные проявления. Его психические процессы (внимание, память и др.) становятся произвольными, что также отражается на его поведении, даже эмоции, становятся «интеллектуальными», начинают подчиняться воле ребенка, что приводит к развитию самосознания (А. В. Запорожец), формированию ответственности, справедливости и других качеств.

Средовой подход, предусматривающий использование возможностей внутренней и внешней среды образовательного учреждения в воспитании и развитии личности ребенка. Под внешней средой понимается все социокультурное окружение дошкольника, образовательной организации, которое может быть охарактеризовано понятием жизнедеятельности общества на определенной территории. В качестве элементов социокультурной среды можно назвать учреждения культуры; учреждения дополнительного образования, клубы по интересам, досуговые центры; средства массовой информации и коммуникации. Внутренняя (или образовательная) среда рассматривается как пространство, окружение, условия, в которых существует, функционирует и удовлетворяет свои образовательные потребности каждый дошкольник.

Проблемный подход позволяет сформировать видение образовательной программы с позиции комплексного представления ее структуры как системы подпрограмм по образовательным областям и детским видам деятельности, организациях которых будет способствовать достижению соответствующих для каждой области (направления развития ребенка) целевых ориентиров развития. Генетический подход предопределяет тип ведущей деятельности (общение, предметная деятельность, игра), в которой формируются и перестраиваются психические процессы, развивается личность, возникают новые виды деятельности, каждый психологический возраст характеризуется ведущей деятельностью и возрастными возможностями детей.

1.3.4. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребёнка

Обеспечение эмоционального благополучия ребенка

Для обеспечения в группе эмоционального благополучия педагог должен:

- общаться с детьми доброжелательно, без обвинений и угроз;
- внимательно выслушивать детей, показывать, что понимает их чувства, помогать делиться своими переживаниями и мыслями;
- помогать детям обнаружить конструктивные варианты поведения;
- создавать ситуации, в которых дети при помощи разных культурных средств могут выразить свое отношение к личностно-значимым для них событиям и явлениям, в том числе происходящим в детском саду;

Формирование доброжелательных, внимательных отношений

Для формирования у детей доброжелательного отношения к людям педагогу следует:

- устанавливать понятные для детей правила взаимодействия;
- создавать ситуации обсуждения правил, прояснения детьми и смысла;

Развитие самостоятельности

Для формирования детской самостоятельности педагог должен выстраивать образовательную среду таким образом, чтобы дети могли:

- учиться на собственном опыте
- изменять или конструировать игровое пространство в соответствии с возникающими игровыми ситуациями;
- быть автономными в своих действиях и принятии доступных им решений.

С целью поддержания детской инициативы педагогам следует регулярно создавать ситуации, в которых дошкольники учатся:

- при участии взрослого обсуждать важные события со сверстниками;
- совершать выбор и обосновывать его .
- предъявлять и обосновывать свою инициативу (замыслы, предложения и пр.);
- оценивать результаты своих действий индивидуально и в малой группе, команде.

Важно, чтобы все праздники создавались с учетом детской . Создание условий для развития свободной игровой деятельности

С целью развития игровой деятельности педагоги должны уметь:

- создавать в течение дня условия для свободной игры детей;
- определять игровые ситуации, в которых детям нужна косвенная помощь;
- наблюдать за играющими детьми и понимать, какие именно события дня отражаются в игре;
- отличать детей с развитой игровой деятельностью от тех, у кого игра развита слабо;
- косвенно руководить игрой, если игра носит стереотипный характер (например, предлагать новые идеи или способы реализации детских идей).

Кроме того, педагоги должны знать детскую субкультуру: наиболее типичные роли и игры детей, понимать их значимость.

Воспитатели должны устанавливать взаимосвязь между игрой и другими видами деятельности. Спонтанная игра является не столько средством для организации обучения, сколько самоценной деятельностью детей.

Создание условий для развития познавательной деятельности

Стимулировать детскую познавательную активность педагог может:

- регулярно предлагая детям вопросы, требующие не только воспроизведения информации, но и мышления;
- регулярно предлагая детям открытые, творческие вопросы, в том числе — проблемно-противоречивые ситуации, на которые могут быть даны разные ответы;
- обеспечивая в ходе обсуждения атмосферу поддержки и принятия;
- позволяя детям определиться с решением в ходе обсуждения той или иной ситуации;
- организуя обсуждения, в которых дети могут высказывать разные точки зрения по одному и тому же вопросу, помогая увидеть несовпадение точек зрения;

Создание условий для физического развития

*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 различным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать.

1.3.5. Планируемые результаты освоения парциальных программ

Целевые ориентиры образовательной деятельности:

- ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа, стремится к неповторимости, индивидуальности в своих движениях;
- ребенок способен придумывать композицию образно-пластического этюда по заданному сюжету, внося в нее (импровизационно) собственные детали и оригинальные «штрихи» воплощения образа;
- ребенок использует в самостоятельной деятельности, организует совместно с детьми разнообразные по содержанию подвижные игры народов Урала, способствующие развитию психофизических качеств, координации движений;
- ребенок с удовольствием делится своими знаниями об основных способах обеспечения и укрепления доступными средствами физического здоровья в

природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала;

- ребенок владеет основами безопасного поведения: знает, как позвать на помощь, обратиться за помощью к взрослому; знает свой адрес, имена родителей, их контактную информацию; избегает контактов с незнакомыми людьми на улице; различает некоторые съедобные и ядовитые грибы, ягоды, травы, проявляет осторожность при встрече с незнакомыми животными; соблюдает правила дорожного движения; поведения в транспорте;
- ребенок проявляет интерес к подвижным и спортивным, народным играм традиционным для Урала;
- ребенок понимает значение укрепления здоровья и безопасного поведения.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

Обязательная часть

Модуль образовательной деятельности «Физическое развитие

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребёнка; ранний и дошкольный возраст.

В области физического развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

- становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни

Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте

Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения так и на внешней территории (горки, качели и т. п.), подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма. Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

Вариативные формы совместной образовательной деятельности с детьми:

- дидактические игры, моделирующие последовательность действий ребенка при организации подвижной игры, структуру спортивного упражнения;
- выставки детских или совместно подготовленных с родителями коллекций, картин, фотографий, проектов: «Полезные для здоровья предметы и вещи», «Обереги здоровья», «Наши добрые помощники» (об органах чувств) и др.;
- стихи, пословицы, поговорки о здоровье, закаливании, гигиене, культуре еды и др.;
- создание чудесной книги здоровья, книги витаминов;
- образовательные ситуации и игровые тренинги, обеспечивающие углубление представлений о правилах безопасного поведения и знакомство с приемами первой помощи в случае травмы;
- создание наглядных пособий (моделей, плакатов, макетов, коллажей), позволяющих закрепить представления о правилах безопасного поведения;
- тематические конкурсы, соревнования с участием детей и родителей на темы укрепления здоровья («Папа, мама, я - спортивная семья», «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья», «Безопасная улица» и др.);
- беседы, чтение детской художественной литературы, рассматривание картин, фотографий, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных видах спорта традиционных для Среднего Урала, знаменитых спортсменах родного города (села), края;
- обсуждение с детьми их опыта организации совместных народных подвижных игр;

- рассматривание детских фотографий родителей, бабушек, дедушек, воспитателя на физкультуре, на соревнованиях; знаменитых спортсменов малой родины, родного края;
- подвижные игры народов Урала;
- устное народное творчество;
- ходьба на лыжах;
- катание на коньках;
- катание на санках;
- скольжение;
- элементы спортивных игр;
- краткосрочные, длительные проекты.

2..2. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Воспитательно-образовательный процесс подразделен на:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Построение образовательного процесса основывается на адекватных возрасту формах работы с детьми. Выбор форм работы осуществляется педагогом самостоятельно.

Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов (организация питания, сна) преимущественно направлена на охрану здоровья ребенка, физическое и социально-личностное развитие.

Самостоятельная игровая деятельность детей в группе детского сада обеспечивается соответствующей возрасту детей предметно-развивающей среды.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки соответствует санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26

При реализации Программы проводится оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действия и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Организованная образовательная деятельность

- игры дидактические с элементами движения,, подвижные, игры на прогулке, подвижные игры
- физкультурные занятия игровые, сюжетные, тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развит речи, математики, конструирования), контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера, физкультминутки; игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек; ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений.

Мероприятия групповые, межгрупповые и общесадовские

- физкультурные досуги (проводятся 1-2 раза в месяц);
- спортивные праздники (проводятся 2-3 раза в год);
- соревнования;
- дни здоровья;
- тематические досуги;
- смотры и конкурсы;

Образовательная деятельность при проведении режимных моментов

- физическое развитие: комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна, контрастные ножные ванны), утренняя гимнастика, упражнения и подвижные игры во второй половине дня;

2.3.. Способы и направления поддержки детской инициативы

Решение образовательных задач предусматривает:

- учет интересов, склонностей, способностей детей к двигательной деятельности;
- формирование подгрупп детей на основе состояния их здоровья и темпов физического развития, их функционального состояния в соответствии с медицинскими показаниями;
- варьирование нагрузки и содержания занятий в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребенка (используют физические упражнения в различных вариантах и сочетаниях, различные исходные положения - сидя, стоя, лежа и т.п.);
- создание условий для проявления детьми здоровьесберегающей компетентности, инициирование самостоятельности и активности детей в здоровьесберегающем поведении;
- обсуждение правил и способов безопасного поведения в быту, природе, на улице, в городе, в общении с незнакомыми людьми;
- показ приемов оказания элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания;

- ознакомление с правилами обращения за помощью в опасных ситуациях, номер телефона вызова экстренной помощи;
- использование авторских и народных (традиционных) детских игр, приуроченных к разным временам года; организацию участия детей в празднично-игровых забавах, игрищах, спортивных игровых соревнованиях;
- расширение репертуара традиционных игр, развивающих не только ловкость, быстроту реакции, но и систему взаимодействия играющих, понимание ситуации, смекалку;
- стимулирование ребенка к самовыражению и импровизации;
- использование выразительно - отобразительных средств, с помощью которых можно передать характер движений, отношение к самому себе и к миру - плавные, сильные, охранительные, точные, согласованные и т.п.;
- включение проектировочных и регулирующих действий, проектирования последовательности в выполнении замысла;
- включение движения, создающего художественный, выразительный образ - в пластике, подвижных играх и т.п.;
- включение регулятивных движений обеспечивающих смену активных движений и отдыха, двигательной активности, способов саморегуляции (смена настроений через образы, игру, изменение движений в пространстве - бег, ходьба, лазание, метание и т.п.); корректирующих движений - состояния организма, тела, положения, осанку (арттерапия, изменение характера действий, составляющих основной вид движения, метание, прыжки и т.п.) и т.д.; релаксирующих – расслабляющих (медитация, дыхание, ароматерапия, хромотерапия), восстанавливающих движений - физические упражнения (силовые - метание, перетягивание и т.п., скоростные - бег, ходьба и т.п., ориентировочные - лазание, подлезание, прыжки и т.п.);
- обеспечение связи характера движений, конкретной жизненной ситуации и состояния своего здоровья ребенка;
- обсуждение правил безопасной организации двигательной активности;
- упражнения, подвижные игры народов Урала, использование их в самостоятельной и совместной с другими деятельности;
- обсуждение с ребенком опасности вредных привычек, ситуаций, угрожающих жизни и здоровью человека;
- постоянное привлечение внимания ребенка к разнообразным сложным физическим упражнениям как особому объекту познания;
- использование измерительных приборов для выявления вместе с детьми их физических возможностей: кистевых динамометров, линеек, спирометра и других, обсуждение результатов и побуждение к физическому совершенствованию;
- интеграцию организационных форм двигательной деятельности детей: метод диалога, дидактические и подвижные игры, игровые задания, народные игры, среда двигательной активности.

2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Воспитатель активно вовлекает родителей в совместные с детьми виды деятельности, помогает устанавливать партнерские взаимоотношения, поощряет активность и самостоятельность детей. В процессе организации разных форм детско-родительского взаимодействия воспитатель способствует развитию родительской уверенности, радости и удовлетворения от общения со своими детьми.

Педагог помогает родителям понять возможности организации образования ребенка в будущем, определить особенности организации его индивидуального образовательного маршрута в условиях школьного обучения.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников	Познакомить родителей с особенностями физического и психического развития ребенка, развития самостоятельности, навыков безопасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях.
	Ориентировать родителей на развитие познавательной деятельности ребенка, обогащение его кругозора, развитие произвольных психических процессов, элементов логического мышления в ходе игр, общения со взрослыми и самостоятельной детской деятельности.
	Помочь родителям создать условия для развития организованности, ответственности дошкольника, умений взаимодействия со взрослыми и детьми, способствовать развитию начал социальной активности в совместной с родителями деятельности.
	Способствовать развитию партнерской позиции родителей в общении с ребенком, развитию положительной самооценки, уверенности в себе, познакомить родителей со способами развития самоконтроля и воспитания ответственности за свои действия и поступки.

Основные формы взаимодействия с семьей.

Знакомство с семьей: встречи-знакомства,. Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, организация фото - выставок , приглашение родителей на детские концерты и праздники, создание памяток.

2.5.. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей

Цель: обеспечение коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии различных категорий детей с ограниченными возможностями здоровья и оказание помощи детям этой категории в освоении Программы.

Задачи:

1. Психологическое обеспечение поддержки и сопровождения «особого» ребенка в ходе реализации основной общеобразовательной программы.
2. Предупреждение возникновения проблем в развитии ребенка - ранняя диагностика и коррекция нарушений в развитии, обеспечение готовности к школе.
3. Помощь (содействие) ребенку в решении актуальных задач развития, обучения, социализации: нарушения эмоционально-волевой сферы, проблемы взаимоотношений со сверстниками, взрослыми.
4. Развитие психолого-педагогической компетентности (психологической культуры) родителей, педагогов по вопросам работы с детьми, испытывающими проблемы в развитии.

Принципы:

- системности коррекционных (исправления или сглаживание отклонений и нарушений развития, преодоление трудностей развития), профилактических (предупреждение отклонений в развитии), развивающих задач (стимулирование, обогащение содержания развития, опора на зону ближайшего развития);
- единства диагностики и коррекции;
- деятельностного подхода в коррекции – проведение коррекционно – развивающей работы через активизацию деятельности ребенка, в ходе которой создается основа для позитивных изменений в развитии личности ребенка;
- учета индивидуальных особенностей личности, позволяющем наметить программу оптимизации в пределах психофизических особенностей каждого ребенка;

Направления работы:

- профилактическая деятельность;
- диагностическая деятельность;
- консультационная деятельность;
- развивающая деятельность;
- коррекционная деятельность;
- методическая деятельность: формирование психологической культуры, развитие психолого- педагогической компетентности педагогов, родителей (законных представителей);
- экспертно - аналитическая деятельность (образовательных программ, индивидуальных, маршрутов сопровождения, деятельности педагогов, специалистов ДОО).

Основная задача коррекционно-педагогической работы - создание условий для всестороннего развития ребенка с ограниченными возможностями здоровья в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников.

Образовательная область «Физическое развитие»

Основная цель – совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации.

Основная задача – стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма. Наряду с образовательными и оздоровительными, решаются и коррекционные задачи:

Формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;

Изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;

Развитие речи посредством движения;

Формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;

Управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

Основные направления профилактики и коррекции:

Коррекция нарушений осанки, укрепление мышечного корсета (мышц спины, плечевого пояса, груди, ягодиц).

Коррекция нарушений стопы (укрепление связочно-мышечного аппарата голени и стопы).

3.Коррекция мелкой моторики.

Содержание коррекционно-развивающей работы в группах общеразвивающей направленности

Формы коррекционной работы	Содержание коррекционной работы
Старший дошкольный возраст	
Основные движения	Коррекция дыхания. Развитие двигательной активности, ориентировки в пространстве.
Общеразвивающие упражнения	Закрепление навыков и умений детей, полученных на коррекционных занятиях. Обучение правильному дыханию.
Подвижные игры	Формирование умения организовывать и поддерживать игровую деятельность.
Досуги, праздники.	Выравнивание эмоционально-волевой сферы.. Развитие мелкой и общей моторики.

2.6. Образовательные технологии.

К числу современных образовательных технологий можно отнести:

- здоровьесберегающие технологии;
- информационно-коммуникационные технологии;
- личностно-ориентированные технологии;
- технология «ТРИЗ»

Здоровьесберегающие технологии.

Целью здоровьесберегающих технологий является обеспечение ребенку возможности сохранения здоровья, формирование у него необходимых знаний, умений, навыков по здоровому образу жизни.

Здоровьесберегающие педагогические технологии включают все аспекты воздействия педагога на здоровье ребенка на разных уровнях — информационном, психологическом, биоэнергетическом.

В современных условиях развитие человека невозможно без построения системы формирования его здоровья. Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий зависит:

- от типа дошкольного учреждения,
- от продолжительности пребывания в нем детей,
- от программы, по которой работают педагоги,
- конкретных условий ДОУ,
- профессиональной компетентности педагога,
- показателей здоровья детей.

Выделяют следующую классификацию здоровьесберегающих технологий:

1. медико-профилактические (обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств - технологии организации мониторинга здоровья дошкольников, контроля за питанием детей, профилактических мероприятий, здоровьесберегающей среды в ДОУ);

2. физкультурно-оздоровительные (направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка — технологии развития физических качеств, закаливания, дыхательной гимнастики и др.);

3. обеспечения социально-психологического благополучия ребенка (обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка и направленные на обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье; технологии психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в педагогическом процессе ДОУ);

4. здоровьесбережения и здоровьєобогащения педагогов (направленные на развитие культуры здоровья педагогов, в том числе культуры профессионального здоровья, на развитие потребности к здоровому образу жизни; сохранения и стимулирования здоровья (технология использования подвижных и спортивных игр, гимнастика (для глаз, дыхательная и др.), ритмопластика, динамические паузы, релаксация);

5. образовательные (воспитания культуры здоровья дошкольников, личностно-ориентированного воспитания и обучения);

6. обучения здоровому образу жизни (технологии использования физкультурных занятий, коммуникативные игры, система занятий из серии «Уроки футбола», проблемно-игровые (игротренинги, игротерапия),

самомассаж); коррекционные (арт-терапия, технология музыкального воздействия, сказкотерапия, психогимнастики и др.)

7. К числу здоровьесберегающих педагогических технологий следует отнести и педагогическую технологию активной сенсорно-развивающей среды, под которой понимается системная совокупность и порядок функционирования всех личностных инструментальных и методологических средств, используемых для достижения педагогических целей.

Информационно-коммуникационные технологии

Мир, в котором развивается современный ребенок, коренным образом отличается от мира, в котором выросли его родители. Это предъявляет качественно новые требования к дошкольному воспитанию как первому звену непрерывного образования: образования с использованием современных информационных технологий (компьютер, интерактивная доска, планшет и др.).

Информатизация общества ставит перед педагогами-дошкольниками задачи:

- идти в ногу со временем,
- стать для ребенка проводником в мир новых технологий,
- наставником в выборе компьютерных программ,
- сформировать основы информационной культуры его личности,
- повысить профессиональный уровень педагогов и компетентность родителей.

ИКТ в работе современного педагога:

1. Подбор иллюстративного материала к занятиям и для оформления стендов, группы, кабинетов (сканирование, интернет, принтер, презентация).
2. Подбор дополнительного познавательного материала к занятиям, знакомство со сценариями праздников и других мероприятий.
3. Обмен опытом, знакомство с периодикой, наработками других педагогов России и зарубежья.
4. Оформление групповой документации, отчетов. Компьютер позволит не писать отчеты и анализы каждый раз, а достаточно набрать один раз схему и в дальнейшем только вносить необходимые изменения.
5. Создание презентаций в программе Power Point для повышения эффективности образовательных занятий с детьми и педагогической компетенции у родителей в процессе проведения родительских собраний.

Личностно - ориентированная технология

Личностно-ориентированные технологии ставят в центр всей системы дошкольного образования личность ребенка, обеспечение комфортных условий в семье и дошкольном учреждении, бесконфликтных и безопасных условий ее развития, реализация имеющихся природных потенциалов.

Личностно-ориентированная технология реализуется в развивающей среде, отвечающей требованиям содержания новых образовательных программ.

Отмечаются попытки создания условий личностно-ориентированных взаимодействий с детьми в развивающем пространстве, позволяющей ребенку проявить собственную активность, наиболее полно реализовать себя.

Однако, сегодняшняя ситуация в дошкольных учреждениях не всегда позволяет говорить о том, что педагоги полностью приступили к реализации идей личностно-ориентированных технологий, именно предоставление возможности детям для самореализации в игре, режим жизни перегружен различными занятиями, на игру остается мало времени.

В рамках личностно-ориентированных технологий самостоятельными направлениями выделяются:

- гуманно-личностные технологии, отличающиеся своей гуманистической сущностью психолого-терапевтической направленностью на оказание помощи ребенку с ослабленным здоровьем, в период адаптации к условиям дошкольного учреждения.
- Технология сотрудничества реализует принцип демократизации дошкольного образования, равенство в отношениях педагога с ребенком, партнерство в системе взаимоотношений «Взрослый - ребенок». Педагог и дети создают условия развивающей среды, изготавливают пособия, игрушки, подарки к праздникам. Совместно определяют разнообразную творческую деятельность (игры, труд, концерты, праздники, развлечения).

Выявление темпов развития позволяет воспитателю поддерживать каждого ребенка на его уровне развития.

Таким образом, специфика технологического подхода состоит в том, чтобы воспитательно-образовательный процесс должен гарантировать достижение поставленных целей. В соответствии с этим в технологическом подходе к обучению выделяются:

- постановка целей и их максимальное уточнение (воспитание и обучение с ориентацией на достижение результата);
- подготовка методических пособий (демонстрационный и раздаточный) в соответствии с учебными целями и задачами;
- оценка актуального развития дошкольника, коррекция отклонений, направленная на достижение целей;
- заключительная оценка результата - уровень развития дошкольника.

Личностно-ориентированные технологии противопоставляют авторитарному, обезличенному и обездушенному подходу к ребенку в традиционной технологии – атмосферу любви, заботы, сотрудничества, создают условия для творчества личности.

Технология «ТРИЗ»

ТРИЗ (теория решения изобретательских задач), которая создана ученым-изобретателем Т.С. Альтшуллером.

Воспитатель использует нетрадиционные формы работы, которые ставят ребенка в позицию думающего человека. Адаптированная к дошкольному

возрасту ТРИЗ-технология позволит воспитывать и обучать ребенка под девизом «Творчество во всем!» Дошкольный возраст уникален, ибо как сформируется ребенок, такова будет и его жизнь, именно поэтому важно не упустить этот период для раскрытия творческого потенциала каждого ребенка. Целью использования данной технологии в детском саду является развитие, с одной стороны, таких качеств мышления, как гибкость, подвижность, системность, диалектичность; с другой – поисковой активности, стремления к новизне; речи и творческого воображения.

Основная задача использования ТРИЗ - технологии в дошкольном возрасте – это привить ребенку радость творческих открытий.

Основной критерий в работе с детьми – доходчивость и простота в подаче материала и в формулировке сложной, казалось бы, ситуации. Не стоит форсировать внедрение ТРИЗ без понимания детьми основных положений на простейших примерах. Сказки, игровые, бытовые ситуации – вот та среда, через которую ребенок научится применять тризовские решения, встающих перед ним проблем. По мере нахождения противоречий, он сам будет стремиться к идеальному результату, используя многочисленные ресурсы.

Можно применять в работе только элементы ТРИЗ (инструментарий), если педагог недостаточно освоил ТРИЗ-технологию.

Разработана схема с применением метода выявления противоречий:

Первый этап – определение положительных и отрицательных свойств качества какого-либо предмета или явления, не вызывающих стойких ассоциаций у детей.

Второй этап – определение положительных и отрицательных свойств предмета или явления в целом.

Лишь после того, как ребенок поймет, чего от него хотят взрослые, следует переходить к рассмотрению предметов и явлений, вызывающих стойкие ассоциации.

Зачастую, педагог уже проводит тризовские занятия, даже не подозревая об этом. Ведь, именно, раскрепощенность мышления и способность идти до конца в решении поставленной задачи – суть творческой педагогики.

2.7. Часть, формируемая участниками образовательных отношений Модуль образовательной деятельности «Мы живём на Урале».

**Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями
развития ребёнка; ранний и дошкольный возраст.**

Содержание	Способы закаливания, сохранения здоровья с учетом климатических особенностей Среднего Урала. Народные традиции в оздоровлении. Лесная аптека. Оздоровляющие свойства натуральных продуктов питания. Витамины, их влияние на укрепление организма. Правила выбора одежды в соответствии с конкретными погодными условиями Среднего Урала. Особенности национальной одежды народов Урала. Традиционные для Среднего Урала продукты питания и блюда. Национальная кухня. Традиционные для Урала виды спорта, спортивные, подвижные (народные) игры. Способы обеспечения и укрепления, доступными средствами, физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала. Спортивные события в своей местности, крае. Знаменитые спортсмены, спортивные команды.
-------------------	---

Выиативные формы совместной образовательной деятельности с детьми младшего дошкольного возраста (3 - 5 лет)

- подвижная игра;
- спортивное упражнение;
- развивающая ситуация¹;
- игра-экспериментирование;
- игра-история;
- игра-путешествие;
- дидактическая игра;
- проблемные игровые ситуации связанные с безопасной жизнедеятельностью человека;
- увлекательные конкурсы;
- игровые познавательные ситуации;
- беседа;
- ситуационная задача;
- чтение народных потешек и стихотворений;
- экскурсия;
- простейшая поисковая деятельность;
- обсуждение опасных для здоровья и жизни ситуациях;
- совместная выработка правил поведения;
- простейшая проектная деятельность;
- коллекционирование, выставка полезных предметов (для здоровья);
- оформление рисунков, изготовление поделок по мотивами потешек, стихотворений;
- иллюстрирование простейших загадок (отгадок к ним);

- обсуждение с ребенком особенностей поведения в быту, в детском саду, на улице, на дороге, в транспорте;
- сюжетно-ролевая игра;
- образная игра-импровизация.

Вариативные формы совместной образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста (5 - 7 лет)

- дидактические игры, моделирующие последовательность действий ребенка при организации подвижной игры, структуру спортивного упражнения;
- выставки детских или совместно подготовленных с родителями коллекций, картин, фотографий, проектов: «Полезные для здоровья предметы и вещи», «Обереги здоровья», «Наши добрые помощники» (об органах чувств) и др.;
- стихи, пословицы, поговорки о здоровье, закаливании, гигиене, культуре еды и др.;
- создание чудесной книги здоровья, книги витаминов;
- образовательные ситуации и игровые тренинги, обеспечивающие углубление представлений о правилах безопасного поведения и знакомство с приемами первой помощи в случае травмы;
- создание наглядных пособий (моделей, плакатов, макетов, коллажей), позволяющих закрепить представления о правилах безопасного поведения;
- тематические конкурсы, соревнования с участием детей и родителей на темы укрепления здоровья («Папа, мама, я - спортивная семья», «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья», «Безопасная улица» и др.);
- беседы, чтение детской художественной литературы, рассматривание картин, фотографий, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных видах спорта традиционных для Среднего Урала, знаменитых спортсменах родного города (села), края;
- обсуждение с детьми их опыта организации совместных народных подвижных игр;
- рассматривание детских фотографий родителей, бабушек, дедушек, воспитателя на физкультуре, на соревнованиях; знаменитых спортсменов малой родины, родного края;
- подвижные игры народов Урала;
- устное народное творчество;
- ходьба на лыжах;
- катание на коньках;
- катание на санках;
- скольжение;
- элементы спортивных игр;
- краткосрочные, длительные проекты.

Средства, педагогические методы, формы работы с детьми

Игры народов Среднего Урала:

Русские – «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «У медведя во бору», «Фанты». Башкирские – «Липкие пеньки», «Медный пень», «Палка-кидалка», «Стрелок», «Юрта».

Татарские – «Жмурки», «Займи место», «Кто первый», «Кто дальше бросит?», «Лисичка и курочка», «Мяч по кругу», «Серый волк», «Скок-перескок», «Спутанные кони», «Хлопушки». Удмуртские – «Водяной», «Догонялки», «Охота на лося», «Серый заяк».

Марийские – «Биляша», «Катание мяча». Коми - «Ловля оленей», «Невод», «Охота на оленя», «Стой, олень!».

Чувашские – «Штаидерт», «Кто вперёд возьмёт флажок», «Тума-дуй».

Спортивные игры:

«Городки», «Катание на лыжах», «Катание на санках» и др.

Целевые прогулки, экскурсии по селу обеспечивают необходимую двигательную активность и способствуют сохранению и укреплению здоровья ребёнка. Реализация модели закаливающих процедур с учётом климатических условий Среднего Урала, особенностей психофизического здоровья каждого ребёнка. Участие в тематических проектах, спортивных событиях. Создание тематических выставок рисунков, коллективных аппликаций о правильном питании. Сюжетно-ролевые игры «Аптека», «Больница», «Лесная аптека».

Способы и направления поддержки детской инициативы

Решение образовательных задач предусматривает:

- учет интересов, склонностей, способностей детей к двигательной деятельности;
- формирование подгрупп детей на основе состояния их здоровья и темпов физического развития, их функционального состояния в соответствии с медицинскими показаниями;
- варьирование нагрузки и содержания занятий в соответствии с индивидуальными особенностями каждого ребенка (используют физические упражнения в различных вариантах и сочетаниях, различные исходные положения - сидя, стоя, лежа и т.п.);
- создание условий для проявления детьми здоровьесберегающей компетентности, инициирование самостоятельности и активности детей в здоровьесберегающем поведении;
- обсуждение правил и способов безопасного поведения в быту, природе, на улице, в городе, в общении с незнакомыми людьми;
- показ приемов оказания элементарной первой помощи при травмах, ушибах, первых признаках недомогания;
- ознакомление с правилами обращения за помощью в опасных ситуациях, номер телефона вызова экстренной помощи;

- использование авторских и народных (традиционных) детских игр, приуроченных к разным временам года; организацию участия детей в празднично-игровых забавах, игрищах, спортивных игровых соревнованиях;
- расширение репертуара традиционных игр, развивающих не только ловкость, быстроту реакции, но и систему взаимодействия играющих, понимание ситуации, смекалку;
- стимулирование ребенка к самовыражению и импровизации;
- использование выразительно - отобразительных средств, с помощью которых можно передать характер движений, отношение к самому себе и к миру - плавные, сильные, охранительные, точные, согласованные и т.п.;
- включение проектировочных и регулирующих действий, проектирования последовательности в выполнении замысла;
- включение движения, создающего художественный, выразительный образ - в пластике, подвижных играх и т.п.;
- включение регулятивных движений обеспечивающих смену активных движений и отдыха, двигательной активности, способов саморегуляции (смена настроений через образы, игру, изменение движений в пространстве - бег, ходьба, лазание, метание и т.п.); корректирующих движений - состояния организма, тела, положения, осанку (арттерапия, изменение характера действий, составляющих основной вид движения, метание, прыжки и т.п.) и т.д.; релаксирующих – расслабляющих (медитация, дыхание, ароматерапия, хроматерапия), восстанавливающих движений - физические упражнения (силовые - метание, перетягивание и т.п., скоростные - бег, ходьба и т.п., ориентировочные - лазание, подлезание, прыжки и т.п.);
- обеспечение связи характера движений, конкретной жизненной ситуации и состояния своего здоровья ребенка;
- обсуждение правил безопасной организации двигательной активности;
- упражнения, подвижные игры народов Урала, использование их в самостоятельной и совместной с другими деятельности;
- обсуждение с ребенком опасности вредных привычек, ситуаций, угрожающих жизни и здоровью человека;
- постоянное привлечение внимания ребенка к разнообразным сложным физическим упражнениям как особому объекту познания;
- использование измерительных приборов для выявления вместе с детьми их физических возможностей: кистевых динамометров, линеек, спирометра и других, обсуждение результатов и побуждение к физическому совершенствованию;
- интеграцию организационных форм двигательной деятельности детей: метод диалога, дидактические и подвижные игры, игровые задания, народные игры, среда двигательной активности.

Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

- Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским персоналом ДОО и родителями. Ознакомление родителей с результатами.
- Изучение условий семейного воспитания через анкетирование и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка.
- Формирование базы данных об особенностях развития и медико-педагогических условиях жизни ребёнка в семье с целью
- разработки индивидуальных программ физкультурно-оздоровительной работы с детьми, направленной на укрепление их здоровья.
- Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДОО и семье (зоны физической активности; закаливающие процедуры; оздоровительные мероприятия)
- Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОО.
- Тренинг для родителей по использованию приёмов и методов оздоровления (дыхательная и артикуляционная гимнастика, физические упражнения и т.д.) с целью профилактики заболевания детей.
- Согласование с родителями программ профилактических мероприятий, организованных в ДОО.
- Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений
- Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга
- Консультативная, санитарно-просветительская и медико-педагогическая помощь семьям с учётом преобладающих запросов родителей на основе связи ДОО с медицинскими учреждениями.
- Организации дискуссий с элементами практикума по вопросам физического развития и воспитания детей.
- Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОО.
- Педагогические наблюдения с детьми, ознакомление родителей с результатами диагностических наблюдений. Отслеживание динамики развития детей
- Определение и использование здоровьесберегающих технологий

Образовательные технологии

Игровая технология

Строится как целостное образование, охватывающее определенную часть учебного процесса и объединенное общим содержанием, сюжетом, персонажем. В нее включаются последовательно:

- игры и упражнения, формирующие умение выделять основные, характерные признаки предметов, сравнивать, сопоставлять их;
- группы игр на обобщение предметов по определенным признакам;
- группы игр, в процессе которых у дошкольников развивается умение отличать реальные явления от нереальных;
- группы игр, воспитывающих умение владеть собой, быстроту реакции на слово, фонематический слух, смекалку и др.

Составление игровых технологий из отдельных игр и элементов - забота каждого воспитателя.

Обучение в форме игры может и должно быть интересным, занимательным, но не развлекательным. Для реализации такого подхода необходимо, чтобы образовательные технологии, разрабатываемые для обучения дошкольников, содержали четко обозначенную и пошагово описанную систему игровых заданий и различных игр с тем чтобы, используя эту систему, педагог мог быть уверенным в том, что в результате он получит гарантированный уровень усвоения ребенком того или иного предметного содержания. Безусловно, этот уровень достижений ребенка должен диагностироваться, а используемая педагогом технология должна обеспечивать эту диагностику соответствующими материалами.

В деятельности с помощью игровых технологий у детей развиваются психические процессы.

Игровые технологии тесно связаны со всеми сторонами воспитательной и образовательной работы детского сада и решением его основных задач. Некоторые современные образовательные программы предлагают использовать народную игру как средство педагогической коррекции поведения детей.

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Обязательная часть

3.1. Описание материально-технического обеспечения ООП ДО

Спортивный зал должен быть оснащён всем необходимым.

Шведская стенка – 2 пролёта, обручи большого диаметра, обручи малого диаметра, скакалки, мячи разного диаметра, гимнастические палки, флажки, кубики, косички, гимнастическая доска (длина 2,5 м, ширина 20 см); гимнастическая скамейка, стойки для прыжков; мешочки с песком, погремушки, шнуры, канат, корзины, ленты с кольцом.

3.2. Описание обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания

1. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2011.
 2. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. М.: Мозаика-Синтез, 2010.
 3. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. М.: Мозаика-Синтез, 2009-112с.
 4. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. М.: Мозаика-Синтез, 2010.
 5. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа. М.: Мозаика-Синтез, 2010.
 6. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. М.: Мозаика-Синтез, 2011.
 7. Е.Н.Вареник Утренняя гимнастика в детском саду. М., Сфера, 2009
- Часть программы, формируемая участниками образовательного процесса
1. Сборник «Подвижные игры народов Урала. Игры на асфальте для детей дошкольного возраста». – Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО», 2014 г..

3.3. Режим дня

Организация режима пребывания детей в ДОУ (холодный период)

Наименование деятельности		Младшая Разновозрастная группа	Старшая разновозрастная группа
Прием детей, беседы, игры		8.00-8.15	8-00-8-30
Утренняя гимнастика		8.15-8.25	8-30-8-40
Подготовка к завтраку (дежурство)		8-25-8-30	8-40-8-45
Завтрак		8-30-9.10	8-45-8-55
Игры, подготовка к занятиям		9.10-10.00	8-55-9-00
Непосредственно образовательная деятельность	1	9.20-9.35	9.00-9.30
	Перерыв	9.35-9.45	9.30-9.40
	2	9.45-10.00	9.40-10.10
	Перерыв		10.10-10.20
	3/самостоятельная деятельность, игры		10.20-10.50
Второй завтрак		10.00-10.10	10-50-10-55

Подготовка к прогулке, игры в группе	10.10-10.10	10-55-11-00
Прогулка	10.10-11.50	11.00-12.25
Возвращение с прогулки	11.50-12.00	12-25-12-35
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.35-13-00
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00	13.00-15-00
Подъем, гимнастика после сна, закаливающие,	15.00-15.15	15.00-15.15
Игры по интересам, совместная, самостоятельная	15-15-15-30	15-15-15-40
Подготовка к полднику, полдник	15.15-15.30	15.40-16-00
Игры, самостоятельная и организованная деятельность	15-50-16-10	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой с последующим догуливанием родителей с детьми	16-10-18-00	16-30-18-00

**Организация режима пребывания детей в ДОУ
(теплый период)**

Наименование деятельности	Младшая Разновозрастная группа	Старшая разновозрастная группа
Прием детей на воздухе, игры, самостоятельная деятельность	8.00-8.15	8-00-8-30
Утренняя гимнастика на воздухе	8.15-8.25	8-30-8-40
Подготовка к завтраку (дежурство)	8.25-8.30	8.40-8.45
Завтрак	8.30-9.10	8.45-8.55
Игры, самостоятельная деятельность	9.10-10.00	8-55-9-00
Занятие	каникулы	9.00-9.50
Второй завтрак	10.00-10.10	9-50-10-00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.10-11.00	10-00-12.25
Возвращение с прогулки, водные процедуры	11.50-12.00	12-25-12-35

Подготовка к обеду, обед	12.0-12.30	12.35-13-00
Подготовка ко сну, сон	12.30-15.00	13.00-15-00
Подъем, гимнастика после сна, гигиенические процедуры закаливающие, гигиенические процедуры	15.00-15.15	15.00-15.15
Игры по интересам, совместная, самостоятельная деятельность детей	15-15-15-30	15-15-15-40
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	15.40-16-00
Игры, самостоятельная, совместная деятельность	15-50-16-00	16.00-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, уход детей домой с последующим догуливанием родителей с детьми	16-20-18-00	16-30-18-00

Планирование образовательной нагрузки

Организованная образовательная деятельность				
Вид деятельности	Периодичность			
	3 – 4 года	4 – 5 лет	5 – 6 лет	6 – 8 лет
Физическая культура в помещении	2/72	2/72	2/72	2/72
Физическая культура на прогулке	1/36	1/36	1/36	1/36
Итого	3	3	3	3

**Организация непосредственно образовательной деятельности
с детьми младшей подгруппы младшей разновозрастной группы
(3 – 4 лет)**

Дни недели	Вид НОД	Время
Пн.		
Вт.	Физическая культура	9.45-10.00
Ср.		
Чт.	Физическая культура	9.45-10.00
Пт.	Физическая культура**	9.40-9.55

**Организация непосредственно образовательной деятельности
с детьми средней подгруппы старшей разновозрастной группы
(4 – 5 лет)**

Дни недели	Вид НОД	Время
Пн.		
Вт.	Физическая культура	10.20-10.40
Ср		
Чт.	Физическая культура	10.20-10.40
Пт.	Физическая культура **	10.20-10.40

**Организация непосредственно образовательной деятельности
с детьми старшей подгруппы старшей разновозрастной группы
(5-6 лет)**

Дни недели	Вид НОД	Время
Пн.		
Вт.	Физическая культура	10.20-10.45
Ср		
Чт.	Физическая культура	10.20-10.45
Пт.	Физическая культура **	10.20-10.45

**Организация непосредственно образовательной деятельности
с детьми подготовительной подгруппы старшей разновозрастной группы
(6-8 лет)**

Дни недели	Вид НОД	Время
Пн.		
Вт.	Физическая культура	10.20-10.50
Ср		
Чт.	Физическая культура	10.20-10.50
Пт.	Физическая культура **	10.20-10.50

** НОД организуется на улице с подгруппой, которая не занимается, находится младший воспитатель в игровой зоне.

3.4. Планирование образовательной деятельности.

Организованная образовательная деятельность								
Вид деятельности \ возраст	Периодичность							
	3 – 4 года		4 – 5 лет		5 – 6 лет		6 – 7 лет	
	ч/в неделю	ч/год	ч/неделю	ч/ год	ч/неделя	ч\год	ч/неделя	ч/год
Физическая культура в помещении	2	72	2	72	2	72	2	/72
Физическая культура на прогулке	1	36	1	36	1	36	1	36
Итого	3	108	3	108	3	108	3	108

Примерное годовое планирование

Месяц	Организационно-педагогическая работа	Методическая работа и взаимодействие с педагогами	Работа с детьми	Работа с родителями и социумом
1	2	3	4	5

Сентябрь	карты диагностического обследования. Корректировка перспективного плана работы по результатам диагностики.	Познакомить воспитателей с результатами диагностического обследования детей, выработать рекомендации по индивидуальной работе на учебный год.	- Диагностика физического развития детей. музыкально-спортивный праздник «День знаний» с детьми старших и подготовительных к школе групп. - «Осенние забеги» с детьми средних, старших и подготовительных к школе групп.	родительское собрание: на тему «Организация физкультурных занятий в детском саду. Формы работы по физическому развитию».
Октябрь	Пополнить физкультурное оборудование в зале Пополнить фонотеку новыми аудиозаписями для утренней гимнастики.	Внести изменения в содержание предметно-развивающей среды групп, пополнить необходимым физкультурным оборудованием на основании результатов диагностики.	спортивное развлечение «Спорт – это сила и здоровья» - средняя группа. спортивный праздник «Я здоровья берегу сам себе я помогу» - старшей и подготовительной группы.	индивидуальные беседы с родителями по результатам диагностики физической подготовленности детей, пути её совершенствования.
Ноябрь	Пополнить методическую литературу, продолжать разработать материал по дыхательной гимнастике.		развлечение для детей старших и подготовительных групп «Забочусь о твоём здоровье» Сказки Доброго доктора. спортивный праздник для детей средних групп «Карнавал здоровья»	индивидуальные консультации на тему «Взаимодействие ДОУ и семьи по приобщению детей к здоровому образу жизни».

Декабрь	Пополнить фонотеку к занятиям с элементами ритмической гимнастики. Приобрести литературу по теме «Физическое развитие в ДОУ».	материал на тему, «О традиционных подходов физкультурно-оздоровительной работы к инновационному через использование здоровьесберегающих технологий».	Спортивный праздник «Старинные народные игры» для старшей и подготовительной группы.	индивидуальные консультации «Нетрадиционные формы оздоровления дошкольников».
Январь	Обновить картотеку подвижных игр по всем возрастным группам. Пополнить фонотеку для физкультурных занятий.	рекомендации по содержанию физкультурно-оздоровительного центра с учётом результатов диагностики во всех возрастных группах.	Спортивный праздник на улице «Зимний спортивный праздник» для детей старшей и подготовительной группы.	фотовыставка о спортивном празднике «Мы мороза не боимся». Консультация «Как правильно выбирать лыжи для дошкольника».
Февраль	Оформить физкультурный зал к совместному развлечению детей с родителями «День защитника Отечества» Пополнить фонотеку для спортивных развлечений	Совместно с музыкальным руководителем подобрать материал к развлечению «День защитника Отечества» Совместно с воспитателями групп подготовить развлечение «День защитника Отечества».	Провести совместное развлечение детей с родителями «День защитника Отечества» Провести развлечение для детей средних групп «Весёлые старты»	Привлечь родителей к подготовке и участию в развлечении «День защитника Отечества».
Март	Изготовить нетрадиционное спортивное оборудование – массажный коврик для профилактики плоскостопия	Совместно с музыкальным руководителем подготовить музыкально-спортивное развлечение «Масленица!»	музыкально-спортивное развлечение для старших и подготовительных групп «Масленица!». спортивный праздник для средних групп	Консультация для родителей: «Оздоровляющие игры для часто болеющих детей».

			«Как зима с весной встретилась».	
Апрель	Оформить зал к проведению музыкально-спортивного развлечения «День смеха» Оформить зал к проведению музыкально-спортивного развлечения «Волшебная страна детства».	Совместно с музыкальным руководителем учителем логопедом подготовить совместное развлечение детей с родителями «Волшебная страна детства». Совместно с музыкальным руководителем подготовить и провести музыкально-спортивное развлечение «День смеха».	музыкально-спортивное развлечение «День смеха» для детей средних, старших и подготовительных групп. Спортивное развлечение «Здоровье дарит Айболит» средняя группа . Спортивный праздник для детей всех возрастных групп «Ловкие, смелые, сильные, умелые»	подготовка и участие в развлечении «Волшебная страна детства».
Май	план физкультурно-оздоровительной работы на летний период	Познакомить воспитателей с результатами диагностического обследования детей, выработать рекомендации по индивидуальной работе на летний период.	диагностика физического развития детей развлечение для старших и подготовительных групп «От скуки спасает мяч». Провести спортивный досуг для средних групп «День бегуна». Здача норм ГТО, старшая и подготовительная группа.	Провести индивидуальные беседы по результатам диагностики физического развития дошкольников на конец учебного года Организовать фотовыставку о проведении развлечения «От скуки спасает мяч»
Ежемесячно	изменения в календарные планы, учитывая результаты диагностических данных, анализа	индивидуальная работа с ведущими праздников и развлечений	физкультурные занятия, индивидуальную работу с детьми спортивные	

	двигательной деятельности ребёнка и его индивидуальных особенностей		праздники, развлечения	
	перспективно-календарный план			

Календарно – тематическое планирование для младшей разновозрастной группы с 3 – 4 лет

Возраст детей	Объём времени
3 – 4 года	15 минут

С подгруппой, которая не занимается, находится младший воспитатель в игровой зоне

Содержание занятия (каждое второе занятие в неделю), обозначенного звездочкой (*), аналогично предыдущему. Предлагаются лишь некоторые изменения в основных движениях. Вносятся дополнения в различные части занятия, в том числе и разные варианты подвижных игр.

Занятие, обозначенное двумя звездочками (**), проводится на площадке (или в помещении, в зависимости от погодных условий) В форме игровых упражнений.

СЕНТЯБРЬ		
1-я Н Е Д Е Л Я	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 1 Задачи Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. [3- с/20]
	Четверг	Занятие 2* Задачи Упражнять детей в ходьбе и беге всей группой в прямом направлении за воспитателем; прыжках на двух ногах на месте. [3 – с. 21]
	Пятница	Занятие 3** Задачи. Развивать умение действовать по сигналу воспитателя; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании. [3 – с/22]

2-я НЕДЕЛЯ	Вторник	Занятие 4 Задачи Развивать ориентировку в пространстве, умение действовать по сигналу; группироваться при лазании под шнур. . [3 – с/22]
	Четверг	Занятие 5* [3- с.24]
	Пятница	Занятие 6** Задачи. [3 – с/24]
3-я НЕДЕЛЯ	Вторник	Занятие 7 Задачи. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, беге врассыпную (повторить 2-3 раза в чередовании); упражнять в прокатывании мяча, лазанье под шнур . [3 – с.25]
	Четверг	Занятие 8* [3 – с.27]
	Пятница	Занятие 9** Задачи. Упражнять в ходьбе в обход предметов, поставленных по углам площадки; повторить подбрасывание и ловлю мяча двумя руками; упражнять в прыжках, развивая точность приземления. [3 – с.27]
4-я НЕДЕЛЯ	Вторник	Занятие 10 Задачи. Продолжать учить детей останавливаться по сигналу воспитателя во время ходьбы; закреплять умение группироваться при лазанье под шнур; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. [3 – с.28]
	Четверг	Занятие 11* [3 – с.29]
	Пятница	Занятие 12** Задачи. Разучить перебрасывание мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер; упражнять в прыжках [3 – с.30]

ОКТАБРЬ		
1-я НЕДЕЛЯ	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 13 Задачи. Учить детей сохранять устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре; упражнять в энергичном отталкивании от пола (земли) и мягком приземлении на полусогнутые ноги в прыжках с продвижением вперед. [3 – с.31]
	Четверг	Занятие 14* [3 – с.33]
	Пятница	Занятие 15** Задачи. Упражнять в перебрасывании мяча через сетку, развивая ловкость и глазомер; в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе и беге по уменьшенной площади опоры. [3 – с.33]

2-я НЕДЕЛЯ	Вторник	Занятие 16 Задачи. Учить детей находить свое место в шеренге после ходьбы и бега; упражнять в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках из обруча в обруч; закреплять умение прокатывать мяч друг другу, развивая точность направления движения [3-с.34]
	Четверг	Занятие 17* [3 – с. 35]
	Пятница	Занятие 18** Задачи. Упражнять детей в ходьбе с выполнением различных заданий в прыжках, закреплять умение действовать по сигналу. [3 – с.35]
3-я НЕДЕЛЯ	Вторник	Занятие 19 Задачи. Повторить ходьбу в колонне по одному, развивать глазомер и ритмичность при перешагивании через бруски; упражнять в прокатывании мяча в прямом направлении, в лазанье под дугу. [3 – с.36]
	Четверг	Занятие 20* [3 – с.36]
	Пятница	Занятие 21** Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, поставленными произвольно по всей площадке; в прокатывании обручей, в прыжках с продвижением вперед. [3 – с.37]
4-я НЕДЕЛЯ	Вторник	Занятие 22 Задачи. Упражнять в ходьбе и беге колонной по одному, в ходьбе и беге врассыпную; повторить лазанье под дугу, не касаясь руками пола; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на уменьшенной площади опоры. [3 – с.37]
	Четверг	Занятие 23* [3 – с.38]
	Пятница	Занятие 24** Задачи. Повторить ходьбу и бег колонной по одному; упражнять в бросании мяча в корзину, развивая ловкость и глазомер. [3 – с.39]

НОЯБРЬ		
1-я НЕДЕЛЯ	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 25 Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на двух ногах, закреплять умение удерживать устойчивое равновесие при ходьбе на повышенной опоре. [3-с.40]
	Четверг	Занятие 26* [3 – с.41]
	Пятница	Занятие 27** Задачи. Упражнять в ходьбе и беге с изменением направления движения; ходьбе и беге «змейкой» между предметами;

		сохранении равновесия на уменьшенной площади опоры. [3 – с/41]
2-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 28 Задачи. Упражнять в ходьбе и беге по кругу, в ходьбе и беге на носках; в приземлении на полусогнутые ноги в прыжках; в прокатывании мяча. [3- с/42]
	Четверг	Занятие 29* [3 – с.43]
	Пятница	Занятие 30** Задачи. Повторить ходьбу с выполнением заданий; бег с перешагиванием; упражнение в прыжках и прокатывании мяча в прямом направлении. [3 –с.44]
3-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 31 Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения; в бросках мяча о землю и ловле его двумя руками; повторить ползание на четвереньках [3- с.44]
	Четверг	Занятие 32* [3 –с.45]
	Пятница	Занятие 33** Задачи. Упражнять детей в ходьбе между предметами, не задевая их; упражнять в прыжках и беге с ускорением. [3 –с/46]
4-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 34 Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой по сигналу воспитателя; в ползании на животе по гимнастической скамейке, развивая силу и ловкость; повторить задание на сохранение устойчивого равновесия. [3 –с.46]
	Четверг	Занятие 35* [3 –с47]
	Пятница	Занятие 36** Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки; развивать глазомер и силу броска при метании на дальность, упражнять в прыжках/ [3 –с.48]

ДЕКАБРЬ		
1-я Н Е Д Е Л Я	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 1 Задачи. Развивать внимание детей при выполнении заданий в ходьбе и беге; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; развивать ловкость и координацию движений в прыжках через препятствие[3 – с49]
	Четверг	Занятие 2* [3 –с/50]
	Пятница	Занятие 3** Задачи. Упражнять в ходьбе и беге между сооружениями из снега; в умении действовать по сигналу воспитателя [3 –с/50]

2 –я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 4 Задачи. Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. [3 – с/51]
	Четверг	Занятие 5* [3 –с.52]
	Пятница	Занятие 6** Задачи. Учить детей брать лыжи и переносить их на плече к месту занятий; упражнять в ходьбе ступающим шагом. [3 –с 52]
3-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 7 Задачи. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; повторить ползание на четвереньках. [3 –с/53]
	Четверг	Занятие 8* [3 –с.55]
	Пятница	Занятие 9** Задачи. Закреплять навык скользящего шага в ходьбе на лыжах; упражнять в метании на дальность снежков, развивая силу броска. [3 –с/55]
4-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 10 Задачи. Упражнять в действиях по заданию воспитателя в ходьбе и беге; учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии. [3 –с.55]
	Четверг	Занятие 11* [3 –с.57]
	Пятница	Занятие 12** Задачи. Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом. [3 –с.57]

ЯНВАРЬ		
1-я Н Е Д Е Л Я	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 13 Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, не задевая их; формировать устойчивое равновесие в ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить упражнения в прыжках [3 –с/58]
	Четверг	Занятие 14* [3 – с.59]
	Пятница	Занятие 15** Задачи. Продолжать учить детей передвигаться на лыжах скользящим шагом; повторить игровые упражнения. [3 –с.60]

2 –я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 16 Задачи. Упражнять детей в ходьбе со сменой ведущего; в прыжках и перебрасывании мяча друг другу. [3 –с.60]
	Четверг	Занятие 17* [3 –с/61]
	Пятница	Занятие 18** Задачи. Закреплять навык скользящего шага, упражнять в беге и прыжках вокруг снежной бабы. [3 –с.61]
3-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 19 Задачи. Повторить ходьбу и бег между предметами, не задевая их; ползание по гимнастической скамейке на четвереньках, развивать ловкость в упражнениях с мячом. [3- с/62]
	Четверг	Занятие 20* [3 –с. 63]
	Пятница	Занятие 21** Задачи. Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность. [3 – с.63]
4-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 22 Задачи. Упражнять в ходьбе со сменой ведущего, с высоким подниманием колен; в равновесии при ходьбе по гимнастической скамейке, закреплять умение правильно подлезать под шнур. [3 – с.64]
	Четверг	Занятие 23* [3 –с.65]
	Пятница	Занятие 24** Задачи. Упражнять детей в перепрыгивании через препятствия в метании снежков на дальность (матерая для повторения) [3 –с.65]

ФЕВРАЛЬ		
1-я Н Е Д Е Л Я	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 25 Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии; повторить задание в прыжках. [3 –с. 66]
	Четверг	Занятие 26* [3 –с.67]
	Пятница	Занятие 27** Задачи. Повторить метание снежков в цель, игровые задания на санках. [3 –с.67]
2 –я Н Е Д	Вторник	Занятие 28 Задачи. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя, в прыжках из обруча в обруч; развивать ловкость при прокатывании мяча между предметами [3 – с. 68]

Е Л Я	Четверг	Занятие 29* [3 – с.69]
	Пятница	Занятие 30** Задачи. Повторить игровые упражнения с бегом, прыжками. [3 – с.69]
3-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 31 Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами; в ловле мяча двумя руками; закреплять навык ползания на четвереньках. [3 –с.70]
	Четверг	Занятие 32* [3 – с. 71]
	Пятница	Занятие 33** Задачи. Упражнять детей в метании снежков на дальность, катании на санках с горки [3- с.71]
4-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 34 Задачи. Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения; повторить ползание в прямом направлении, прыжки между предметами. [3 –с.71]
	Четверг	Занятие 35* [3 – с.72]
	Пятница	Занятие 36 ** Задачи. Развивать ловкость и глазомер при метании снежков; повторить игровые упражнения. [3 –с.73]

МАРТ		
1-я Н Е Д Е Л Я	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 1 Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге врассыпную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. [3 –с.73]
	Четверг	Занятие 2* [3 –с.74]
	Пятница	Занятие 3 ** Задачи. Развивать ловкость и глазомер при метании в цель; упражнять в беге; закреплять умение действовать по сигналу воспитателя. [3- с.74]
2 –я Н Е Д Е	Вторник	Занятие 4 Задачи. Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде воспитателя; в прыжках в длину с места, в бросании мячей через сетку; повторить ходьбу и бег врассыпную. [3 –с. 75]
	Четверг	Занятие 5 * [3 – с. 76]

Л Я	Пятница	Занятие 6 ** Задачи. Упражнять детей в ходьбе, чередуя с прыжками, в ходьбе с изменением направления движения, в беге в медленном темпе до 1 минуты, в чередовании с ходьбой. [З –с.77]
3-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 7 Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; ходьбе и беге с выполнением задания; повторить прокатывание мяча между предметами; упражнять в ползании на животе по скамейке. [З –с.77]
	Четверг	Занятие 8 * [З –с.78]
	Пятница	Занятие 9 ** Задачи. Упражнять детей в беге на выносливость; в ходьбе и беге между предметами; в прыжках на одной ноге (правой и левой, попеременно). [З –с.78]
4-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 10 Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную, с остановкой по сигналу воспитателя; повторить ползание по скамейке «по-медвежьи»; упражнения в равновесии и прыжках. [З –с.79]
	Четверг	Занятие 11 * [З –с.80]
	Пятница	Занятие 12 ** Задачи. Упражнять детей в ходьбе попеременно широким и коротким шагом; повторить упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. 1 часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя ходьба широким шагом, в медленном темпе. Затем обычная ходьба и ходьба мелким, семенящим шагом, и так последовательно повторить. [З –с.80]

АПРЕЛЬ		
1-я Н Е Д Е Л Я	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 13 Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, ходьбе и беге врассыпную; повторить задания в равновесии и прыжках. [З –с.81]
	Четврг	Занятие 14 * [З –с.82]
	Пятница	Занятие 15 ** Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с поиском своего места в колонне в прокатывании обручей; повторить упражнения с мячами. [З –с.83]
2 –я Н Е Д	Вторник	Занятие 16 Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, ходьбе и беге врассыпную; метании мешочков в горизонтальную цель; закреплять умение занимать правильное

Е Л Я		исходное положение в прыжках в длину с места. [3 –с.83]
	Четверг	Занятие 17 * [3 – с. 84]
	Пятница	Занятие 18 ** Задачи. Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнения в прыжках и подрезание: упражнять в умении сохранять устойчивое равновесие при ходьбе и беге по ограниченной площади опоры. [3 –с. 85]
3-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 19 Задачи. Упражнять в ходьбе с выполнением заданий по сигналу воспитателя; развивать ловкость и глазомер при метании на дальность, повторить ползание на четвереньках [3 –с. 85]
	Четверг	Занятие 20 * [3 –с. 86]
	Пятница	Занятие 21 ** Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с остановкой на сигнал воспитателя; в перебрасывании мячей друг другу, развивая ловкость и глазомер. [3 –с. 86]
4-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 22 Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; повторить упражнения в равновесии и прыжках. [3 –с. 87]
	Четверг	Занятие 23 * [3 –с. 88]
	Пятница	Занятие 24 ** Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; в равновесии; перебрасывании мяча. [3 – с. 88]

МАЙ		
1-я Н Е Д Е Л Я	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 25 Задачи. Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры; повторить прыжки в длину с места. [3 –с. 89]
	Четверг	Занятие 26 * [3 –с. 90]
	Пятница	Занятие 27 ** Задачи. Упражнять детей в ходьбе колонной по одному в чередовании с прыжками; повторить игровые упражнения с мячом. [3 –с. 90]
2 –я Н Е Д Е	Вторник	Занятие 28 Задачи. Повторить ходьбу со сменой ведущего; упражнять в прыжках в длину с места; развивать ловкость в упражнениях с мячом. [3 –с. 90]
	Четверг	Занятие 29 * [3 –с.91]

Л Я	Пятница	Занятие 30 ** Задачи. Упражнять детей в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; ходьбе и бегу по кругу; повторить задания с бегом и прыжками. [3 –с. 91]
3-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 31 Задачи. Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, беге враспынную, в ползании по скамейке; повторить метание в вертикальную цель. [3 –с. 92]
	Четверг	Занятие 32 * [3 –с.93]
	Пятница	Занятие 33 ** Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге парами; закреплять прыжки через короткую скакалку, умение перестраиваться по ходу движения. 1 часть. Ходьба в колонне по одному, по сигналу воспитателя перестроение в пары; ходьба парами, бег враспынную, в колонне по одному. Ходьба «змейкой» между предметами. [3- с. 93]
4-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 34 Задачи. Повторить ходьбу и бег с выполнением заданий; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по повышенной опоре в прыжках. [3 – с/93]
	Четверг	Занятие 35 * [3 – с. 94]
	Пятница	Занятие 36 ** Задачи. Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением направления движения, в подбрасывании и ловле мяча; повторить игры с мячом, прыжками и бегом. [3 –с. 94]

**Календарно – тематическое планирование для старшей разновозрастной группы
4 – 7 лет.**

Возраст детей	Объём времени
4 – 5 лет	20 минут
5 – 6 лет	25 минут
6 – 7 лет	30 минут

С подгруппой, которая не занимается, находится младший воспитатель в игровой зоне

Содержание занятия (каждое второе занятие в неделю), обозначенного звездочкой (*), аналогично предыдущему. Предлагаются лишь некоторые изменения в основных движениях. Вносятся дополнения в различные части занятия, в том числе и разные варианты подвижных игр.

Занятие, обозначенное двумя звездочками (**), проводится на площадке (или в помещении, в зависимости от погодных условий) В форме игровых упражнений.

Детям в возрасте от 4- 5 лет снижается нагрузка в общеразвивающих упражнениях, карегируются основные виды движений.

СЕНТЯБРЬ		
1-я Н Е Д Е Л Я	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 1 Задачи для детей с 4 – 8 лет:. Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному, в беге врассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие, формируя правильную осанку при ходьбе по гимнастической скамейке упражнять в перебрасывании мяча. Задачи для детей 5- 8 лет: упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола (земли), в прыжках с продвижением вперед; [4 – с.14]
	Четверг	Занятие 2* [4 –с.16]
	Пятница	Занятие 3** Задачи для детей с 4 – 8 лет . Упражнять в построении в колонну по одному; упражнять в равновесии и прыжках [4 – с.16]
2 –я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 4 Задачи для детей с 4 – 8 лет: Повторить ходьбу и бег между предметами; учить ходьбе на носках); упражнять в подбрасывании мяча вверх двумя руками; Задачи для детей 5- 8 лет: ; обучать энергичному отталкиванию двумя ногами от пола (земли) и взмаху рук в прыжках с доставанием до предмета (в высоту бег до 1,5 мин.: [4 – с.18]
	Четверг	Занятие 5* [4- с.19]
	Пятница	Занятие 6** Задачи для детей с 4 – 8 лет: Упражнять в ходьбе и беге между предметами, врассыпную с остановкой по сигналу воспитателя; развивать ловкость в беге, не задевать за предметы; повторить упражнения в прыжках; разучить игровые упражнения с мячом [4- с.19]

3-я Неделя	Вторник	Занятие 7 Задачи для детей с 4 – 8 лет: Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 мин; упражнять в ползании по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени; разучить подбрасывание мяча вверх; развивать ловкость и устойчивое равновесие при ходьбе по шнуру. [4 – с.20]
	Четверг	Занятие 8* [4 – с.22]
	Пятница	Занятие 9** Задачи для детей с 4 – 8 лет Упражнять детей в непрерывном беге до 1 мин (в чередовании с ходьбой); разучить игровые упражнения с прыжками; развивать ловкость и глазомер в упражнениях с мячом и координацию движений и ловкость в игре «Быстро возьми». [4 – с.23]
4-я Неделя	Вторник	Занятие 10 Задачи: Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; разучить пролезание в обруч боком, не задевая за край обруча; упражнять в сохранении устойчивого равновесия Задачи для детей 5 – 8 лет: прыжках с продвижением вперед. [4 –с.23]
	Четверг	Занятие 11* [4 –с.25]
	Пятница	Занятие 12** Задачи для детей с 4 – 8 лет: Упражнять детей в непрерывном беге в колонне по одному, в перебрасывании мяча, развивая ловкость и глазомер, Задачи для детей 5 – 8 лет: упражнять в прыжках [4 –с.25]

ОКТАБРЬ		
1-я Неделя	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 13 Задачи для детей с 4 – 8 лет: Учить детей перестроению в колонну по два; упражнять в непрерывном беге до 1 мин; учить ходьбе приставным шагом по гимнастической скамейке; упражнять в перепрыгивании через шнуры и перебрасывании мяча [4 – с.27]
	Четверг	Занятие 14* [4- с.28]
	Пятница	Занятие 15** Задачи для детей с 4 – 8 лет: Повторить ходьбу с высоким подниманием колен; непрерывный бег до 1,5 мин; (4- 5 лет до 1 минуты) упражнять в прыжках Задачи для детей 5 – 8 лет ; учить прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении, вести мяч правой и левой

		рукой (элементы баскетбола [4- с.28]
2 –я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие16 Задачи для детей с 4 – 8 лет. Разучить с детьми поворот по сигналу воспитателя во время ходьбы в колонне по одному; упражнять в беге с перешагиванием через бруски; закрепить навык приземления на полусогнутые ноги при спрыгивании; повторить перебрасывание мяча друг другу и переползание через препятствия. : [4- с.29]
	Четверг	Занятие 17* [4- с.31]
	Пятница	Занятие18 ** Задачи для детей с 4 – 8 лет Упражнять в ходьбе на носках, пятках, беге до 1,5 мин; (4 – 5 лет бег до 1 минуты) разучить игровые упражнения с мячом; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками. [4 –с.31]
3-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 19 Задачи для детей с 4 – 8 лет: Продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу воспитателя; бег враспынную; развивать координацию движений и глазомер при метании мяча в цель; упражнять в подлезании под дугу с сохранением устойчивого равновесия. [4 –с.32]
	Четверг	Занятие 20* [4- с.33]
	Пятница	Занятие 21 ** Задачи для детей с 4 – 8 лет: Упражнять детей в ходьбе и беге с перешагиванием через препятствия; непрерывный бег до 2 мин; (4- 5 лет бег до 1 минуты) повторить игровое упражнение с прыжками Задачи для детей 5 – 8 лет учить игре в бадминтон; упражнять в передаче мяча ногами (элементы футбола) друг другу; [4 –с.34]
4-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 22 Задачи для детей с 4 – 8 лет Учить детей делать повороты во время ходьбы и бега в колонне по два (парами); повторить пролезание в обруч боком; упражнять в равновесии и прыжках [4- с.34]
	Четверг	Занятие 23* [4 –с.36]
	Пятница	Занятие 24** Задачи для детей с 4 – 8 лет: [Упражнять в медленном беге до 1,5 мин; (4 -5 лет бег до 1 минуты) разучить игру «Посадка картофеля»; упражнять в прыжках; развивать внимание в игре «Затейники». 4 –с.36]

НОЯБРЬ		
1-я Н Е Д Е Л Я	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 25 Задачи для детей с 4 – 8 лет; Продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег враспынную;; развивать ловкость и координацию движений; упражнять в прыжках и перебрасывании мяча в шеренгах. Задачи для детей с 5– 8 лет; разучить переключивание малого мяча из одной руки в другую во время ходьбы по гимнастической скамейке [4 –с/38]
	Четверг	Занятие 26* [4 – с/40]
	Пятница	Занятие 27** Задачи для детей с 4 – 8 лет; : . Упражнять в медленном беге до 1,5 мин, (4 -5 лет бег до 1 минуты) в ходьбе с остановкой по сигналу воспитателя; повторить игровые упражнения с мячом, в равновесии и прыжках. [4- с/40]
2 –я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 28 Задачи для детей с 4 – 8 лет; Повторить ходьбу с изменением направления движения, бег между предметами; упражнять в ползании по скамейке на животе , прыжки на двух ногах Задачи для детей с 5 – 8 лет; ведении мяча между предметами. учить прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед; [4 –с/ 41]
	Четверг	Занятие 29 * [4- с/ 42]
	Пятница	Занятие 30 ** Задачи для детей с 4 – 8 лет: Повторить бег с перешагиванием через предметы; развивать точность движений и ловкость в игровом упражнении с мячом; упражнять в беге и равновесии. [4 –с/42]
3-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 31 Задачи для детей с 4 – 8 лет: Упражнять детей в беге с изменением темпа движения, в ходьбе между предметами («змейкой»); упражнять в пролезании через обруч(с мячом в руках для детей 5 – 8 лет), в равновесии Задачи для детей с 5 – 8 лет повторить ведение мяча в ходьбе, продвигаясь до обозначенного места [4 –с/ 43]
	Четверг	Занятие 32 * [4 –с/44]
	Пятница	Занятие 33** Задачи для детей с 4 – 8 лет Упражнять в медленном непрерывном беге, перебрасывании мяча в шеренгах; повторить игровые упражнения с прыжками и бегом.

		[4 –с/44]
4-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 34 Задачи для детей с 4 – 8 лет Продолжать отрабатывать навык ходьбы в колонне по одному с остановкой по сигналу воспитателя; упражнять в подлезании под шнур боком, в сохранении устойчивого равновесия и прыжках. : [4 –с.45]
	Четверг	Занятие 35* [4 –с.46]
	Пятница	Занятие 36 ** Задачи для детей с 4 – 8 лет Повторить бег с преодолением препятствий; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и с бегом. [4- с.46]

ДЕКАБРЬ		
1-я Н Е Д Е Л Я	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 1 Задачи для детей с 4 – 8 лет: Упражнять детей в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга, в беге между предметами, не задевая их;; отрабатывать навык прыжка на двух ногах ; упражнять в перебрасывании мяча друг другу Задачи для детей с 5 – 8 лет разучить ходьбу по наклонной доске, сохраняя устойчивое равновесие и правильную осанку отрабатывать навык прыжка на двух ногах с преодолением препятствий [4 –с.47]
	Четверг	Занятие 2* [4 –с.48]
	Пятница	Занятие 3** Задачи для детей с 4 – 8 лет: Разучить игровые упражнения с бегом и прыжками; упражнять в метании снежков на дальность. [4 –с.49]
2 –я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 4 Задачи для детей с 4 – 8 лет Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, с поворотом в другую сторону;; упражнять в ползании на четвереньках между кеглями, подбрасывании и ловле мяча. Задачи для детей с 5 – 8 лет: разучить прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед [4 –с.50]

	Четверг	Занятие 5* [4 –с.51]
	Пятница	Занятие : 6** Задачи для детей с 4 – 8 лет: Повторить ходьбу и бег между снежными постройками; упражнять в прыжках на двух ногах до снеговика, бросании снежков в цель; повторить игру «Мороз-Красный нос». [4 –с.51]
3-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 7 Задачи для детей с 4 – 8 лет : Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную; закреплять умение ловить мяч, развивая ловкость и глазомер, упражнять в ползании по гимнастической скамейке на животе и сохранении равновесия. [4 –с.52]
	Четверг	Занятие 8* [4 –с.53]
	Пятница	Занятие 9** Задачи для детей с 4 – 8 лет упражнять в прыжках на двух ногах; повторить игровые упражнения с бегом и бросание снежков до цели Задачи для детей с 5 – 8 лет Развивать ритмичность ходьбы на лыжах; [4 –с.53]
4-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 10 Задачи для детей с 4 – 8 лет: Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в беге враспынную; учить влезать на гимнастическую стенку; упражнять в равновесии и прыжках. [4 –с. 54]
	Четверг	Занятие 11* [4 –с. 56]
	Пятница	Занятие 12** Задачи для детей с 4 – 8 лет развивать координацию движений и устойчивое равновесие при скольжении по ледяной дорожке. Задачи для детей с 5 – 8 лет Закреплять навык передвижения на лыжах скользящим шагом; разучить игровые упражнения с шайбой и клюшкой; [4 –с. 56]

ЯНВАРЬ		
1-я Н Е Д Е Л Я	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 13 Задачи для детей с 4– 8 лет: Упражнять детей ходить и бегать между предметами, не задевая их; продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске; Задачи для детей с 5 – 8 лет упражнять в прыжках с ноги на ногу, забрасывании мяча в Кольцо, развивая ловкость и Глазомер. [4 –с.58]
	Четверг	Занятие 14* [4 –с.59]

	Пятница	Занятие 15** Задачи для детей с 4– 8 лет повторить игровые упражнения. Задачи для детей с 5 – 8 лет Продолжать учить детей передвижению на лыжах скользящим шагом; [4- с.60]
2 –я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 16 Задачи для детей с 4– 8 лет: . Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; разучить прыжок в длину с места; упражнять в ползании на четвереньках, прокатывая мяч перед собой головой [4 –с.60]
	Четверг	Занятие 17* [4 –с. 62]
	Четверг	Занятие 18** Задачи для детей с 4– 8 лет повторить игровые упражнения с бегом и метанием Задачи для детей с 5– 8 лет: Закреплять у детей навык скользящего шага в ходьбе на лыжах, спускаться с небольшого склона;. [4 –с. 62]
3-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 19 Задачи для детей с 4– 8 лет : Повторить ходьбу и бег между предметами; закрепить умение перебрасывать мяч друг другу; упражнять в пролезании в обруч и равновесии. [4 –с. 62]
	Четверг	Занятие 20* [4 –с. 63]
	Пятница	Занятие 21** Задачи для детей с 4– 8 лет повторять игровые упражнения с бегом и прыжками; метание снежков на дальность Задачи для детей с 5– 8 лет Закреплять навык скользящего шага; продолжать обучение спуску с пологого склона и подъему лесенкой> [4 –с. 64]
4-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 22 Задачи для детей с 4– 8 лет : Отрабатывать ходьбу и бег по кругу, держась за шнур; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по скамейке , Задачи для детей с 5– 8 лет прыжки с продвижением вперед и ведении мяча в прямом направлении. [4 –с. 64]
	Четверг	Занятие 23* [4 –с. 65]
	Пятница	Занятие 24** Задачи для детей с 4– 8 лет Поворотов; повторить игровые упражнения на санках, с бегом и прыжками. Задачи для детей с 5– 8 лет Закреплять у детей навык ходьбы на лыжах, спуска и подъема, [4 –с. 65]

ФЕВРАЛЬ		
1-я Н Е Д Е Л Я	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 25 Задачи для детей с 4– 8 лет : Упражнять детей в ходьбе и беге враспынную, в непрерывном беге до 1,5 мин; (4 -5 лет бег до 1 минуты), прыжки с места на двух ногах, забрасывании мяча в корзину. Задачи для детей с 5– 8 лет продолжают учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске; упражнять в перепрыгивании через бруски [4 –с. 67]
	Четверг	Занятие 26* [4 –с. 68]
2 –я Н Е Д Е Л Я	Пятница	Занятие 27** Задачи для детей с 4– 8 лет повторить игровые упражнения в перебрасывании шайбы друг другу и скольжении по ледяной дорожке Задачи для детей с 5– 8 лет : Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить боковые шаги; продолжать обучать спуску с гор и подъему; [4 –с. 68]
	Вторник	Занятие 28 Задачи для детей с 4– 8 лет Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки, в ходьбе и беге враспынную; закреплять навык энергичного отталкивания и приземления на полусогнутые ноги при прыжках в длину с места; упражнять в подлезании под дугу и отбивании мяча о землю. Задачи для детей с 5– 8 лет : Упражнять детей в ходьбе по лыжне скользящим шагом, повторить боковые шаги; продолжать обучать спуску с гор и подъему;: [4 –с. 69]
	Четверг	Занятие 29 [4 –с.70]
3-я Н Е Д Е Л Я	Пятница	Занятие 30** Задачи: Упражнять в ходьбе на лыжах, метании снежков на дальность; повторить игровые упражнения с бегом и прыжками [4 –с. 70]
	Вторник	Занятие 31 Задачи для детей с 4– 8 лет Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами; учить метанию мешочков в вертикальную цель; упражнять в подлезании под палку и перешагивании через нее. [4 –с.70]
	Четверг	Занятие 32* [4 –с. 71]
	Пятница	Занятие 33** Задачи для детей с 4– 8 лет Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками, бросание снежков на дальность и в цель. [4 –с.72]

4-я НЕДЕЛЯ	Вторник	Занятие 34 Задачи для детей с 4– 8 лет Упражнять детей в медленном непрерывном беге; продолжать учить влезать на гимнастическую стенку, не пропуская реек; упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по гимнастической скамейке Задачи для детей с 5– 8 лет прыжках с ноги на ногу; упражнять в ведении мяча. [4 –с. 72]
	Четверг	Занятие 35* [4 –с. 73]
	Пятница	Занятие 36** Задачи для детей с 4– 8 лет : Повторить игровые упражнения на санках; упражнять в прыжках и беге. [4 –с. 74]

МАРТ		
1-я НЕДЕЛЯ	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 1 Задачи для детей с 4– 8 лет : Упражнять детей в ходьбе колонной по одному, с поворотом в другую сторону по сигналу воспитателя; разучить ходьбу по канату (шнуру) (с мешочком на голове для детей 5 – 8 лет), удерживая равновесие и сохраняя хорошую осанку; упражнять в прыжках из обруча в обруч и перебрасывании мяча друг другу, развивая ловкость и глазомер. [4 –с.75]
	Четверг	Занятие 2* [4 –с.76]
2 –я НЕДЕЛЯ	Пятница	Занятие 3** Задачи для детей с 4– 8 лет : Повторить игровые упражнения с бегом; упражнять в перебрасывании шайбы друг другу, развивая глазомер и ловкость. [4 –с.77]
	Вторник	Занятие 4 Задачи для детей с 4– 8 лет : Упражнять в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и враспынную;; упражнять в метании мешочков в цель, в ползании между кеглями. Задачи для детей с 5– 8 лет разучить прыжок в высоту с разбега [4 –с.78]
	Четверг	Занятие 5* [4 –с.79]
3-я НЕДЕЛЯ	Пятница	Занятие 6** Задачи для детей с 4– 8 лет : Упражнять детей в непрерывном беге в среднем темпе; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом. [4 –с.79]
	Вторник	Занятие 7 Задачи для детей с 4– 8 лет : Упражнять детей в ходьбе со сменой темпа движения и в беге враспынную между предметами, упражнять в ползании по скамейке на ладонях и

Е Л Я		ступнях, в равновесии и прыжках. [4 –с.80]
	Четверг	Занятие 8* [4 –с.81]
	Пятница	Занятие 9** Задачи для детей с 4– 8 лет : Упражнять детей в беге(на дистанцию 80 м для детей 5 – 8 лет)в чередовании с ходьбой; повторить игровые упражнения в равновесии, прыжках и с мячом. [4 –с.82]
4-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 10 Задачи для детей с 4– 8 лет : Упражнять детей в ходьбе с перестроением в пары и обратно; закреплять умение в метании в горизонтальную цель; упражнять в подлезании под рейку в группировке и равновесии. [4 –с.82]
	Четверг	Занятие 11* [4 –с.83]
	Пятница	Занятие 12** Задачи для детей с 4– 8 лет : Упражнять детей в беге на скорость; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом и бегом. [4 –с.84]

АПРЕЛЬ		
1-я Н Е Д Е Л Я	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 13 Задачи для детей с 4– 8 лет : Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу; продолжать учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке; упражнять в прыжках на двух ногах и метании (в вертикальную цель для детей 5- 8 лет). [4 –с.85]
	Четверг	Занятие 14* [4 –с.86]
2 –я Н Е Д Е Л Я	Пятница	Занятие 15** Задачи для детей с 4– 8 лет Упражнять детей в ходьбе и беге в чередовании; Повторить игру с бегом «Ловишки-перебежки», эстафету с большим мячом. [4 –с.86]
	Вторник	Занятие 16 Задачи для детей с 4– 8 лет Упражнять детей в ходьбе и беге между Предметами; пролезание под обруч Задачи для детей с 5– 8 лет разучить прыжки с короткой скакалкой; упражнять в прокатывании обручей и пролезании в них. [4 –с.87]
	Четверг	Занятие 17* [4 –с.88]

	Пятница	Занятие 18** Задачи для детей с 4– 8 лет : Упражнять детей в прерывном беге, прокатывании обруча; повторить игровые упражнения с прыжками, с мячом. [4 –с.88]
3-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 19 Задачи для детей с 4– 8 лет Упражнять детей в ходьбе и беге колонной с остановкой по сигналу воспитателя, в беге врассыпную; закреплять исходное положение при метании мешочков(в вертикальную цель для детей 5 – 8 лет); упражнять в ползании и равновесии. [4 –с.88]
	Четверг	Занятие 20* [4 –с.90]
	Пятница	Занятие 21** Задачи для детей с 4– 8 лет Повторить с детьми бег на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, с прыжками в с бегом. [4 –с.90]
4-я Н Е Д Е Л Я	Вторник	Занятие 22 Задачи для детей с 4– 8 лет : Упражнять детей в ходьбе и беге колонной между предметами; закреплять навык влезания на гимнастическую стенку(одноименным способом для детей 5 – 8 лет); упражнять в равновесии и прыжках. [4 –с.90]
	Четверг	Занятие 23* [4 –с.92]
	Пятница	Занятие 24** Задачи для детей с 4– 8 лет : Продолжать учить детей бегу на скорость; повторить игровые упражнения с мячом, прыжкам в равновесии. [4 –с.92]

МАЙ		
1-я Н Е Д Е Л Я	День недели	Непосредственно образовательная деятельность
	Вторник	Занятие 25 Задачи для детей с 4– 8 лет Упражнять детей в ходьбе и беге парами с поворотом в другую сторону; упражнять в перешагивании через набивные мячи, положенные на гимнастическую скамейку, прыжки на двух ногах Задачи для детей с 5– 8 лет в прыжках на двух ногах(с продвижением впер ед; отрабатывать навыки бросания мяча о стену. [4 –с.93]
	Четверг	Занятие 26* [4 –с.94]
	Пятница	Занятие 27** Задачи для детей с 4– 8 лет Упражнять детей в беге с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1,5 мин (дети 4 – 5 лет бег до 1 минуты); повторить игровые упражнения с мячом, бегом. [4 –с.95]

2-я Неделя	Вторник	Занятие 28 Задачи для детей с 4– 8 лет : Упражнять детей в ходьбе и беге в колонне по одному с перешагиванием через предметы; упражнять в перебрасывании мяча друг другу и лазанье Задачи для детей с 5– 8 лет разучить прыжок в длину с разбега;. [4 –с.95]
	Четверг	Занятие 29* [4 –с.96]
	Пятница	Занятие 30** Задачи для детей с 4– 8 лет : упражнять в непрерывном беге между предметами до 2 мин;(дети 4 -5 лет до 1 минуты); повторить игровые упражнения с мячом и прыжками. Задачи для детей с 5– 8 лет упражнять в прокатывании плоских обручей [4 –с.96]
3-я Неделя	Вторник	Занятие 31 Задачи для детей с 4– 8 лет Упражнять детей в ходьбе и беге врассыпную между предметами, не задевая их; упражнять в пролезании в обруч и равновесии. Задачи для детей с 5– 8 лет упражнять в бросании мяча о пол одной рукой и ловле двумя; [4 –с.97]
	Четверг	Занятие 32* [4 –с.98]
	Пятница	Занятие 33** Задачи для детей с 4– 8 лет Упражнять в беге на скорость; упражнять в бросании мяча в ходьбе Повторить игровые упражнения с бегом и прыжками Задачи для детей с 5– 8 лет ловле мяча одной рукой;. [4 –с.98]
4-я Неделя	Вторник	Занятие 34 Задачи для детей с 4– 8 лет : Упражнять детей в ходьбе с замедлением и ускорением темпа движения; закреплять навык ползания по гимнастической скамейке на животе; повторить ходьбу с перешагиванием через набивные мячи Задачи для детей с 5– 8 лет прыжки между кеглями. [4 –с.99]
	Четверг	Занятие 35* [4 –с.100]
	Пятница	Занятие 36** Задачи для детей с 4– 8 лет : Упражнять детей в ходьбе и беге с изменением темпа движения; повторить подвижную игру «Не оставайся на земле», игровые упражнения с мячом. [4 с.-100]

3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда содержательно-насыщенная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная.

Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Игровое пространство должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Группа	Наполняемость
	Спортивный уголок группы
Вторая младшая разновозрастная	Кубики, обруч, кегли, массажные коврики, флажки, мячи разного диаметра, скалки, кольцеброс, ленты с кольцом.
Старшая разновозрастная	Шведская стенка – 2 пролёта, кегли , скалки , обручи , кубики, мячи разного диаметра, кольцеброс, ленты с кольцом.
Спортивный зал	
Шведская стенка – 2 пролёта, обручи большого диаметра, обручи малого диаметра, скалки , мячи разного диаметра, гимнастические палки, флажки, кубики, косички, гимнастическая доска (длина 2,5 м, ширина 20 см); гимнастическая скамейка, стойки для прыжков; мешочки с песком, погремушки, шнуры , канат, корзины, ленты с кольцом.	

3.6. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

3.6.1. Описание материально-технического обеспечения модуля «Мы живём на Урале»

Спортивный зал должен быть оснащён всем необходимым.
Шведская стенка – 2 пролёта, обручи большого диаметра, обручи малого диаметра, скакалки, мячи разного диаметра, гимнастические палки, флажки, кубики, косички, гимнастическая доска (длина 2,5 м, ширина 20 см); гимнастическая скамейка, стойки для прыжков; мешочки с песком, погремушки, шнуры, канат, корзины, ленты с кольцом.

3.6.2. Описание обеспеченности методическими материалами и средствами модуля «Мы живём на Урале»

- Подвижные игры народов Урала. - Екатеринбург: ИРРО. – 2009.
Составители: Толстикова О.В., Васюкова С. В., Морозова О.И., Воронина С.Н., Худякова Т.А., Баталова Н. А., Крючкова Г.А., Крыжановская Л.А.
- Игры на асфальте. Методические рекомендации / Сост. Воронцова О., Воробьева Л. - Екатеринбург: ИРРО. – 2009.

3.6.3. Планирование образовательной деятельности

Организованная образовательная деятельность								
Вид деятельности \ возраст	Периодичность							
	3 – 4 года		4 – 5 лет		5 – 6 лет		6 – 7 лет	
	ч/в недел ю	ч/год	ч/ недел ю	ч/ год	ч/ неделя	ч\год	ч/нед еля	ч/год
Физическая культура в помещении	2	72	2	72	2	72	2	/72
Физическая культура на прогулке	1	36	1	36	1	36	1	36
Итого	3	108	3	108	3	108	3	108

3.6.4.. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды модуля «Мы живём Урале»

Подбор оборудования определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. В детском саду необходимо иметь достаточное количество физкультурного оборудования для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников. Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов. Такой материал должен предоставлять возможность играть в подвижные игры народов Урала, обеспечивать возможность осваивать спортивные игры Среднего Урала.

Центры физического развития и здоровья	
Младший дошкольный возраст	Старший дошкольный возраст
Игровые двигательные модули. Спортивно - игровые мобили: «Коридор-стадион», дерево «Вырастайка», стена осанки. Алгоритмы и пиктограммы гигиенических процедур, одевания и раздевания. Портфолио здоровья. «Дорожка здоровья» (массажные сенсорные дорожки, коврики) атрибуты для двигательной активности, сухой бассейн. Фитомодульные композиции и аромамедальоны, мешочки и подушечки с травами. Стаканчики, понос, скатерть для фито-бара. «Аптека на грядке» - (познавательно-исследовательская деятельность). Выставки рисунков, коллективных коллажей. Аппликация о правильном питании. Дидактическая игра: «Что полезно для зубов». Плакаты: «Не забывайте мыть руки»; «Моем руки правильно». Игровой набор «Кукольный доктор», игрушки – зверюшки, скамеечка для машины «скорой помощи», куклы, халат и шапочка для врача, шапочки с красным крестом для медицинского персонала, две игрушечных машины для сюжетно-	Игровые двигательные модули. «Тропа здоровья» (массажные сенсорные дорожки, коврики) атрибуты для двигательной активности). Алгоритмы, пиктограммы закаливания, умывания, одевания и раздевания. Выставки рисунков, коллективных коллажей, аппликаций о правильном питании. Энциклопедия «Азбука здоровья» - о ценностном сохранении своего здоровья. Альбом «Кладовая матушки природы». Интерактивные пособия «Витамины»; «Чистота - залог здоровья»; «Тайны здоровья»; «Лекарственные травы»; «Азбука здоровья». Плакаты: «Эти полезные витамины»; «Закаливание»; «Мы со спортом дружим»; «Правильно заботимся о своих зубах»; «Правила гигиены». Игра «Лечим зубы»: макет с зубами, белый пластилин. Дидактическая игра: «Сто шагов к здоровью»; «В стране здоровья». Книжки-малышки «Стихи о здоровье придуманные детьми». Картинки, иллюстрации, фотографии, клей, бумага для создания собственных игр направленных на сохранения своего здоровья. Фотографии, иллюстрации, картинки, наклейки для изготовления книги рецептов «Национальные блюда народов Урала». Детско-взрослые проекты о сохранении своего здоровья: «Я и моё здоровье»; «10 заповедей здорового образа жизни моей семьи»; «Я расту здоровым», «Я не болею», «Здоровье моей семьи»; «Азбука здоровья». Игра «Прогоним бактерии»; «Бактерии под

ролевой игры «Больница». Кассовый аппарат, коробочки, пробирки, колбочки, ступка, пестик, спиртовка, коробочки от трав, фрукты и овощи для сюжетно-ролевой игры «Лесная аптека». Маски: медведя, волка, ласточки, зайца, лисички, курочек, пеньков, акулы, рыб и атрибуты для подвижных игр. «Маршруты выходного дня». Мультик-банк «Все о здоровье». Музыкальный центр с дисками «Радуга звуков», «Живой уголок леса», «Шум моря». Дидактическая игра «Как замечательно устроен наш организм».	микроскопом»; «Как бактерии попадают в организм». Рабочая тетрадь для уроков гигиены. Спортивно - игровые мобили: «Коридор-стадион», дерево «Вырастайка», стена осанки. Схемы - тренажеры зрительных траекторий, метки на стекле с целью развития зрительной координации, тренировки глазных. Фитомодульные композиции, аромамедальоны, куклы-травницы, мешочки и подушечки с травами. Тропа «Здоровья» (массажные сенсорные дорожки, коврики). Фитомодульные композиций и аромамедальоны. Кусочки ткани и травы для изготовления саше. Стаканчики, понос, скатерть для фито-бара. «Аптека на грядке» (познавательно-исследовательская деятельность). Музыкальный центр с дисками «Радуга звуков», «Уголок леса», «Шум моря». «Маршруты выходного дня». Фотовыставки «Не боимся стужи, со здоровьем дружим!»; «Мы со спортом дружим и растем здоровыми»; «Всем всегда на свете ясно, что здоровым быть – прекрасно»; «Дети многих городов знают лозунг «Будь здоров». Коллаж «Мы спортсмены». Фотографии, иллюстрации для изготовления «Книги рекордов», журнала «Здоровичок», «Моё здоровье». Портфолио здоровья группы. Эколого-оздоровительная игра «Путешествие на планету здоровья». Кассовый аппарат, иллюстрации лечебных трав, банки с медом, мешочки с травами, коробочки от трав, фрукты и овощи для сюжетно-ролевой игры «Лесная аптека». Пиктограммы и схемы проведения подвижных игр. Маски: волка, филина, коршуна, курочки, цыплят, ягнят, оленя, рыб и атрибуты для подвижных игр. Мультик-банк «Все о здоровье». Иллюстрации, фотографии знаменитых спортсменов, спортивных команд края, моего города (села). Коллаж «Любимые виды спорта». Макет человека в движении. Игровой макет «Тело человека» своими руками. Дидактическая игра «Как замечательно устроен наш организм». Энциклопедии для дошкольников: разделы «Мое тело», «Органы чувств».
--	--

3.7. Особенности традиционных событий, праздников мероприятий.

В соответствии с требованиями Стандарта, в программу включён раздел «Культурно-досуговая деятельность», посвящённый особенностям традиционных событий, праздников, мероприятий. Развитие культурно-досуговой деятельности дошкольников по интересам позволяет обеспечить каждому ребёнку отдых (пассивный и активный), эмоциональное благополучие, способствует формированию умения занимать себя. Перечень событий, праздников, мероприятий для каждой возрастной группы реализуется в соответствии с комплексно-тематическим планированием.

Организационной основой реализации комплексно-тематического принципа построения Программы является примерный календарь праздников, тематика которых ориентирована на все направления развития ребёнка дошкольного возраста и посвящена различным сторонам человеческого бытия:

Построение всего образовательного процесса вокруг одного центрального блока дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

Формы подготовки и реализации тем носят интегративный характер, то есть позволяют решать задачи психолого-педагогической работы нескольких образовательных областей.

4. Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

Утверждены приказом Минспорта России от «08» июля 2014г. №575

1 СТУПЕНЬ

(возрастная группа от 6 до 8 лет)

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Возраст 6-8 лет					
		Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
Обязательные испытания (тесты)							
11	Челночный бег 3х10 м (сек.)	10,4	10,1	9,2	10,9	10,7	9,7
	или бег на 30 м (сек.)	6,9	6,7	5,9	7,2	7,0	6,2
22	Смешанное	Без учета времени					

	передвижение (1 км)						
33	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	115	120	140	110	115	135
44	5Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	2	3	4			
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	5	6	13	4	5	11
55	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	7	9	17	4	5	11
66	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (достать пол)	Пальцами		Ладонями	Пальцами		Ладонями
Испытания (тесты) по выбору							
77	Метание теннисного мяча в цель (кол-во попаданий)	2	3	4	2	3	4
88	Бег на лыжах на 1 км (мин., сек.)	8.45	8.30	8.00	9.15	9.00	8.39
	или на 2 км	Без учета времени					
	или кросс на 1 км по пересеченной местности*	Без учета времени					
99	Плавание без учета времени (м)	10	10	15	10	10	15
Кол-во видов испытаний видов (тестов) в возрастной группе		9	9	9	9	9	9
Кол-во испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса**		4	5	6	4	5	6
* Для бесснежных районов страны							
** При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.							

5. Мониторинг образовательного процесса ОО «Физическая культура»

Сводная таблица № 1.

Оценка уровня физической подготовленности детей

(подготовительная к школе группа) 201__-201__ уч.г.год

№ п/п	Ф.И. ребёнка	Дата рождения	Группа здоровья	Бег на 30м со старта (сек)		Бег на 10м с хода (сек)		Бег на выносливость 150м, (сек)		Метание мешочка с песком на дальность (м)		Бросок набивного мяча (1кг) из-за головы (см)		Прыжки в длину с места (см)		Статисти ческое равновес ие (сек)	
				Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.
1.																	
2.																	
3.																	
4.																	
5.																	
6.																	
7.																	
8.																	
9.																	
10.																	
11.																	
12.																	
13.																	
14.																	
15.																	
16.																	
17.																	
18.																	
19.																	
20.																	

Оценка уровня физической подготовленности детей

(средняя группа) 201__ - 201__ учеб. год

№ п/п	Ф.И. ребёнка	Дата рождения	Группа здоров ья	Бег на 30м со старта (сек)		Бег на 10м с хода (сек)		Бег на выносливость 90м, (сек)		Метание мешочка с песком на дальность (м)		Прыжки в длину с места (см)		Статистич еское равновесие (сек)	
				Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.
1.															
2.															
3.															
4.															
5.															
6.															
7.															
8.															
9.															
10.															
11.															
12.															
13.															
14.															
15.															
16.															
17.															
18.															
19.															
20.															
21.															
22.															

Оценка уровня физической подготовленности детей

(вторая младшая группа) 201__ - 201__ учеб. год

№ п/п	Ф.И. ребёнка	Дата рождения	Группа здоровья	Бег на 30м со старта (сек)		Метание мешочка с песком на дальность (м)		Прыжки в длину с места (см)		Статистическое равновесие (сек)	
				Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.
1.											
2.											
3.											
4.											
5.											
6.											
7.											
8.											
9.											
10.											
11.											
12.											
13.											
14.											
15.											
16.											
17.											
18.											
19.											
20.											
21.											
22.											
23.											
24.											
25.											

Оценка уровня физической подготовленности детей

(старшая группа) 201__ - 201__ учеб. год

№ п/п	Ф.И. ребёнка	Дата рождения	Группа здоров ья	Бег на 30м со старта (сек)		Бег на 10м с хода (сек)		Бег на выносливость 120м, (сек)		Метание мешочка с песком на дальность (м)		Бросок набивного мяча (1кг) из-за головы (см)		Прыжки в длину с места (см)		Статисти ческое равновес ие (сек)	
				Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.
1.																	
2.																	
3.																	
4.																	
5.																	
6.																	
7.																	
8.																	
9.																	
10.																	
11.																	
12.																	
13.																	
14.																	
15.																	
16.																	
17.																	
18.																	
19.																	
20.																	

Сводная таблица № 2.

МОНИТОРИНГ ОП в ОО «Физическая культура» (подготовительная к школе группа) 201__ - 201__ уч.г.год

№ п/п	Ф. И. ребёнка	Ходьба		Ползание, лазание		Бросание, ловля и перебрасы вание мяча		Отбивание и ведение мяча		Прыжки		Перестро ения		ОРУ		Прыжки через скакалку		Участие в играх с элемента ми спорта		Итоговая сумма		Комплекс ная оценка	
		Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.
1.																							
2.																							
3.																							
4.																							
5.																							
6.																							
7.																							
8.																							
9.																							
10.																							
11.																							
12.																							
13.																							
14.																							
15.																							
16.																							
17.																							
18.																							
19.																							
20.																							
21.																							

МОНИТОРИНГ

(старшая группа) 201__ - 201__ уч.г.г.г.

№ п/п	Ф. И. ребёнка	Ходьба		Ползание, лазание		Бросание, ловля и перебрасы вание мяча		Отбивание и ведение мяча		Прыжки		Перестро ения		ОРУ		Участие в играх с элементами спорта		Итоговая сумма		Комплексная оценка	
		Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.
1.																					
2.																					
3.																					
4.																					
5.																					
6.																					
7.																					
8.																					
9.																					
10.																					
11.																					
12.																					
13.																					
14.																					
15.																					
16.																					
17.																					
18.																					
19.																					
20.																					
21.																					
22.																					
23.																					

МОНИТОРИНГ

(средняя группа) 201__ - 201__ учеб. год

№ п/п	Ф. И. ребёнка	Ходьба		Ползание		Бросание и ловля мяча		Прыжки		Перестроен ия		ОРУ		Участие в подвижных играх		Итоговая сумма		Комплексная оценка	
		Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.
1.																			
2.																			
3.																			
4.																			
5.																			
6.																			
7.																			
8.																			
9.																			
10.																			
11.																			
12.																			
13.																			
14.																			
15.																			
16.																			
17.																			
18.																			
19.																			
20.																			
21.																			
22.																			
23.																			
24.																			

МОНИТОРИНГ

(вторая младшая группа) 201__ - 201__ учеб. год

№ п/п	Ф. И. ребёнка	Ходьба		Бег		Лазанье		Катание мяча		Бросание мяча		ОРУ		Участие в подвижных играх		Итоговая сумма		Комплексная оценка	
		Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.
1.																			
2.																			
3.																			
4.																			
5.																			
6.																			
7.																			
8.																			
9.																			
10.																			
11.																			
12.																			
13.																			
14.																			
15.																			
16.																			
17.																			
18.																			
19.																			
20.																			
21.																			
22.																			
23.																			
24.																			
25.																			
26.																			

Мониторинг образовательного процесса ОО «Физическая культура» (средняя группа)

Показатели развития	Оценка в баллах	
	Дата проведения	
	Начало года	Конец года
1. Ходьба (разные виды в соответствии с программой) <i>3 балла – навыки сформированы, выполняет все виды ходьбы правильно;</i> <i>2 балла – выполняет большинство видов ходьбы, иногда требуется помощь взрослого;</i> <i>1 балл – выполняет частично, обычно требуется помощь взрослого.</i>		
2. Ползание (разные виды), подлезание под препятствие, пролезание в обруч (левым/правым боком) <i>3 балла – навыки сформированы, выполняет все виды правильно;</i> <i>2 балла – выполняет частично правильно, иногда требуется помощь взрослого;</i> <i>1 балл – часто выполняет не правильно большинство видов.</i>		
3. Бросание и ловля мяча (разные виды в соответствии с программой) <i>3 балла – навыки сформированы, выполняет все виды правильно;</i> <i>2 балла – выполняет частично правильно, иногда требуется помощь взрослого;</i> <i>1 балл – часто выполняет не правильно большинство видов;</i> <i>0 баллов – не выполняет.</i>		
4. Препятствия (разные виды в соответствии с программой): <i>3 балла – навыки сформированы, выполняет все виды правильно;</i> <i>2 балла – выполняет частично правильно, иногда требуется помощь взрослого;</i> <i>1 балл – часто выполняет не правильно большинство видов;</i> <i>0 баллов – не выполняет.</i>		
5. Перестроение (строиться в колонну по одному, парами, в круг, в шеренгу) <i>3 балла – выполняет всегда правильно;</i> <i>2 балла – выполняет частично правильно, иногда требуется помощь взрослого;</i> <i>1 балл – часто выполняет неправильно, обычно требуется помощь взрослого.</i>		
6. Выполняет ОРУ (четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по показу) <i>3 балла – полностью правильно;</i> <i>2 балла – частично правильно;</i> <i>1 балл – в основном неправильно.</i>		
7. Участие в подвижных играх <i>3 балла – всегда активно участвует, осознанно выполняет правила;</i> <i>2 балла – часто участвует, иногда затрудняется соблюдать правила;</i> <i>1 балл – иногда принимает участие, часто не соблюдает правила игры.</i>		
Итоговая сумма		
Комплексная оценка по ОО «Физическая культура» <i>1 балл (требуется внимание специалиста) – итоговая сумма менее 7;</i> <i>2 балла (требуется корректирующая работа педагога) - итоговая сумма 7-9;</i> <i>3 балла (средний уровень развития) - итоговая сумма 10-14;</i> <i>4 балла (уровень развития выше среднего) - итоговая сумма 15-18;</i> <i>5 баллов (высокий уровень развития) - итоговая сумма 19-21.</i>		
Уровень освоения программы в ОО «Физическая культура»		

(вторая младшая группа)

Показатели развития	Дата проведения	
	Начало года	Конец года
	Оценка в баллах	
1. Ходьба (ходить прямо, не шаркая, сохраняя заданное направление (по прямой, по кругу, змейкой, враспынную) <i>3 балла – навыки сформированы, выполняет всегда правильно;</i> <i>2 балла – умеет, иногда требуется напоминание взрослого;</i> <i>1 балл – навыки сформированы частично, обычно требуется напоминание взрослого.</i>		
2. Бег (бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп) <i>3 балла – навыки сформированы, выполняет всегда самостоятельно;</i> <i>2 балла – умеет, иногда требуется напоминание взрослого;</i> <i>1 балл – навыки сформированы частично, обычно требуется напоминание взрослого.</i>		
3. Лазанье (ползание на четвереньках, подлезание под препятствие, пролезание в обруч) <i>3 балла – навыки сформированы, выполняет всегда самостоятельно;</i> <i>2 балла – умеет, иногда требуется помощь взрослого;</i> <i>1 балл – навыки сформированы частично, обычно требуется помощь взрослого.</i>		
4. Катать мяч в заданном направлении: <i>3 балла – навыки сформированы, выполняет всегда самостоятельно;</i> <i>2 балла – умеет, иногда требуется помощь взрослого;</i> <i>1 балл – навыки сформированы недостаточно, обычно требуется помощь взрослого.</i>		
5. Бросать мяч двумя руками (от груди, из-за головы, вверх) и ловить его: <i>3 балла – навыки сформированы, выполняет всегда самостоятельно;</i> <i>2 балла – умеет, иногда требуется помощь взрослого;</i> <i>1 балл – навыки сформированы недостаточно, обычно требуется помощь взрослого;</i> <i>0 баллов – не выполняет.</i>		
6. ОРУ (выполняет четко и ритмично, в заданном темпе, по показу) <i>3 балла – полностью правильно;</i> <i>2 балла – частично правильно;</i> <i>1 балл – в основном неправильно.</i>		
7. Участие в подвижных играх <i>3 балла – всегда активно участвует;</i> <i>2 балла – часто участвует;</i> <i>1 балл – иногда принимает участие.</i>		
Итоговая сумма		
Комплексная оценка по ОО «Физическая культура» <i>1 балл (требуется внимание специалиста) – итоговая сумма менее 7;</i> <i>2 балла (требуется корректирующая работа педагога) – итоговая сумма 7-9;</i> <i>3 балла (средний уровень развития) – итоговая сумма 10-14;</i> <i>4 балла (уровень развития выше среднего) – итоговая сумма 15-18;</i> <i>5 баллов (высокий уровень развития) – итоговая сумма 19-21.</i>		
Уровень освоения программы в ОО «Физическая культура»		

(старшая группа)

Показатели развития	Дата проведения	
	Начало года	Конец года
	Оценка в баллах	
1. Ходьба (разные виды в соответствие с программой) <i>3 балла – навыки сформированы, выполняет все виды ходьбы правильно;</i> <i>2 балла – выполняет большинство видов ходьбы, иногда требуется помощь взрослого;</i> <i>1 балл – выполняет частично, обычно требуется помощь взрослого.</i>		
2. Ползание, лазание (разные виды в соответствие с программой) <i>3 балла – навыки сформированы, выполняет все виды правильно;</i> <i>2 балла – выполняет частично правильно, иногда требуется помощь взрослого;</i> <i>1 балл – часто выполняет не правильно большинство видов.</i>		
3. Бросание, ловля, и перебрасывание мяча (разные виды в соответствие с программой): <i>3 балла – навыки сформированы, выполняет все виды правильно;</i> <i>2 балла – выполняет частично правильно, иногда требуется помощь взрослого;</i> <i>1 балл – часто выполняет не правильно большинство видов;</i> <i>0 баллов – не выполняет.</i>		
4. Отбивание и ведение мяча (на месте и в движении) <i>3 балла – навыки сформированы, выполняет все виды правильно;</i> <i>2 балла – выполняет частично правильно, иногда требуется помощь взрослого;</i> <i>1 балл – часто выполняет не правильно большинство видов.</i> <i>0 баллов – не выполняет.</i>		
5. Прыжки (разные виды в соответствие с программой) <i>3 балла – навыки сформированы, выполняет все виды правильно;</i> <i>2 балла – выполняет частично правильно, иногда требуется помощь взрослого;</i> <i>1 балл – часто выполняет не правильно большинство видов.</i> <i>0 баллов – не выполняет.</i>		
6. Перестроения (разные виды в соответствие с программой; повороты «направо», «налево», «кругом») <i>3 балла – выполняет всегда правильно;</i> <i>2 балла – выполняет частично правильно, иногда требуется помощь взрослого;</i> <i>1 балл – часто выполняет неправильно, обычно требуется помощь взрослого.</i>		
7. ОРУ (выполняет четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции) <i>3 балла – полностью правильно;</i> <i>2 балла – частично правильно;</i> <i>1 балл – в основном неправильно.</i>		
8. Участие в играх с элементами спорта: <i>3 балла – всегда активно участвует, осознанно выполняет правила;</i> <i>2 балла – часто участвует, иногда затрудняется соблюдать правила;</i> <i>1 балл – иногда принимает участие, часто не соблюдает правила игры.</i>		
Итоговая сумма		
Комплексная оценка по ОО «Физическая культура» <i>1 балл (требуется внимание специалиста) – итоговая сумма менее 8;</i>		

2 балла (требуется корректирующая работа педагога) - итоговая сумма 8-11;		
3 балла (средний уровень развития) - итоговая сумма 12-16;		
4 балла (уровень развития выше среднего) - итоговая сумма 17-21;		
5 баллов (высокий уровень развития) - итоговая сумма 22-24.		
Уровень освоения программы в ОО «Физическая культура»		

(подготовительная к школе группа)

Показатели развития	Дата проведения	
	Начало года	Конец года
	Оценка в баллах	
1. Ходьба (разные виды в соответствии с программой): 3 балла – навыки сформированы, выполняет все виды ходьбы правильно; 2 балла – выполняет большинство видов ходьбы, иногда требуется помощь взрослого; 1 балл – выполняет частично, обычно требуется помощь взрослого.		
2. Ползание, лазание (разные виды в соответствии с программой) 3 балла – навыки сформированы, выполняет все виды правильно; 2 балла – выполняет частично правильно, иногда требуется помощь взрослого; 1 балл – часто выполняет не правильно большинство видов.		
3. Бросание, ловля и перебрасывание мяча (разные виды в соответствии с программой) 3 балла – навыки сформированы, выполняет все виды правильно; 2 балла – выполняет частично правильно, иногда требуется помощь взрослого; 1 балл – часто выполняет не правильно большинство видов. 0 баллов – не выполняет.		
4. Отбивание и ведение мяча (на месте и в движении) 3 балла – навыки сформированы, выполняет все виды правильно; 2 балла – выполняет частично правильно, иногда требуется помощь взрослого; 1 балл – часто выполняет не правильно большинство видов. 0 баллов – не выполняет.		
5. Прыжки (разные виды в соответствии с программой) 3 балла – навыки сформированы, выполняет все виды правильно; 2 балла – выполняет частично правильно, иногда требуется помощь взрослого; 1 балл – часто выполняет не правильно большинство видов. 0 баллов – не выполняет.		
6. Перестроения (разные виды в соответствии с программой; повороты «направо», «налево», «кругом») 3 балла – выполняет всегда правильно; 2 балла – выполняет частично правильно, иногда требуется помощь взрослого; 1 балл – часто выполняет неправильно, обычно требуется помощь взрослого.		
7. ОРУ (выполняет четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции) 3 балла – полностью правильно; 2 балла – частично правильно; 1 балл – в основном неправильно.		
8. Прыжки через скакалку (на 2-х ногах, с ноги на ногу): 3 балла – выполняет полностью правильно; 2 балла – выполняет частично правильно;		

1 балл – выполняет в основном неправильно.		
0 баллов – не выполняет.		
9. Участие в играх с элементами спорта		
3 балла – всегда активно участвует, осознанно выполняет правила;		
2 балла – часто участвует, иногда затрудняется соблюдать правила;		
1 балл – иногда принимает участие, часто не соблюдает правила игры.		
Итоговая сумма		
Комплексная оценка по ОО «Физическая культура»		
1 балл (требуется внимание специалиста) – итоговая сумма менее 9;		
2 балла (требуется корректирующая работа педагога) - итоговая сумма 9-12;		
3 балла (средний уровень развития) - итоговая сумма 13-18;		
4 балла (уровень развития выше среднего) - итоговая сумма 19-24;		
5 баллов (высокий уровень развития) - итоговая сумма 25-27.		
Уровень освоения программы в ОО «Физическая культура»		

Таблица оценок физической подготовленности детей 3-7 лет в ДОУ

Мальчики

Тесты	Воз- раст	Высокий	Выше среднего	Средний	Ниже среднего	Низкий
		5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
Бег на 30	3	13.5 и ниже	13,6-13.9	14,0-14.5	14,6-15,0	15. 1и выше
	4	8.0 и ниже	8,1-8.5	8,6-9,1	9.2-9,7	9.8 и выше
	5	6.9 и ниже	7.0-7,5	7.6-8,1	8.2-8,7	8.8 и выше
	6	6,4 и ниже	6,5-6,8	6.9-7,5"	7.6-8.3	8.4 и выше
Бег на 10 метров с хода (сек)	3					
	4	2,4 и ниже	2,5-2,9	3,0-3,4	3,5-4,7	4,8 и выше
	5	2,1 и <	2,2-2,4	2,5-3,0	3,1-4,1	4,2 и >
	6	2,0 и ниже	2,1-2,3	2,4-2,8	2,9-3,0	4,0 и выше
Метание мешочка с песком на дальность (м)	3	4 и больше	3,5	3,0	2,5	2 и меньше
	4	5 и больше	4.5	4.0	3,5	3 и меньше
	5	6 и больше	5,5	5,0	4.5	4 и меньше
	6	7 и больше	7,0	6,5	5,5	5 и меньше
Прыжки в	3	45 и дальше	40-35	30-25	25-20	20 и ниже
	4	85 и дальше	74-84	63-73	49-62	48 и ниже
	5	105 и дальше	94-104	83-93	69-82	68 и ниже
	6	122 и дальше	109-121	96-108	80-101	85 и ниже
Статистич	3	5.1 и больше	4,7	4,3	3,8	3,3 и меньше

еское равнове- сие (сек)	4	11,0 и больше	10,0	9,0	8,0	7,0 и меньше
	5	35,0 и больше	33,0	30,0	28,0	25,0 и меньше
	6	50,0 и больше	47,0	44,0	41,0	38,0 и меньше
Бросок набивного мяча из-за головы (см.)	5	230 и дальше	183-207	160-184	159-161	158 и меньше
	6	300 и дальше	217-259	176-218	174-177	173 и меньше
Бег на выносливо- сть (90, 120, 150 м.), (сек.)	4	28,4 и меньше	28,5-31,5	31,6-34,6	37,7-38,8	38,9 и больше
	5	30,6 и меньше	30,7-33,0	33,1-36,0	36,1-38,5	38,6 и больше
	6	33,9 и меньше	34,0-36,9	37,0-39,0	39,1-41,5	41,6 и больше
Итоговая оценка по уровням						
Уровни		Высокий	Выше среднего	Средний	Ниже среднего	Низкий
	3	от 18 до 20	от 13 до 17	от 8 до 12	от 5 до 7 баллов	4 и менее баллов
	4	от 28 до 30	от 19 до 27	от 11 до 18	от 7 до 10 баллов	6 и менее баллов
	5	от 32 до 35	от 21 до 31	от 13 до 20	от 8 до 12 баллов	7 и менее баллов
	6	от 32 до 35	от 21 до 31	от 13 до 20	от 8 до 12 баллов	7 и менее баллов

Таблица оценок физической подготовленности детей 3-7 лет в ДОУ *Девочки*

Тесты	Воз- раст	Высокий	Выше среднего	Средний	Ниже среднего	Низкий
		5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
Бег на 30 метров со старта (сек)	3	13,5 и ниже	13,6-13,9	14,0-14,5	14,6-15,0	15,1 и выше
	4	8,3 и ниже	8,4-8,8	8,9-9,4	9,5-10,1	10,2 и выше
	5	7,2 и ниже	7,3-7,8	7,9-8,4	8,5-9,2	9,3 и выше
	6	6,8 и ниже	6,9-7,3	7,4-7,9	8,0-8,7	8,8 и выше
Бег на 10 метров с хода (сек)	3					
	4	2,6 и меньше	2,7 – 3,0	3,1- 3,7	3,8-5,0	5,1 и больше
	5	2,2 и меньше	2,3 – 3,1	3,2-3,1	3,2-4,3	4,4 и больше
	6	2,1 и меньше	2,2- 2,4	2,5-3,0	3,1-4,1	4,2 и больше
Метание мешочка с песком на дальность	3	4 и больше	3,5	3,0	2,5	2 и меньше
	4	5 и больше	4,5	4,0	3,5	3 и меньше
	5	6 и больше	5,5	5,0	4,5	4 и меньше
	6	7,5 и больше	7,0	6,5	5,5	5 и меньше

(м)						
Прыжки в длину с места (см)	3	45 и дальше	40-35	30-25	25-20	20 и ниже
	4	80 и дальше	68-79	56-67	42-55	41 и ниже
	5	95и дальше	84-94	73-83	56-72	55и ниже
	6	110и дальше	99-109	88-98	74-87	73 и ниже
Статистическое равновесие (сек)	3	8,1 и больше	7.5	5.5	4,8	5.2и меньше
	4	14,0 и больше	12,0	11,0	10.0	9.4 и меньше
	5	40, 0 и больше	30,0	33.0	32.0	35,0 и меньше
	6	50,0 и больше	48,0	45.0	43,0	40,0 и меньше
Бросок набивного мяча из-за головы (см.)	5	225 и дальше	224-200	199-175	174-150	149 и меньше
	6	280 и дальше	279-243	242-206	205-169	168 и меньше
Бег на выносливость (90, 120, 150 м.), (сек.)	4	28,7 и меньше	28,8-31,8	31,9-34,9	35.0-39,1	39,2 и больше
	5	30,2 и меньше	30,3-33.2	33,3-36,0	36,1-40,7	40,8 и больше
	6	34,9 и меньше	35,0-38,1	38,2-41,0	41,1-43,8	43,9 и больше