

МБОУ «СОШ № 20 с углубленным изучением отдельных предметов»

ПРИНЯТА:  
на педагогическом совете  
Протокол от 29 августа 2023 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ «СОШ № 20  
с углубленным изучением  
отдельных предметов»

\_\_\_\_\_  
О.А. Сторожук  
Приказ № 164-ОД  
от 31 августа 2023 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

инструктора по физической культуре  
по реализации образовательной области  
«Физическое развитие»  
2023-2024 учебный год

Разработчик: Михель Н.В.,  
инструктор по физической  
культуре  
первая квалификационная  
категория.  
Чекалина И.А.,  
старший воспитатель  
высшая квалификационная  
категория.

г. Бийск, 2023 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1.</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цели и задачи реализации Программы	4
1.3.	Принципы и подходы к формированию Программы	5
1.4.	Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста	5
1.5.	Планируемые результаты освоения Программы	11
1.6.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	13
<b>2.</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
2.1.	Задачи и содержание образования по образовательной области «Физическое развитие»	15
2.2.	Задачи образовательной работы по возрастным группам	15
2.3.	Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательных областей	29
2.4.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы	29
2.5.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	33
2.6.	Способы и направления поддержки детской инициативы	37
2.7.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	40
2.8.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	43
2.9.	Рабочая программа воспитания	48
<b>3.</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	
3.1.	Психолого-педагогические условия реализации Программы	52
3.2.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	53
3.3.	Распорядок дня	55
3.4.	Федеральный календарный план воспитательной работы	58
<b>4.</b>	<b>КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ</b>	60
	Приложение	62
	Лист изменений и дополнений	86

## 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по реализации образовательной области «Физическое развитие» разработана для воспитанников в возрасте от 3 до 7 лет и является основным документом, регламентирующим образовательную деятельность по физическому развитию воспитанников МБОУ «СОШ № 20 с углубленным изучением отдельных предметов».

Программа разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральная образовательная программа;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028, зарегистрировано в Минюсте России 28 декабря 2022 г., регистрационный № 71847);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.02.2014 г. № 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1./2.2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID–19)».
- Устав МБОУ «СОШ № 20 с углубленным изучением отдельных предметов»;
- Основная образовательная программа дошкольного образования МБОУ «СОШ №20 с углубленным изучением отдельных предметов».

Содержание Программы составлено на основе образовательной программы дошкольного образования МБОУ «СОШ №20 с углубленным изучением отдельных предметов», основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы»/ Под ред. Н.Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой – 4-е изд., перераб. - М.: МОЗАИКА – Синтез, 2017.

Рабочая программа является нормативным документом образовательного учреждения, характеризующим систему организации образовательной деятельности педагога в рамках образовательных областей ФГОС дошкольного образования.

Программа построена на основе учета конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития детей 3-7 лет. Работа по физическому развитию осуществляется по следующим направлениям: формирование начальных представлений о здоровом образе жизни, физическая культура.

Нормативный срок освоения Программы составляет 1 год.

Программа реализуется на государственном языке РФ – русском.

## 1.2. Цели и задачи реализации Программы

Учитывая содержание пункта 1 статьи 64 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» и пункта 1 раздела 1 ФОП ДО, целями Программы являются разностороннее развитие детей дошкольного возраста с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, в том числе достижение детьми дошкольного возраста уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования, на основе индивидуального подхода к детям дошкольного возраста и специфичных для детей дошкольного возраста видов деятельности на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

Программа, в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», направлена на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

Цели Программы достигаются через решение следующих задач (п. 1.6. ФГОС ДО, п. 1.1.1 ФОП ДО):

1) обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;

2) охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

3) приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;

4) обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья), с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;

5) создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

6) объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;

7) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности, формирование предпосылок учебной деятельности;

8) формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

9) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

10) обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного общего и начального общего образования;

11) достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

### 1.3. Принципы и подходы к формированию Программы

Федеральная программа построена на следующих **принципах**, установленных ФГОС ДО:

- 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;
- 3) содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников<sup>1</sup> (далее вместе – взрослые);
- 4) признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- 6) сотрудничество ДОО с семьей;
- 7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- 8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- 9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 10) учёт этнокультурной ситуации развития детей.

Основные **подходы** к формированию Программы.

Программа:

- сформирована на основе требований ФГОС ДО и ФООП ДО, предъявляемых к структуре образовательной программы дошкольного образования;
- определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования;
- обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей;
- сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (базовые объем, содержание и планируемые результаты освоения Программы).

### 1.4. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики детей от 3-7 лет Особенности физического развития детей 3-4 лет (младший возраст)

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.

<sup>1</sup> Пункт 21 статьи 2 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательств Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598).

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.

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 21 – 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.

В упражнениях 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.

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 – 21 секунд (с повторением). Для малышей полезны упражнения, требующие усиленного выдоха: игры с пушинками, легкими бумажными изделиями.

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.

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. Инструктор 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 инструктора 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 четырех лет – 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 чаще 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.

Во время оздоровительной 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 см<sup>3</sup>), 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. 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.

### **Особенности развития детей старшего дошкольного возраста.**

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 210,0 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 216 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 инструктор 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 спрыгивании, 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.

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 инструктор 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 кольцообразная 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. Инструктору 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 инструктора, т. е. менять темп.

При проведении общеразвивающих упражнений инструктор 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.

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 90 – 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 21%.

Жизненная емкость легких у пяти-шестилетних детей в среднем равна 1100 – 1210 см<sup>3</sup>, 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 дц<sup>3</sup> 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 гиподинамии и активизации тех, кто предпочитает «сидячие» игры.

### **1.5. Планируемые результаты освоения рабочей программы**

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

<b>Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)</b>	
<b>Физическая культура</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;</li> <li>- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;</li> <li>- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;</li> <li>- ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;</li> </ul>
<b>Средняя группа (от 4 до 5 лет)</b>	
<b>Физическая культура</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;</li> <li>- ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;</li> <li>- ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;</li> <li>- ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;</li> </ul>
<b>Старшая группа (от 5 до 6 лет)</b>	
<b>Физическая культура</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;</li> <li>- ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;</li> <li>- ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;</li> <li>- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;</li> <li>- ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены,</li> </ul>

	безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;
<b>Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)</b>	
<b>Физическая культура</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;</li> <li>- ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;</li> <li>- ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;</li> <li>- ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;</li> <li>- ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;</li> <li>- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;</li> <li>- ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;</li> <li>- ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;</li> </ul>

### 1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

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

Цели педагогической диагностики, а также особенности её проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей<sup>2</sup>, которая осуществляется педагогом в рамках педагогической диагностики. Вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребёнка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОО.

Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО:

- Планируемые результаты освоения Программы заданы как целевые ориентиры дошкольного образования и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на разных этапах дошкольного детства;

- Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия

<sup>2</sup> Пункт 3.2.3 ФГОС ДО.

установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей<sup>3</sup>;

- Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся<sup>4</sup>.

Педагогическая диагностика направлена на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование. Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

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

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится в произвольной форме на основе малоформализованных диагностических методов: наблюдения, свободных бесед с детьми, анализа продуктов детской деятельности (рисунков, работ по лепке, аппликации, построек, поделок и др.), специальных диагностических ситуаций. При необходимости используются специальные методики диагностики физического, коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического развития.

Ведущим методом педагогической диагностики является наблюдение. Осуществляя педагогическую диагностику, педагог наблюдает за поведением ребенка в естественных условиях, в разных видах деятельности, специфичных для детей раннего и дошкольного возраста. Ориентирами для наблюдения являются возрастные характеристики развития ребенка. Они выступают как обобщенные показатели возможных достижений детей на разных этапах дошкольного детства в соответствующих образовательных областях. Педагог может установить соответствие общих планируемых результатов с результатами достижений ребенка в каждой образовательной области.

В процессе наблюдения педагог обращает внимание на частоту проявления каждого показателя, самостоятельность и инициативность ребенка в деятельности. Частота проявления указывает на периодичность и степень устойчивости показателя. Самостоятельность выполнения действия позволяет определить зону актуального и ближайшего развития ребенка. Инициативность свидетельствует о проявлении субъектности ребенка в деятельности и взаимодействии.

Результаты наблюдения фиксируются, способ и форму их регистрации педагог выбирает самостоятельно. Оптимальной формой фиксации результатов наблюдения является карта развития ребенка. Педагог может составить ее самостоятельно, отразив показатели возрастного развития ребенка, критерии их оценки. Фиксация данных наблюдения позволят педагогу отследить, выявить и проанализировать динамику в развитии ребенка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учетом индивидуальных особенностей развития ребенка и его потребностей.

Результаты наблюдения могут быть дополнены беседами с детьми в свободной форме, которые позволяют выявить причины поступков, наличие интереса к определенному виду деятельности, уточнить знания о предметах и явлениях окружающей действительности и др.

Анализ продуктов детской деятельности может осуществляться на основе изучения материалов портфолио ребенка (рисунков, работ по аппликации, фотографий работ по лепке, построек, поделок и др.). Полученные в процессе анализа качественные характеристики существенно дополняют результаты наблюдения за продуктивной деятельностью детей (изобразительной, конструктивной, музыкальной и др.).

Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует предметно-развивающую среду, мотивирующую активную творческую деятельность воспитанников, составляет индивидуальные

---

<sup>3</sup> Пункт 4.3 ФГОС ДО.

<sup>4</sup> Пункт 4.3 ФГОС ДО.

образовательные маршруты освоения образовательной Программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс.

При необходимости используется психологическая диагностика развития детей (выявление и изучение индивидуально-психологических особенностей детей, причин возникновения трудностей в освоении образовательной программы), которую проводят квалифицированные специалисты (педагоги-психологи, психологи). Участие ребенка в психологической диагностике допускается только с согласия его родителей (законных представителей). Результаты психологической диагностики могут использоваться для решения задач психологического сопровождения и оказания адресной психологической помощи.

Педагогическая диагностика проводится во всех возрастных группах с периодичностью два раза в год (сентябрь, май).

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

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

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

### **2.2. Задачи образовательной работы по возрастным группам**

#### **Младшая группа (дети в возрасте от 3 до 4 лет)**

##### **Физическое развитие.**

В области физического основными **задачами** образовательной деятельности являются:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует умение организованно выполнять строевые упражнения, находить свое место при совместных построениях, передвижениях. Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности,

формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

**Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).

**Основные движения:**

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;

бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убежание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120- 150 м;

прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см);

упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.

**Общеразвивающие упражнения:**

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднятие и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); перекладывание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднятие и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднятие и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднятие на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;



музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

### **Строевые упражнения:**

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

**Подвижные игры:** педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

**Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.

Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

Плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.

**Формирование основ здорового образа жизни:** педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

### **Активный отдых.**

Физкультурные досуги: досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

## **Средняя группа (дети в возрасте от 4 до 5 лет)**

В области физического основными **задачами** образовательной деятельности являются:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том

числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;

- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

**Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

#### **Основные движения:**

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибающая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2-2,5 м;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны

(плечи развести), за спиной);

бег: бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1-1,5 мин; пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; бег врассыпную с ловлей и увертыванием;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

упражнения в равновесии: ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность.

#### **Общеразвивающие упражнения:**

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.

Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

#### **Ритмическая гимнастика:**

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуются упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног,

движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

### **Строчные упражнения:**

педагог предлагает детям следующие строчные упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

**Подвижные игры:** педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

**Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на лыжах, может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору «ступающим шагом» и «полу-ёлочкой».

### **Формирование основ здорового образа жизни:**

педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

### **Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально ритмические и танцевальные упражнения.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

## **Старшая группа (дети в возрасте от 5 до 6 лет)**

### **Физическое развитие.**

В области физического основными **задачами** образовательной деятельности являются:

- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх,

- соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
  - продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
  - укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
  - расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;
  - воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

**Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

#### **Основные движения:**

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;

ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой

ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); прыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

#### **Общеразвивающие упражнения:**

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; переключивание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжатие и разжатие кистей;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и переключивание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений.

Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

#### **Ритмическая гимнастика:**

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из

упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

### **Строевые упражнения:**

педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равенство в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

### **Подвижные игры:**

педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

**Спортивные игры:** педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

### **Спортивные упражнения:**

педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступаящим шагом», «полу-ёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

### **Формирование основ здорового образа жизни:**

педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика,

лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

#### **Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

### **Подготовительная к школе группа (дети в возрасте от 6 до 7 лет)**

#### **Физическое развитие.**

В области физического основными задачами образовательной деятельности являются:

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;
- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;
- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;
- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при



- проведении туристских прогулок и экскурсий;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

#### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности и на занятиях гимнастикой, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.

Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту и туризму, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

**Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения).

#### **Основные движения:**

бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).

ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;

ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях;

бег: бег в колонне по одному, враспынную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-

турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;

прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;

прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.

упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».

Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни.

#### **Общеразвивающие упражнения:**

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультурминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

#### **Ритмическая гимнастика:**

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений

(ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

### **Строевые упражнения:**

педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

### **Подвижные игры:**

педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

### **Спортивные игры:**

педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

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

Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.

Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

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

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом

(подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

### **Спортивные упражнения:**

педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку «лесенкой», «ёлочкой».

### **Формирование основ здорового образа жизни:**

педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

### **Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.

Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать

результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.

### 2.3. Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательных областей

**«Физическое развитие»:** приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

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

### 2.4. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы Формы, методы и средства реализации Программы в соответствии с возрастом воспитанников

Формы	Методы	Средства
<b>Младшая группа (3 – 4 года)</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Специально организованная деятельность по физическому развитию</li> <li>- Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями)</li> <li>- Досуги</li> <li>- Спортивные игры</li> <li>- Подвижные игры</li> <li>- Утренняя гимнастика</li> <li>- Гимнастика после дневного сна</li> <li>- Физкультминутки</li> <li>- Пальчиковая гимнастика</li> <li>- Гимнастика для глаз</li> <li>- Дыхательные упражнения</li> <li>- Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников</li> <li>- Закаливание</li> <li>- Прогулки</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Наглядный метод: показ упражнений (взрослым); использование пособий, зрительных ориентиров</li> <li>- Имитация.</li> <li>- Словесный метод</li> <li>- Метод объяснения, пояснения, указания</li> <li>- Беседа</li> <li>- Практический метод</li> <li>- Повторение упражнений</li> <li>- Выполнение упражнений в игровой форме</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)</li> <li>- Пособия, атрибуты для подвижных игр</li> <li>- Спортивный инвентарь</li> <li>- Музыкальное сопровождение</li> <li>- Картотеки по различным направлениям оздоровительной работы, художественная литература</li> </ul>
<b>Средняя группа (4 – 5 лет)</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Специально-организованная деятельность по физическому развитию</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Наглядный метод: показ упражнений (взрослым и ребенком); использование</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями)</li> <li>- Досуги</li> <li>- Спортивные игры</li> <li>- Подвижные игры</li> <li>- Утренняя гимнастика</li> <li>- Гимнастика после дневного сна</li> <li>- Физкультминутки</li> <li>- Пальчиковая гимнастика</li> <li>- Гимнастика для глаз</li> <li>- Дыхательные упражнения</li> <li>- Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников</li> <li>- Закаливание</li> <li>- Прогулки</li> </ul>	<p>пособий, зрительных ориентиров.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Имитация.</li> <li>- Словесный метод</li> <li>- Метод объяснения, пояснения, указания</li> <li>- Беседа</li> <li>- Практический метод</li> <li>- Повторение упражнений</li> <li>- Выполнение упражнений в игровой и соревновательной форме</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Пособия, атрибуты для подвижных игр</li> <li>- Спортивный инвентарь</li> <li>- Музыкальное сопровождение</li> <li>- Картотеки по различным направлениям оздоровительной работы, художественная литература</li> </ul>
<p>Старшая группа (5 – 6 лет)</p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Специально-организованная деятельность по физическому развитию</li> <li>- Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями)</li> <li>- Досуги</li> <li>- Спортивные игры</li> <li>- Подвижные игры</li> <li>- Утренняя гимнастика</li> <li>- Гимнастика после дневного сна</li> <li>- Физкультминутки</li> <li>- Пальчиковая гимнастика</li> <li>- Гимнастика для глаз</li> <li>- Дыхательные упражнения</li> <li>- Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников</li> <li>- Закаливание</li> <li>- Прогулки</li> </ul>	<p>- Наглядный метод: показ упражнений (взрослым и ребенком); использование моделей, пособий, зрительных ориентиров</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Имитация.</li> <li>- Словесный метод</li> <li>- Метод объяснения, пояснения, указания</li> <li>- Беседа</li> <li>- Практический метод</li> <li>- Повторение упражнений</li> <li>- Выполнение упражнений в игровой и соревновательной форме</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)</li> <li>- Пособия, атрибуты для подвижных игр</li> <li>- Спортивный инвентарь</li> <li>- Музыкальное сопровождение</li> <li>- Картотеки по различным направлениям оздоровительной работы, художественная литература</li> </ul>
<p>Подготовительная к школе группа (6 – 7 лет)</p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Специально-организованная деятельность по физическому развитию</li> <li>- Спортивные и физкультурные праздники (в том числе совместно с родителями)</li> <li>- Досуги</li> <li>- Спортивные игры</li> <li>- Подвижные игры</li> <li>- Утренняя гимнастика</li> <li>- Гимнастика после дневного</li> </ul>	<p>- Наглядный метод: показ упражнений (взрослым и ребенком); использование моделей, пособий, зрительных ориентиров</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Имитация.</li> <li>- Словесный метод</li> <li>- Метод объяснения, пояснения, указания</li> <li>- Беседа</li> <li>- Практический метод</li> <li>- Повторение упражнений</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)</li> <li>- Пособия, атрибуты для подвижных игр</li> <li>- Спортивный инвентарь</li> <li>- Музыкальное сопровождение</li> <li>- Картотеки по различным направлениям оздоровительной работы,</li> </ul>

сна - Физкультминутки - Пальчиковая гимнастика - Гимнастика для глаз - Дыхательные упражнения - Самостоятельная двигательная деятельность воспитанников - Закаливание - Прогулки	- Выполнение упражнений в игровой и соревновательной форме	художественная литература
---	--	---------------------------

**Способы организации воспитанников при выполнении физкультурных упражнений, обучение отработке основных движений**

Способы	Содержание
<b>Младшая группа (3 – 4 года)</b>	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом)
Индивидуальный	Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.
<b>Средняя группа (4 – 5 лет)</b>	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом)
Индивидуальный	Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Старшая группа (5 – 6 лет)	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом)
Индивидуальный	Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.
Подготовительная к школе группа (6 – 7 лет)	
Фронтальный	Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.
Поточный	Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.
Групповой	Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).
Индивидуальный	Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

**Структура занятия** состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Выделение частей занятия обусловлено физиологическими, психологическими и педагогическими закономерностями.

Вводная часть (1/6 часть занятия), обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. В эту часть включают упражнения в построениях, перестроениях; различные варианты ходьбы, бега, прыжков с относительно умеренной нагрузкой; несложные игровые задания.

Основная часть (4/6 части занятия, самая большая по объему и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами. В эту часть включают упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально – волевых качеств личности. Эти общеразвивающие упражнения, проводящиеся с разным темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные группы, способствуют формированию правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве. Одно из ведущих мест в основной части



занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности. В содержание основной части входят также подвижные игры большой и средней интенсивности, несложные игровые задания, эстафеты.

Заключительная часть (1/6 часть занятия), выравнивает функциональное состояние организма детей. В содержание этой части входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

Занятия по физическому развитию для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - не более 15 мин.
- в средней группе - не более 21 мин.
- в старшей группе - не более 22-25 мин.
- в подготовительной группе - не более 30 мин.

Один раз в неделю для детей 3-7 лет круглогодично организовываются занятия по физическому развитию на открытом воздухе (в зависимости от погодных условий). Они проводятся только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

## **2.5. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик**

### **2.4.1. Образовательная деятельность включает:**

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы ДО.

2.4.2. Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, педагог может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности:

1) совместная деятельность педагога с ребёнком, где, взаимодействуя с ребёнком, он выполняет функции педагога: обучает ребёнка чему-то новому;

2) совместная деятельность ребёнка с педагогом, при которой ребёнок и педагог – равноправные партнеры;

3) совместная деятельность группы детей под руководством педагога, который на правах участника деятельности на всех этапах её выполнения (от планирования до завершения) направляет совместную деятельность группы детей;

4) совместная деятельность детей со сверстниками без участия педагога, но по его заданию. Педагог в этой ситуации не является участником деятельности, но выступает в роли её организатора, ставящего задачу группе детей, тем самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей;

5) самостоятельная, спонтанно возникающая, совместная деятельность детей без всякого участия педагога. Это могут быть самостоятельные игры детей (сюжетно-ролевые, режиссерские, театрализованные, игры с правилами, музыкальные и другое), самостоятельная изобразительная деятельность по выбору детей, самостоятельная познавательно-исследовательская деятельность (опыты, эксперименты и другое).

2.4.3. Организуя различные виды деятельности, педагог учитывает опыт ребёнка, его субъектные проявления (самостоятельность, творчество при выборе содержания деятельности и способов его реализации, стремление к сотрудничеству с детьми, инициативность и желание заниматься определенным видом деятельности). Эту информацию педагог может получить в процессе наблюдения за деятельностью детей в ходе проведения педагогической диагностики. На основе полученных результатов организуются разные виды деятельности, соответствующие возрасту детей. В процессе их организации педагог создает условия для свободного выбора детьми

деятельности, оборудования, участников совместной деятельности, принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей, поддерживает детскую инициативу и самостоятельность, устанавливает правила взаимодействия детей. Педагог использует образовательный потенциал каждого вида деятельности для решения задач воспитания, обучения и развития детей.

2.4.4. Все виды деятельности взаимосвязаны между собой, часть из них органично включается в другие виды деятельности (например, коммуникативная, познавательно-исследовательская). Это обеспечивает возможность их интеграции в процессе образовательной деятельности.

2.4.5. В ДОО создана система форм организации разнообразной деятельности дошкольников. Среди них выделяются простые, составные и комплексные формы.

Простые формы построены на минимальном количестве методов и средств и посвящены, как правило, одной теме. К простым формам относятся:

- беседа,
- рассказ,
- эксперимент,
- наблюдение,
- дидактическая (или любая другая игра, возникающая по инициативе педагога)

Составные формы состоят из простых форм, представленных в разнообразных сочетаниях. К составным формам относятся:

- игровые ситуации,
- игры-путешествия,
- творческие мастерские,
- детские лаборатории,
- творческие гостиные,
- творческие лаборатории,
- целевые прогулки,
- экскурсии,
- образовательный челлендж,
- интерактивные праздники.

Комплексные формы создаются как целенаправленная подборка (комплекс) простых и составных форм. К комплексным формам относятся:

- детско-родительские и иные проекты,
- тематические дни,
- тематические недели,
- тематические или образовательные циклы.

2.4.6. Игра занимает центральное место в жизни ребёнка, являясь преобладающим видом его самостоятельной деятельности. В игре закладываются основы личности ребёнка, развиваются психические процессы, формируется ориентация в отношениях между людьми, первоначальные навыки кооперации. Играя вместе, дети строят свои взаимоотношения, учатся общению, проявляют активность и инициативу и другое. Детство без игры и вне игры не представляется возможным.

2.4.7. Игра в педагогическом процессе выполняет различные функции: обучающую, познавательную, развивающую, воспитательную, социокультурную, коммуникативную, эмоциогенную, развлекательную, диагностическую, психотерапевтическую и другие.

2.4.8. В образовательном процессе игра занимает особое место, выступая как форма организации жизни и деятельности детей, средство разностороннего развития личности; метод или прием обучения; средство саморазвития, самовоспитания, самообучения, саморегуляции. Отсутствие или недостаток игры в жизни ребёнка приводит к серьезным проблемам, прежде всего, в социальном развитии детей.

2.4.9. Учитывая потенциал игры для разностороннего развития ребёнка и становления его личности, педагог максимально использует все варианты её применения в ДОО.

2.4.10. Образовательная деятельность в режимных процессах имеет специфику и предполагает использование особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребёнка. Основная задача педагога в утренний отрезок времени состоит в том, чтобы включить детей в общий ритм жизни ДОО, создать у них бодрое, жизнерадостное настроение.

2.4.11. Образовательная деятельность, осуществляемая в утренний отрезок времени, может включать:

- игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами (сюжетно-ролевые, режиссерские, дидактические, подвижные, музыкальные и другие);
- беседы с детьми по их интересам, развивающее общение педагога с детьми (в том числе в форме утреннего и вечернего круга), рассматривание картин, иллюстраций;
- практические, проблемные ситуации, упражнения (по освоению культурно-гигиенических навыков и культуры здоровья, правил и норм поведения и другие);
- наблюдения за объектами и явлениями природы, трудом взрослых;
- трудовые поручения и дежурства (сервировка стола к приему пищи, уход за комнатными растениями и другое);
- индивидуальную работу с детьми в соответствии с задачами разных образовательных областей;
- продуктивную деятельность детей по интересам детей (рисование, конструирование, лепка и другое);
- оздоровительные и закаливающие процедуры, здоровьесберегающие мероприятия, двигательную деятельность (подвижные игры, гимнастика и другое).

2.4.12. Согласно требованиям СанПиН 1.2.3685-21 в режиме дня предусмотрено время для проведения занятий.

2.4.13. Занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; как деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом самостоятельно. Занятие является формой организации обучения, наряду с экскурсиями, дидактическими играми, играми-путешествиями и другими. Оно может проводиться в виде образовательных ситуаций, тематических событий, проектной деятельности, проблемно-обучающих ситуаций, интегрирующих содержание образовательных областей, творческих и исследовательских проектов и так далее. В рамках отведенного времени педагог может организовывать образовательную деятельность с учётом интересов, желаний детей, их образовательных потребностей, включая детей дошкольного возраста в процесс сотворчества, содействия, сопереживания.

2.4.14. При организации занятий педагог использует опыт, накопленный при проведении образовательной деятельности в рамках сформировавшихся подходов. Время проведения занятий, их продолжительность, длительность перерывов, суммарная образовательная нагрузка для детей дошкольного возраста определяются СанПиН 1.2.3685-21.

2.4.15. Введение термина «занятие» не означает регламентацию процесса. Термин фиксирует форму организации образовательной деятельности. Содержание и педагогически обоснованную методику проведения занятий педагог может выбирать самостоятельно.

2.4.16. Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки, включает:

- наблюдения за объектами и явлениями природы, направленные на установление разнообразных связей и зависимостей в природе, воспитание отношения к ней;
- подвижные игры и спортивные упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей;
- экспериментирование с объектами неживой природы;
- сюжетно-ролевые и конструктивные игры (с песком, со снегом, с природным материалом);
- элементарную трудовую деятельность детей на участке ДОО;
- свободное общение педагога с детьми, индивидуальную работу;
- проведение спортивных праздников (при необходимости).

2.4.17. Образовательная деятельность, осуществляемая во вторую половину дня, может включать:

- элементарную трудовую деятельность детей (уборка групповой комнаты; ремонт книг, настольно-печатных игр; стирка кукольного белья; изготовление игрушек-самоделок для игр малышей);
- проведение зрелищных мероприятий, развлечений, праздников (кукольный, настольный, теневой театры, игры-драматизации; концерты; спортивные, музыкальные и литературные досуги и другое);
- игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами (сюжетно-

ролевые, режиссерские, дидактические, подвижные, музыкальные и другие);

- опыты и эксперименты, практико-ориентированные проекты, коллекционирование и другое;
- чтение художественной литературы, прослушивание аудиозаписей лучших образцов чтения, рассматривание иллюстраций, просмотр мультфильмов и так далее;
- слушание и исполнение музыкальных произведений, музыкально-ритмические движения, музыкальные игры и импровизации;
- организация и (или) посещение выставок детского творчества, изобразительного искусства, мастерских; просмотр репродукций картин классиков и современных художников и другого;
- индивидуальную работу по всем видам деятельности и образовательным областям;
- работу с родителями (законными представителями).

2.4.18. Для организации самостоятельной деятельности детей в группе создаются различные центры активности.

В группах для детей дошкольного возраста (от 3 до 7 лет) предусматривается следующий комплекс центров детской активности:

- центр двигательной активности (ориентирован на организацию игр средней и малой подвижности в групповых помещениях, средней и интенсивной подвижности в физкультурном и музыкальном залах, интенсивной подвижности на групповых участках, спортивной площадке, всей территории детского сада) в интеграции содержания образовательных областей «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие»;
- центр безопасности, позволяющий организовать образовательный процесс для развития у детей навыков безопасности жизнедеятельности в интеграции содержания образовательных областей «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие»;
- центр игры, содержащий оборудование для организации сюжетно-ролевых детских игр, предметы-заместители в интеграции содержания образовательных областей «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Художественно-эстетическое развитие» и «Физическое развитие»;
- центр конструирования, в котором есть разнообразные виды строительного материала и детских конструкторов, бросового материала схем, рисунков, картин, демонстрационных материалов для организации конструкторской деятельности детей в интеграции содержания образовательных областей «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие» и «Художественно-эстетическое развитие»;
- центр логики и математики, содержащий разнообразный дидактический материал и развивающие игрушки, а также демонстрационные материалы для формирования элементарных математических навыков и логических операций в интеграции содержания образовательных областей «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие»;
- центр экспериментирования, организации наблюдения и труда, игровое оборудование, демонстрационные материалы и дидактические пособия которого способствуют реализации поисково-экспериментальной и трудовой деятельности детей в интеграции содержания образовательных областей «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие»;
- центр познания и коммуникации детей, оснащение которого обеспечивает расширение кругозора детей и их знаний об окружающем мире во взаимодействии детей со взрослыми и сверстниками в интеграции содержания образовательных областей «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие»;
- книжный уголок, содержащий художественную и познавательную литературу для детей, обеспечивающую их духовно-нравственное и этико-эстетическое воспитание, формирование общей культуры, освоение разных жанров художественной литературы, воспитание любви и интереса к художественному слову, удовлетворение познавательных потребностей в интеграции содержания всех образовательных областей;
- центр театрализации и музицирования, оборудование которого позволяет организовать музыкальную и театрализованную деятельность детей в интеграции с содержанием образовательных областей «Художественно-эстетическое развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Физическое развитие»;

- центр уединения предназначен для снятия психоэмоционального напряжения воспитанников;
- центр творчества детей, предназначенный для реализации продуктивной деятельности детей (рисование, лепка, аппликация, художественный труд) в интеграции содержания образовательных областей «Художественно-эстетическое развитие», «Речевое развитие», «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное развитие»<sup>5</sup>.

Самостоятельная деятельность в центрах детской активности предполагает самостоятельный выбор ребёнком её содержания, времени, партнеров. Педагог может направлять и поддерживать свободную самостоятельную деятельность детей (создавать проблемно-игровые ситуации, ситуации общения, поддерживать познавательные интересы детей, изменять предметно-развивающую среду и др.).

2.4.19. Во вторую половину дня педагог может организовывать культурные практики. Они расширяют социальные и практические компоненты содержания образования, способствуют формированию у детей культурных умений при взаимодействии со взрослым и самостоятельной деятельности. Ценность культурных практик состоит в том, что они ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества, активности и инициативности в разных видах деятельности, обеспечивают их продуктивность.

2.4.20. К культурным практикам относят игровую, продуктивную, познавательно-исследовательскую, коммуникативную практики, чтение художественной литературы.

2.4.21. Культурные практики предоставляют ребёнку возможность проявить свою субъектность с разных сторон, что, в свою очередь, способствует становлению разных видов детских инициатив:

- в игровой практике ребёнок проявляет себя как творческий субъект (творческая инициатива);
- в продуктивной практике – созидающий и волевой субъект (инициатива целеполагания);
- в познавательно-исследовательской практике – как субъект исследования (познавательная инициатива);
- в коммуникативной практике – как партнер по взаимодействию и собеседник (коммуникативная инициатива);
- чтение художественной литературы дополняет развивающие возможности других культурных практик детей дошкольного возраста (игровой, познавательно-исследовательской, продуктивной деятельности).

2.4.22. Тематику культурных практик педагогу помогают определить детские вопросы, проявленный интерес к явлениям окружающей действительности или предметам, значимые события, неожиданные явления, художественная литература и другое.

2.4.23. В процессе культурных практик педагог создает атмосферу свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик предполагает подгрупповой способ объединения детей.

## 2.6. Способы и направления поддержки детской инициативы

Для поддержки детской инициативы педагог поощряет свободную самостоятельную деятельность детей, основанную на детских интересах и предпочтениях. Появление возможности у ребёнка исследовать, играть, лепить, рисовать, сочинять, петь, танцевать, конструировать, ориентируясь на собственные интересы, позволяет обеспечить такие важные составляющие эмоционального благополучия ребёнка ДОО как уверенность в себе, чувство защищенности, комфорта, положительного самоощущения.

Наиболее благоприятными отрезками времени для организации свободной самостоятельной деятельности детей является утро, когда ребёнок приходит в ДОО, и вторая половина дня.

<sup>5</sup>Рекомендации по формированию инфраструктуры дошкольных образовательных организаций и комплекции учебно-методических материалов в целях реализации образовательных программ дошкольного образования (разработаны во исполнение пункта 3 перечня поручений Президента Российской Федерации от 16 марта 2022 г. № Пр-487 по итогам заседания Совета при Президенте Российской Федерации по реализации государственной политики в сфере защиты семьи и детей 17 декабря 2021 года) – URL: <https://docs.edu.gov.ru/document/f4f7837770384bfa1faa1827ec8d72d4/download/5558/> (дата обращения 25.04.2023)

Любая деятельность ребёнка в ДОО может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например:

- самостоятельная исследовательская деятельность и экспериментирование;
  - свободные сюжетно-ролевые, театрализованные, режиссерские игры;
  - игры - импровизации и музыкальные игры;
  - речевые и словесные игры, игры с буквами, слогами, звуками;
  - логические игры, развивающие игры математического содержания;
  - самостоятельная деятельность в книжном уголке;
  - самостоятельная изобразительная деятельность, конструирование;
  - самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений.
- Для поддержки детской инициативы педагог должен учитывать следующие условия:

1) уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребёнка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы;

2) организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребёнка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности;

3) расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребёнок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребёнка творчества, сообразительности, поиска новых подходов;

4) поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребёнка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;

5) создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребёнка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата;

6) поощрять и поддерживать желание детей получить результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребёнку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;

7) внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к её дозированию. Если ребёнок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности, то целесообразно и достаточно использовать приемы наводящих вопросов, активизировать собственную активность и смекалку ребёнка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;

8) поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребёнка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.

В возрасте 3–4 лет у ребёнка активно проявляется потребность в общении со взрослым, ребёнок стремится через разговор с педагогом познать окружающий мир, узнать об интересующих его действиях, сведениях. Поэтому ребёнок задает различного рода вопросы. Важно поддержать данное стремление ребёнка, поощрять познавательную активность детей младшего дошкольного возраста, использовать педагогические приемы, направленные на развитие стремлений ребёнка наблюдать, сравнивать предметы, обследовать их свойства и качества. Педагогу важно проявлять внимание к детским вопросам, поощрять и поддерживать их познавательную активность, создавать ситуации, побуждающие ребёнка самостоятельно искать решения возникающих проблем, осуществлять деятельностные пробы. При проектировании режима дня педагог уделяет особое внимание организации вариативных активностей детей, чтобы ребёнок получил возможность участвовать в разнообразных делах: в играх, в экспериментах, в рисовании, в общении, в творчестве (имитации, танцевальные импровизации и тому подобное), в двигательной деятельности.

С четырех-пяти лет у детей наблюдается высокая активность. Данная потребность ребёнка является ключевым условием для развития самостоятельности во всех сферах его жизни и деятельности. Педагогу важно обращать особое внимание на освоение детьми системы

разнообразных обследовательских действий, приемов простейшего анализа, сравнения, умения наблюдать для поддержки самостоятельности в познавательной деятельности. Педагог намеренно насыщает жизнь детей проблемными практическими и познавательными ситуациями, в которых детям необходимо самостоятельно применить освоенные приемы. Всегда необходимо доброжелательно и заинтересованно относиться к детским вопросам и проблемам, быть готовым стать партнером в обсуждении, поддерживать и направлять детскую познавательную активность, уделять особое внимание доверительному общению с ребёнком. В течение дня педагог создает различные ситуации, побуждающие детей проявить инициативу, активность, желание совместно искать верное решение проблемы. Такая планомерная деятельность способствует развитию у ребёнка умения решать возникающие перед ними задачи, что способствует развитию самостоятельности и уверенности в себе. Педагог стремится создавать такие ситуации, в которых дети приобретают опыт дружеского общения, совместной деятельности, умений командной работы. Это могут быть ситуации волонтерской направленности: взаимной поддержки, проявления внимания к старшим, заботы о животных, бережного отношения к вещам и игрушкам.

Важно, чтобы у ребёнка всегда была возможность выбора свободной деятельности, поэтому атрибуты и оборудование для детских видов деятельности должны быть достаточно разнообразными и постоянно меняющимися (смена примерно раз в два месяца).

Дети пяти-семи лет имеют яркую потребность в самоутверждении и признании со стороны взрослых. Поэтому педагогу важно обратить внимание на те педагогические условия, которые развивают детскую самостоятельность, инициативу и творчество. Для этого педагог создает ситуации, активизирующие желание детей применять свои знания и умения, имеющийся опыт для самостоятельного решения задач. Он регулярно поощряет стремление к самостоятельности, старается определять для детей все более сложные задачи, активизируя их усилия, развивая произвольные умения и волю, постоянно поддерживает желание преодолевать трудности и поощряет ребёнка за стремление к таким действиям, нацеливает на поиск новых, творческих решений возникших затруднений.

Для поддержки детской инициативы педагогу рекомендуется использовать ряд способов и приемов.

1) Не следует сразу помогать ребёнку, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи ребёнку, педагог сначала стремится к её минимизации: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребёнка прошлый опыт.

2) У ребёнка всегда должна быть возможность самостоятельного решения поставленных задач. При этом педагог помогает детям искать разные варианты решения одной задачи, поощряет активность детей в поиске, принимает любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживает инициативу и творческие решения, а также обязательно акцентирует внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобряет и хвалит за результат, вызывает у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.

3) Особое внимание педагог уделяет общению с ребёнком в период проявления кризиса семи лет: характерные для ребёнка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребёнком. Важно уделять внимание ребёнку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Дети седьмого года жизни очень чувствительны к мнению взрослых. Необходимо поддерживать у них ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.

4) Педагог может акцентировать внимание на освоении ребёнком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять её от педагога), обдумать способы её достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится педагогом в разных видах деятельности. Педагог использует средства, помогающие детям планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты.

5) Создание творческих ситуаций в игровой, музыкальной, изобразительной деятельности и театрализации, в ручном труде также способствует развитию самостоятельности у детей. Сочетание увлекательной творческой деятельности и необходимости решения задачи и проблемы привлекает ребёнка, активизирует его желание самостоятельно определить замысел, способы и формы его

воплощения.

б) Педагог уделяет особое внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребёнка. В пространстве группы появляются предметы, побуждающие детей к проявлению интеллектуальной активности. Это могут быть новые игры и материалы, детали незнакомых устройств, сломанные игрушки, нуждающиеся в починке, зашифрованные записи, посылки, письма-схемы, новые таинственные книги и прочее. Разгадывая загадки, заключенные в таких предметах, дети учатся рассуждать, анализировать, отстаивать свою точку зрения, строить предположения, испытывают радость открытия и познания.

## **2.7. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**

Главными целями взаимодействия педагогического коллектива ДОО с семьями воспитанников являются:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов;
- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

Эта деятельность должна дополнять, поддерживать и тактично направлять воспитательные действия родителей (законных представителей) детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов.

Достижение этих целей должно осуществляться через решение основных задач:

1) информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ДО, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО;

2) просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;

3) способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;

4) построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнёрских отношений с родителями (законными представителями) детей младенческого, раннего и дошкольного возраста для решения образовательных задач;

5) вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

Построение взаимодействия с родителями (законными представителями) должно придерживаться следующих принципов:

1) приоритет семьи в воспитании, обучении и развитии ребёнка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребёнка;

2) открытость: для родителей (законных представителей) должна быть доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребёнка в группе; каждому из родителей (законных представителей) должен быть предоставлен свободный доступ в ДОО; между педагогами и родителями (законными представителями) необходим обмен информацией об особенностях развития ребёнка в ДОО и семье;

3) взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагогов и родителей (законных представителей): при взаимодействии педагогу необходимо придерживаться этики и культурных правил общения, проявлять позитивный настрой на общение и сотрудничество с родителями (законными представителями); важно этично и разумно использовать полученную информацию как со стороны педагогов, так и со стороны родителей (законных представителей) в интересах детей;

4) индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии необходимо учитывать особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребёнка, отношении к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей) в совместное



решение образовательных задач;

5) возрастосообразность: при планировании и осуществлении взаимодействия необходимо учитывать особенности и характер отношений ребёнка с родителями (законными представителями), прежде всего, с матерью (преимущественно для детей младенческого и раннего возраста), обусловленные возрастными особенностями развития детей.

Деятельность педагогического коллектива ДОО по построению взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся осуществляется по нескольким направлениям:

1) диагностико-аналитическое направление включает получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, её запросах в отношении охраны здоровья и развития ребёнка; об уровне психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей); а также планирование работы с семьей с учётом результатов проведенного анализа; согласование воспитательных задач;

2) просветительское направление предполагает просвещение родителей (законных представителей) по вопросам особенностей психофизиологического и психического развития детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста; ознакомление с актуальной информацией о государственной политике в области ДО, включая информирование о мерах господдержки семьям с детьми дошкольного возраста; информирование об особенностях реализуемой в ДОО образовательной программы; условиях пребывания ребёнка в группе ДОО; содержании и методах образовательной работы с детьми;

3) консультационное направление объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребёнком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей, в том числе с ООП в условиях семьи; особенностей поведения и взаимодействия ребёнка со сверстниками и педагогом; возникающих проблемных ситуациях; способам воспитания и построения продуктивного взаимодействия с детьми младенческого, раннего и дошкольного возрастов; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и другому.

Совместная образовательная деятельность педагогов и родителей (законных представителей) обучающихся предполагает сотрудничество в реализации некоторых образовательных задач, вопросах организации РППС и образовательных мероприятий; поддержку образовательных инициатив родителей (законных представителей) детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов; разработку и реализацию образовательных проектов ДОО совместно с семьей.

Особое внимание в просветительской деятельности ДОО должно уделяться повышению уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровьесбережения ребёнка.

Реализация данной темы может быть осуществлена в процессе следующих направлений просветительской деятельности:

1) информирование о факторах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребёнка (рациональная организация режима дня ребёнка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребёнком и другое), о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и другое), наносящих непоправимый вред здоровью ребёнка;

2) своевременное информирование о важности вакцинирования в соответствии с рекомендациями Национального календаря профилактических прививок и по эпидемическим показаниям;

3) информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО и семьи в решении данных задач;

4) знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в ДОО;

5) информирование родителей (законных представителей) о негативном влиянии на развитие детей систематического и бесконтрольного использования IT-технологий (нарушение сна, возбудимость, изменения качества памяти, внимания, мышления; проблемы социализации и общения и другое).

Эффективность просветительской работы по вопросам здоровьесбережения детей может быть повышена за счет привлечения к тематическим встречам профильных специалистов (медиков, нейропсихологов, физиологов, IT-специалистов и других).

Направления деятельности педагога реализуются в разных формах (групповых и (или) индивидуальных) посредством различных методов, приемов и способов взаимодействия с родителями (законными представителями):

1) диагностико-аналитическое направление реализуется через опросы, социологические срезы, индивидуальные блокноты, «почтовый ящик», педагогические беседы с родителями (законными представителями); дни (недели) открытых дверей, открытые просмотры занятий и других видов деятельности детей и так далее;

2) просветительское и консультационное направления реализуются через групповые родительские собрания, конференции, круглые столы, семинары- практикумы, тренинги и ролевые игры, консультации, педагогические гостиные, родительские клубы и другое; информационные проспекты, стенды, ширмы, папки- передвижки для родителей (законных представителей); журналы и газеты, издаваемые ДОО для родителей (законных представителей), педагогические библиотеки для родителей (законных представителей); сайты ДОО и социальные группы в сети Интернет; медиарепортажи и интервью; фотографии, выставки детских работ, совместных работ родителей (законных представителей) и детей. Включают также и досуговую форму - совместные праздники и вечера, семейные спортивные и тематические мероприятия, тематические досуги, знакомство с семейными традициями и другое.

Для вовлечения родителей (законных представителей) в образовательную деятельность целесообразно использовать специально разработанные (подобранные) дидактические материалы для организации совместной деятельности родителей (законных представителей) с детьми в семейных условиях в соответствии с образовательными задачами, реализуемыми в ДОО. Эти материалы должны сопровождаться подробными инструкциями по их использованию и рекомендациями по построению взаимодействия с ребёнком (с учётом возрастных особенностей). Кроме того, необходимо активно использовать воспитательный потенциал семьи для решения образовательных задач, привлекая родителей (законных представителей) к участию в образовательных мероприятиях, направленных на решение познавательных и воспитательных задач.

Незаменимой формой установления доверительного делового контакта между семьей и ДОО является диалог педагога и родителей (законных представителей). Диалог позволяет совместно анализировать поведение или проблемы ребёнка, выяснять причины проблем и искать подходящие возможности, ресурсы семьи и пути их решения. В диалоге проходит просвещение родителей (законных представителей), их консультирование по вопросам выбора оптимального образовательного маршрута для конкретного ребёнка, а также согласование совместных действий, которые могут быть предприняты со стороны ДОО и семьи для разрешения возможных проблем и трудностей ребёнка в освоении образовательной программы.

### План работы с родителями

Месяц	Мероприятие	Группа
Сентябрь	Доклад на родительском собрании «Спортивная форма на занятиях физической культурой»	4
	Буклет «Спортивная форма на занятиях физической культурой»	Все группы
Октябрь	Консультация «Советы для родителей: как выбрать кружок или секцию для ребенка»	Все группы
Ноябрь	Папка передвижка «Здоровый образ жизни ваших детей»	Все группы
Декабрь	Папка передвижка «Как научить ребенка кататься на коньках»	5,6,3,7
Январь	Буклет «Все о плоскостопии»	Все группы
	Буклет «Формируем правильную осанку»	
Февраль	Праздник совместно с родителями «День защитника Отечества»	1

Март	Консультация «Как научить ребенка прыгать на скакалке»	5, 6, 7,3
Апрель	Консультация для родителей «Безопасное лето»	Все группы
Май	Анкетирование	Все группы

## 2.8. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

Коррекционно-развивающая работа и/или инклюзивное образование в МБОУ «СОШ № 20 с углубленным изучением отдельных предметов» корпус 2 направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ и детей-инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

КРР представляет собой комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития. КРР в МБОУ «СОШ № 20 с углубленным изучением отдельных предметов» корпус 2 осуществляет педагоги, педагог-психолог.

### Направления:

- профилактическое: проведение необходимой профилактической работы с детьми с целью предупреждения проявления отклонений в развитии ребенка;
- диагностическое: раннее выявление и диагностика уровня интеллектуального развития детей дошкольного возраста;
- коррекционно-педагогическое: разработка программ, соответствующих психофизическим интеллектуальным возможностям детей;
- организационно-методическое: организация консультационно-методической помощи воспитателям по вопросам обучения и воспитания дошкольников с проблемами в развитии;
- консультативно-просветительское: организация консультативно – просветительской работы по пропаганде знаний из области коррекционной педагогики и специальной психологии среди родителей;
- координирующее: ключевая позиция в комплексном сопровождении детей с проблемами в развитии принадлежит воспитателю подгруппы; координирует профессиональную деятельность педагог-психолог;
- контрольно-оценочное: анализ результативности комплексной коррекционной работы с детьми дошкольного возраста, имеющих различные нарушения.

В ДОО разработана **программа коррекционно-развивающей работы** (далее–Программа КРР) в соответствии с ФГОС ДО, которая включает:

- план диагностических и коррекционно-развивающих мероприятий;
- рабочие программы КРР с обучающимися различных целевых групп, имеющих различные ООП и стартовые условия освоения Программы;
- методический инструментарий для реализации диагностических, коррекционно-развивающих и просветительских задач Программы КРР.

### Цели коррекционной работы:

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

### Задачи КРР:

- определение особых (индивидуальных) образовательных потребностей обучающихся, в том числе с трудностями освоения Программы и социализации в ДОО;
- своевременное выявление обучающихся с трудностями адаптации, обусловленными различными причинами;
- осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи о

обучающимся с учетом особенностей психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК) или психолого-педагогического консилиума образовательной организации (ППК));

- оказание родителям (законным представителям) обучающихся консультативной психолого-педагогической помощи по вопросам развития и воспитания детей дошкольного возраста;
- содействие поиску и отбору одаренных обучающихся, их творческому развитию;
- выявление детей с проблемами развития эмоциональной и интеллектуальной сферы;
- реализация комплекса индивидуально ориентированных мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений в развитии и проблем поведения.

**Коррекционно-развивающая работа** организуется:

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

Коррекционно-развивающая работа реализуется в форме групповых и/или индивидуальных коррекционно-развивающих занятий. Выбор конкретной программы коррекционно-развивающих мероприятий, их количестве, форме организации, методов и технологий реализации определяется организацией самостоятельно, исходя из возрастных особенностей и особых образовательных потребностей обучающихся.

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

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

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

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

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

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

– одаренные обучающиеся;

3) дети и (или) семьи, находящиеся в трудной жизненной ситуации, признанные таковыми в нормативно установленном порядке;

4) дети и (или) семьи, находящиеся в социально опасном положении (безнадзорные, беспризорные, склонные к бродяжничеству), признанные таковыми в нормативно установленном порядке;

5) обучающиеся «группы риска»: проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных проявлений (импульсивность, агрессивность, неустойчивая или крайне низкая (завышенная) самооценка, завышенный уровень притязаний).

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

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

## **Содержание коррекционно-развивающей работы в ДОО**

Диагностическая работа включает:

- своевременное выявление детей, нуждающихся в психолого-педагогическом сопровождении;
- раннюю (с первых дней пребывания обучающегося в ДОО) диагностику отклонений в развитии и анализ причин трудностей социальной адаптации;
- комплексный сбор сведений об обучающемся на основании диагностической информации от специалистов разного профиля;
- определение уровня актуального и зоны ближайшего развития обучающегося с ОВЗ, с трудностями в обучении и социализации, выявление его резервных возможностей;
- изучение уровня общего развития обучающихся (с учётом особенностей нозологической группы), возможностей вербальной и невербальной коммуникации со сверстниками и взрослыми;
- изучение развития эмоционально-волевой сферы и личностных особенностей обучающихся;
- изучение индивидуальных образовательных и социально-коммуникативных потребностей обучающихся;
- изучение социальной ситуации развития и условий семейного воспитания ребёнка;
- изучение уровня адаптации и адаптивных возможностей обучающегося; изучение направленности детской одаренности;
- изучение, констатацию в развитии ребёнка его интересов и склонностей, одаренности;
- мониторинг развития детей и предупреждение возникновения психолого-педагогических проблем в их развитии;
- выявление детей-мигрантов, имеющих трудности в обучении и социально-психологической адаптации, дифференциальная диагностика и оценка этнокультурной природы имеющихся трудностей;
- всестороннее психолого-педагогическое изучение личности ребёнка; выявление и изучение неблагоприятных факторов социальной среды и рисков образовательной среды;
- системный разносторонний контроль специалистов за уровнем и динамикой развития обучающегося, а также за созданием необходимых условий, соответствующих особым (индивидуальным) образовательным потребностям обучающегося.

**Коррекционно-развивающая работа включает:**

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

неадекватные методы воспитания в семье во взаимодействии родителей (законных представителей) с детьми;

- помощь в устранении психотравмирующих ситуаций в жизни ребенка.

#### **1) Консультативная работа включает:**

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

#### **2) Информационно-просветительская работа предусматривает:**

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

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

**3) Реализация КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами** согласно нозологических групп осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой ДО (далее ФАОП ДО). КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами должна предусматривать предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся, коррекцию нарушений психического и физического развития средствами коррекционной педагогики, специальной психологии и медицины; формирование у обучающихся механизмов компенсации дефицитарных функций, неподдающихся коррекции, в том числе с использованием ассистивных технологий.

**4) КРР с детьми, находящимися под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющими детьми,** имеет выраженную специфику. Детям, находящимся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющим детям, свойственны: быстрая утомляемость, длительный период восстановления после заболевания и (или) его обострения (не менее 4-х недель), специфические особенности межличностного взаимодействия и деятельности (ограниченность круга общения больного ребёнка, объективная зависимость от взрослых (родителей (законных представителей), педагогов), стремление постоянно получать от них помощь). Для детей, находящихся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющих детей, старшего дошкольного возраста характерны изменения в отношении ведущего вида деятельности – сюжетно-ролевой игры, что оказывает негативное влияние на развитие его личности и эмоциональное благополучие. В итоге у ребёнка появляются сложности в освоении программы и социальной адаптации.

Направленность коррекционно-развивающей работы с детьми, находящимися под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющими детьми включает:

- коррекцию/развитие коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сфер, познавательных процессов;
- снижение тревожности;
- помощь в разрешении поведенческих проблем;
- создание условий для успешной социализации, оптимизация межличностного взаимодействия со взрослыми и сверстниками.

Включение ЧБД в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основании медицинского заключения и рекомендаций ППК по результатам психологической и педагогической диагностики.

#### **5) Направленность коррекционно-развивающей работы с одаренными**

### **обучающимися включает:**

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

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

**6) Направленность КРР с билингвальными воспитанниками, детьми мигрантов, испытывающими трудности с пониманием государственного языка РФ, включает:**

- развитие коммуникативных навыков, формирование чувствительности к сверстнику, его эмоциональному состоянию, намерениями желанием;
- формирование уверенного поведения и социальной успешности;
- коррекцию деструктивных эмоциональных состояний, возникающих вследствие попадания в новую языковую и культурную среду (тревога, неуверенность, агрессия);
- создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку.

Таким образом, работу по социализации и языковой адаптации детей иностранных граждан, обучающихся в организациях, реализующих программы ДО в РФ, рекомендуется организовывать с учетом особенностей социальной ситуации каждого ребенка персонально.

Психолого-педагогическое сопровождение детей данной целевой группы может осуществляться в контексте общей программы адаптации ребенка к ДОО. В случаях выраженных проблем социализации, личностного развития и общей дезадаптации ребенка, его включение в программу КРР может быть осуществлено на основе заключения ППК по результатам психологической диагностики или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.

**7) К целевой группе обучающихся «группы риска» могут быть отнесены дети, имеющие проблемы с психологическим здоровьем; эмоциональные проблемы (повышенная возбудимость, апатия, раздражительность, тревога, появление фобий); поведенческие проблемы (грубость, агрессия, обман); проблемы неврологического характера (потеря аппетита); проблемы общения (стеснительность, замкнутость, излишняя чувствительность, выраженная нереализованная потребность в лидерстве); проблемы регуляторного характера (расстройство сна, быстрая утомляемость, навязчивые движения, двигательная расторможенность, снижение произвольности внимания).**

Направленность КРР с воспитанниками, имеющими девиации развития и поведения включает:

- коррекция/развитие социально-коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сферы;
- помощь в решении поведенческих проблем;
- формирование адекватных, социально-приемлемых способов поведения;
- развитие рефлексивных способностей;
- совершенствование способов саморегуляции.

Включение ребенка из «группы риска» в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК по результатам психологической диагностики или по обоснованному запросу педагога и (или) родителей (законных представителей).

## **2.9. Рабочая программа воспитания**

### **Целевой раздел**

#### **Пояснительная записка.**

Программа воспитания МБОУ «СОШ № 20 с углубленным изучением отдельных предметов» корпус 2 основана на воплощении национального воспитательного идеала, который понимается как высшая цель образования, нравственное (идеальное) представление о человеке.

Под воспитанием понимается деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде<sup>6</sup>.

Основу воспитания на всех уровнях, начиная с дошкольного, составляют традиционные ценности российского общества. Традиционные ценности – это нравственные ориентиры, формирующие мировоззрение граждан России, передаваемые от поколения к поколению, лежащие в основе общероссийской гражданской идентичности и единого культурного пространства страны, укрепляющие гражданское единство, нашедшие свое уникальное, самобытное проявление в духовном, историческом и культурном развитии многонационального народа России<sup>7</sup>.

Программа воспитания предусматривает приобщение детей к традиционным ценностям российского общества – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России<sup>8</sup>.

Вся система ценностей российского народа находит отражение в содержании воспитательной работы ДОО, в соответствии с возрастными особенностями детей.

Ценности Родина и природа лежат в основе патриотического направления воспитания.

Ценности милосердие, жизнь, добро лежат в основе духовно-нравственного направления воспитания

Ценности человек, семья, дружба, сотрудничество лежат в основе социального направления воспитания.

Ценность познание лежит в основе познавательного направления воспитания.

Ценности жизнь и здоровье лежат в основе физического и оздоровительного направления воспитания.

Ценность труд лежит в основе трудового направления воспитания.

Ценности культура и красота лежат в основе эстетического направления воспитания.

Целевые ориентиры воспитания следует рассматривать как возрастные характеристики возможных достижений ребёнка, которые коррелируют с портретом выпускника ДОО и с традиционными ценностями российского общества.

С учётом особенностей социокультурной среды, в которой воспитывается ребёнок, в программе воспитания находит отражение взаимодействие всех субъектов воспитательных отношений. Реализация Программы воспитания предполагает социальное партнерство ДОО с другими учреждениями образования и культуры (музеи, театры, библиотеки, и другое), в том числе системой дополнительного образования детей.

### **Цели и задачи Программы воспитания.**

<sup>6</sup>Пункт 2 статьи 2 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598; 2020, № 31, ст. 5063)

<sup>7</sup> Пункт 4 Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовнонравственных ценностей, утверждённых Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2022, № 46, ст. 7977).

<sup>8</sup>Пункт 5 Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовнонравственных ценностей, утверждённых Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2022, № 46, ст. 7977).



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

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

Общие задачи воспитания в ДОО:

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

#### **Физическое и оздоровительное направление воспитания.**

- 1) Цель физического и оздоровительного воспитания - формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности.
- 2) Ценности - жизнь и здоровье лежит в основе физического и оздоровительного направления воспитания.
- 3) Физическое и оздоровительное направление воспитания основано на идее охраны и укрепления здоровья детей, становления осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.

#### **Целевые ориентиры воспитания детей раннего возраста (к трем годам).**

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Патриотическое	Родина, природа	Проявляющий привязанность к близким людям, бережное отношение к живому
Духовно нравственное	Жизнь, милосердие, добро	Способный понять и принять, что такое «хорошо» и «плохо». Проявляющий сочувствие, доброту.
Социальное	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Испытывающий чувство удовольствия в случае одобрения и чувство огорчения в случае неодобрения со стороны взрослых. Проявляющий интерес к другим детям и способный бесконфликтно играть рядом с ними. Проявляющий позицию «Я сам!». Способный к самостоятельным (свободным) активным действиям в общении.
Познавательное	Познание	Проявляющий интерес к окружающему миру. Любознательный, активный в поведении и деятельности.
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	Понимающий ценность жизни и здоровья, владеющий основными способами укрепления здоровья - физическая культура, закаливание, утренняя гимнастика, личная гигиена, безопасное поведение и другое; стремящийся к сбережению и

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
		укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества.
Трудовое	Труд	Поддерживающий элементарный порядок в окружающей обстановке. Стремящийся помогать старшим в доступных трудовых действиях. Стремящийся к результативности, самостоятельности, ответственности в самообслуживании, в быту, в игровой и других видах деятельности (конструирование, лепка, художественный труд, детский дизайн и другое).
Эстетическое	Культура и красота	Проявляющий эмоциональную отзывчивость на красоту в окружающем мире и искусстве. Способный к творческой деятельности (изобразительной, декоративно-оформительской, музыкальной, словесноречевой, театрализованной и другое).

#### Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения программы

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Патриотическое	Родина, природа	Любящий свою малую родину и имеющий представление о своей стране - России, испытывающий чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.
Духовно нравственное	Жизнь, милосердие, добро	Различающий основные проявления добра и зла, принимающий и уважающий традиционные ценности, ценности семьи и общества, правдивый, искренний, способный к сочувствию и заботе, к нравственному поступку. Способный не оставаться равнодушным к чужому горю, проявлять заботу; Самостоятельно различающий основные отрицательные и положительные человеческие качества, иногда прибегая к помощи взрослого в ситуациях морального выбора.
Социальное	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Проявляющий ответственность за свои действия и поведение; принимающий и уважающий различия между людьми. Владеющий основами речевой культуры. Дружелюбный и доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, способный взаимодействовать со взрослыми и сверстниками на основе общих интересов и дел.
Познавательное	Познание	Любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом. Проявляющий активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании. Обладающий первичной картиной мира на основе традиционных ценностей.

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья - занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.
Трудовое	Труд	Понимающий ценность труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда, результатам их деятельности. Проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.
Эстетическое	Культура и красота	Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве. Стремящийся к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности.

### **Задачи рабочей программы воспитания, связанные с базовыми ценностями и воспитательными задачами**

Физическое и оздоровительное В основе лежат ценности «Здоровье», «Жизнь»	Формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными гигиеническими навыками и правилами безопасности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Способствовать становлению осознанного отношения к жизни как основоположной ценности</li> <li>• Воспитывать отношение здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развивать навыки здорового образа жизни</li> <li>• Формировать у детей возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре</li> <li>• Способствовать становлению эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилам</li> </ul>
---	---	--	---

### **Взаимодействие инструктора по физической культуре с участниками образовательных отношений**

№	Участники образовательных отношений	Формы взаимодействия
---	-------------------------------------	----------------------

1	Родители (законные представители)	Анкетирование. Консультирование. Папки-передвижки. Привлечение к участию в подготовке праздников. Проведение совместных досугов и групповых праздников. Привлечение в оказании помощи для участия в соревнованиях, конкурсах. Мастер-класс. Родительские собрания.
2	Музыкальный руководитель	Проведение совместных праздников и развлечений. Подбор музыкального сопровождения для занятий по физической культуре, развлечений и праздников
3	Воспитатели	Организация уголков двигательной активности в группах. Организация двигательной деятельности в группах и на воздухе. Консультирование. Подготовка совместных мероприятий.

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Психолого-педагогические условия реализации Программы

Успешная реализация программы обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

- признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребенка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;
- решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия). При этом занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом;
- обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса в ДОО, в том числе дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования - формирование умения учиться);
- учет специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития);
- создание развивающей и эмоционально комфортной для ребенка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социальноличностному, познавательному, эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности, в которой ребенок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее;
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

- индивидуализация образования (в том числе поддержка ребенка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);
- оказание ранней коррекционной помощи детям с ООП, в том числе с ОВЗ на основе специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, социальному развитию этих детей, в том числе посредством организации инклюзивного образования;
- совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;
- психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;
- вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;
- формирование и развитие профессиональной компетентности педагогов, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;
- непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации Федеральной программы в ДОО, обеспечение вариативности его содержания, направлений и форм, согласно запросам родительского и профессионального сообществ;
- взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социальновоспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социальнозначимой деятельности;
- использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования процесса ее социализации;
- предоставление информации о Федеральной программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;
- обеспечение возможностей для обсуждения Федеральной программы, поиска, использования материалов, обеспечивающих ее реализацию, в том числе в информационной среде.

### **3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды**

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды и фактор, мощно обогащающий развитие детей. РППС выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

Развивающая предметно-пространственная среда (далее-РППС) представляет собой единство специально организованного пространства как внешнего (территория), так и внутреннего (групповые, специализированные, технологические, административные и иные пространства), материалов, оборудования, электронных образовательных ресурсов и средств обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, материалов для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

РППС организована как единое пространство, все компоненты которого, согласованы между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании РППС учтены:

- этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия;
- возраст, опыт, уровень развития детей и особенностей их деятельности - содержание воспитания и образования;
- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников, участников сетевого взаимодействия и пр.).

РППС соответствует:

- требованиям ФГОС ДО;

- Программе;
- материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в ДОО;
- возрастным особенностям детей;
- воспитывающему характеру образования детей;
- требованиям безопасности и надежности.

РППС обеспечивает:

- целостность образовательного процесса и включает всё необходимое для реализации содержания каждого из направлений развития и образования детей (согласно ФГОС ДО.).
- Возможность реализации разных видов индивидуальной и коллективной деятельности: игровой, коммуникативной, познавательно-исследовательской, двигательной, продуктивной и пр. в соответствии с потребностями каждого возрастного этапа детей, охраны и укрепления их здоровья, возможностями учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

В соответствии с ФГОС ДО, РППС:

- 1) содержательно-насыщенная;
- 2) трансформируемая;
- 3) полифункциональная;
- 4) вариативная;
- 5) доступная;
- 6) безопасная.

Помещение	Перечень оборудования и пособий
Физкультурный зал	Настенная гимнастическая лестница /деревянная/
	Бревно гим-кое напольное: длина - 150 ; ширина - 10; выс - 20
	Барьер 3 шт
	Игра Ловкие пальчики 1 шт
	Нейроскакалка 6 шт
	Гимнастические скамейки: дл – 210,высота – 29, дл – 240, выс - 35
	Флажки
	Канат длина - 550
	Волейбольная сетка
	Баскетбольные мячи
	Резиновые мячи большие диаметр 21см
	Мячи средние диаметр 10 см
	Мячи малые 8,5см
	Гимнастические палки деревянные дл – 80, диаметр – 2см
	Гимнастические обручи: диаметр - 50
	Скакалки / средние, маленькие/
	Мешочки с песком: масса 150г
	Кегли
	Дуги для подлезания: высота 500; ширина – 500
	Гантели детские: 100гр
	Мягкий макет
	Ракетки для бадминтона/ воланчики
	Кубики пластмассовые
	Мягкие модули
	Ориентиры
	Ведерки
	Мишень
	Пешеходный переход
	Веревочки – косички: 60см
	Ленты 50 см
Клюшки	
Бубен	

	Доски с зацепами: дл – 250, ширина – 17см
	Лыжи

### Методическое обеспечение Программы

№ п/п	Перечень программ и технологий
1	Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждена приказом Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г., № 1028
<b>Методические пособия Образовательная область «Физическое развитие»</b>	
1	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3 – 4 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 112 с.
2	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском сад: Конспекты занятий для работы с детьми 4 – 5 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 160 с.
3	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 143 с.
4	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 112 с.
5	Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет/Авт. - сост. Э.Я. Степаненкова. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – 144 с.
6	Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: Комплексы упражнений для занятий с детьми 3-7лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 128 с.
7	Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. – 48с.
<b>Наглядно-дидактические пособия</b>	
	Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь». Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня». Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах» Плакаты: «Летние виды спорта», «Зимние виды спорта»

### 3.3. Распорядок дня

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 режима работы дошкольных образовательных организаций». Средством реализации максимально допустимого объема образовательной нагрузки является утвержденный режим дня. Основным принципом построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим и индивидуальным особенностям детей. Режим дня установлен с учетом климатических условий региона, а также условий МБОУ.

#### Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурные занятия	в помещении	2 раза в неделю 15-21 мин.	2 раза в неделю 21-25 мин.	2 раза в неделю 25-30 мин.	2 раза в неделю 30-35 мин.

	на улице	1 раз в неделю 15-21 мин.	1 раз в неделю 21-25 мин.	1 раз в неделю 25-30 мин.	1 раз в неделю 30-35 мин.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15-21 мин.	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 21-25 мин.	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30 мин.	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40 мин.
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	3-5 мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	3-5 мин. ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 21 мин	1 раз в месяц 30 мин.	1 раз в месяц 35-40 мин.	1 раз в месяц 40 мин.
	Физкультурный праздник	-	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
	Туристские прогулки и экскурсии			1 раз в квартал (30-40 мин)	1 раз в квартал (не более 2 часов)
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

Согласно СанПиН 2.4.1.3049-13, не регламентируется количество занятий с детьми в дошкольном учреждении; регламентируется лишь длительность образовательной нагрузки.

Продолжительность занятий для детей от 3 до 4 лет – не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет – не более 21 минут, для детей от 5 до 6 лет – не более 25 минут, а для детей от 6 до 7 лет – не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на занятие, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами занятия – не менее 10 минут.



Занятия с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Их продолжительность должна составлять не более 25-30 минут в день. В середине занятия статического характера проводятся физкультурные минутки.

Рабочая программа, опираясь на основную образовательную программу МБОУ, предполагает проведение занятий по физической культуре детей раннего и дошкольного возраста 3 раза в неделю в каждой возрастной группе.

На основе учебного плана разработано расписание занятий по физической культуре.

### Учебный план

Занятия								
Периодичность в неделю/год								
Базовый вид деятельности	Младшая группа (3 – 4 года)		Средняя/средняя группа (4 – 5 лет)		Старшая группа (5 – 6 лет)		Подготовительная к школе группа (6 – 7 лет)	
Физическая культура в помещении	2	73	2	74/73	2	74	2	74
Физическая культура на свежем воздухе	1	37	1	38/37	1	37	1	37
Итого:	3	110	3	112/110	3	112	3	112
Оздоровительная работа								
Утренняя гимнастика	ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно	
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно	
Гигиенические процедуры	ежедневно		ежедневно		ежедневно		ежедневно	

### Расписание занятий по возрастным группам

№ группы возраст	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
№ 4 (3-4 года)	9:00 – 9:15	11:15 – 11:30		9:00 – 9:15	
№ 2 (4-5 лет)	9:30 – 9:50	11:35 – 11:55		9:30 – 9:50	
№ 8 (4-5 лет)	11:15 – 11:35	9:30 – 9:50			9:30 – 9:50
№ 5 (5-6 лет)	10:00 – 10:25		11:15 – 11:40	10:00 – 10:25	
№ 6 (5-6 лет)	11.40 – 12.05	10:00 – 10:25			10:00 – 10:25
№ 3 (6-7 лет)		10:35 – 11:05	11:45 – 12:15		10:35 – 11:05
№ 7 (6-7 лет)	10:35 – 11:05		11:45 – 12:15	10:35 – 11:05	

### Расписание утренней гимнастики по возрастным группам

Группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Время	7:50 – 8:00	8:10 – 8:20	8:30 – 8:40

### 3.4. Федеральный календарный план воспитательной работы

**Примерный перечень основных государственных и народных праздников, памятных дат в календарном плане воспитательной работы в ДОО.**

#### **Январь:**

27 января: День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады.

#### **Февраль:**

8 февраля: День российской науки

21 февраля: Международный день родного языка

23 февраля: День защитника Отечества

#### **Март:**

8 марта: Международный женский день

27 марта: Всемирный день театра

#### **Апрель:**

12 апреля: День космонавтики

#### **Май:**

1 мая: Праздник Весны и Труда

9 мая: День Победы

19 мая: День детских общественных организаций России

24 мая: День славянской письменности и культуры

#### **Июнь:**

1 июня: Международный день защиты детей

6 июня: День русского языка, день рождения великого русского поэта Александра Сергеевича Пушкина (1799-1837)

12 июня: День России

22 июня: День памяти и скорби

#### **Июль:**

8 июля: День семьи, любви и верности

#### **Август:**

10 августа: День физкультурника

22 августа: День Государственного флага Российской Федерации

#### **Сентябрь:**

1 сентября: День знаний

27 сентября: День воспитателя и всех дошкольных работников

#### **Октябрь:**

1 октября: Международный день пожилых людей; Международный день музыки

4 октября: День защиты животных

5 октября: День учителя

Третье воскресенье октября: День отца в России

#### **Ноябрь:**

4 ноября: День народного единства

Последнее воскресенье ноября: День матери в России

30 ноября: День Государственного герба Российской Федерации

#### **Декабрь:**

5 декабря: День добровольца (волонтера) в России

8 декабря: Международный день художника

9 декабря: День Героев Отечества

12 декабря: День Конституции Российской Федерации

31 декабря: Новый год.

В соответствии с требованиями ФГОС ДО, в Программу включен раздел, посвященный особенностям традиционных событий, праздников, мероприятий. Развитие культурно-досуговой деятельности дошкольников по интересам позволяет обеспечить каждому ребенку отдых (пассивный и активный), эмоциональное благополучие, способствует формированию умения занимать себя.

Месяц	Праздник
Сентябрь	«Я и спорт - друзья!»
Февраль	«День защитника Отечества»
Ноябрь	День здоровья
Январь	День здоровья
Апрель	День здоровья

### Перспективное планирование спортивных развлечений

Неделя	Возрастная группа
1 неделя	Младшие группы № 4
2 неделя	Средние группы № 2, 8
3 неделя	Старшие группа № 5, 6
4 неделя	Подготовительная к школе группа № 3, 7

### План развлечений на 2023-2024 учебный год

Месяц	Неделя	Мероприятие
Сентябрь	1 неделя	«Мишка - шалунишка»
	2 неделя	«Страна правил дорожного движения»
	3 неделя	«Уважайте светофор»
	4 неделя	«Красный, желтый, зеленый»
Октябрь	1 неделя	«Прогулка в осенний лес»
	2 неделя	«Осень золотая»
	3 неделя	«Осенний калейдоскоп»
	4 неделя	«Осенние гуляния»
Ноябрь	1 неделя	«Мячик круглый есть у нас»
	2 неделя	«Путешествие в сказку»
	3 неделя	«Игры народов мира»
	4 неделя	«Веселые эстафеты»
Декабрь	1 неделя	«Здравствуй, зимушка зима»
	2 неделя	«Зимнее приключение»
	3 неделя	«В мире сказок»
	4 неделя	«Зимушка зима – спортивная пора»
Январь	1 неделя	«Обезьянка, посмотри, как играют малыши»
	2 неделя	«Бобик в гостях у ребят»
	3 неделя	«Зимушка зима»
	4 неделя	«Зимние забавы»
Февраль	1 неделя	«23 февраля»
	2 неделя	«Будем в армии служить»
	3 неделя	«Юные защитники Отечества»
	4 неделя	«Защитники Родины»
Март	1 неделя	«В гости к ежику»

	2 неделя	«Мы любим играть»
	3 неделя	«Мамины помощники»
	4 неделя	«Весну встречаем, зиму провожаем»
Апрель	1 неделя	«В гости к мишке косолапому»
	2 неделя	«Веселые ребята»
	3 неделя	«Поможем звездочету»
	4 неделя	«Форд Боярд»
Май	1 неделя	«Привет, лето!»
	2 неделя	«Путешествие в сказку»
	3 неделя	«Путешествие со Спортником»
	4 неделя	«До свидания, детский сад»

#### 4. КРАТКАЯ ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОГРАММЫ

Рабочая программа по реализации образовательной области «Физическое развитие» направление «физическая культура» (3-7 лет) разработана в соответствии с образовательной программой дошкольного образования МБОУ «СОШ № 20 с углубленным изучением отдельных предметов».

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса образовательной области «Физическое развитие» физическая культура МБОУ «СОШ № 20 с углубленным изучением отдельных предметов».

Программа структурирована в соответствии с требованиями ФОП ДО, ФГОС ДО и содержит три раздела: целевой, содержательный, организационный.

*Целевой раздел* включает в себя пояснительную записку, цели и задачи реализации Программы, принципы и подходы к формированию Программы, характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста, планируемые результаты освоения Программы и педагогическую диагностику достижения планируемых результатов.

*Содержательный раздел* представляет общее содержание программы, обеспечивающее полноценное развитие личности детей и охватывает следующие направления развития и образования детей (образовательные области): социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие, художественно-эстетическое развитие; физическое развитие. Также включает в себя: вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы, особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик, способы и направления поддержки детской инициативы, особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

*Организационный раздел* содержит описание психолого-педагогических условий реализации Программы, особенности организации предметно-пространственной среды, материально-техническое обеспечение Программы, примерный перечень литературных, музыкальных и художественных произведений, включает режим и распорядок дня, а также федеральный календарный план воспитательной работы.

Содержание Программы учитывает возрастные и индивидуальные особенности контингента детей дошкольного возраста и реализуется в течение всего времени пребывания детей в МБОУ.

Учреждение функционирует в режиме 10 - часового пребывания (7.30-17:30), 5-ти дневная рабочая неделя с выходными днями: суббота, воскресенье, праздничные дни.

**Взаимодействие педагогического коллектива с семьей** - создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально - педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни образовательного учреждения.

Взаимодействие дошкольного учреждения с родителями (законными представителями) является необходимым условием для полноценного развития личности ребенка. Ведущая цель взаимодействия педагогического коллектива с семьей – создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических

ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни образовательного учреждения.

С этой целью в образовательном учреждении проводятся родительские собрания (общие и групповые), семинары, анкетирование, консультации, беседы, мастер-классы, дни открытых дверей, совместные праздники (спортивные и музыкальные), выставки семейного творчества, проекты; оформляются стендовая информация и информация на сайте.

Перспективное планирование по образовательной области «Физическое развитие»

Младшая группа № 4 (3 – 4 года)

Перспективное планирование по методическому пособию:

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3 – 4 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 112 с.

\*\* - комплекс занятий на воздухе составлен в форме разработанных конспектов. Занятия организуются в форме подвижных игр.

№ П/П	Группа	№ занятия	Дата	Страница
<b>Сентябрь</b>				
1	Гр 4	1	04.09.23	24-25
2	Гр 4	1	07.09.23	
3 (на улице)	Гр 4	1 (конспект)	05.09.23	2
4	Гр 4	2	11.09.23	25-27
5	Гр 4	2	14.09.23	
6 (на улице)	Гр 4	2 (конспект)	12.09.23	2
7	Гр 4	3	18.09.23	217-28
8	Гр 4	3	21.09.23	
9 (на улице)	Гр 4	3 (конспект)	19.09.23	2
10	Гр 4	4	25.09.23	28-30
11	Гр 4	4	28.09.23	
12 (на улице)	Гр 4	4 (конспект)	26.09.23	2
<b>Октябрь</b>				
13	Гр 4	5	02.10.23	31-32
14	Гр 4	5	05.10.23	
15 (на улице)	Гр 4	5 (конспект)	03.10.23	3
16	Гр 4	6	09.10.23	32-33
17	Гр 4	6	12.10.23	
18 (на улице)	Гр 4	6 (конспект)	10.10.23	3
19	Гр 4	7	16.10.23	33-35
20	Гр 4	7	19.10.23	
21 (на улице)	Гр 4	7 (конспект)	17.10.23	3
22	Гр 4	8	23.10.23	35-37
23	Гр 4	8	26.10.23	
24 (на улице)	Гр 4	8 (конспект)	24.10.23	3
<b>Ноябрь</b>				
25	Гр 4	9	30.10.23	38-39
26	Гр 4	9	02.11.23	
27 (на улице)	Гр 4	9 (конспект)	31.10.23	4
28	Гр 4	10	09.11.23	39-41
29	Гр 4	10	13.11.23	
30 (на улице)	Гр 4	10 (конспект)	07.11.23	4
31	Гр 4	11	16.11.23	41-43

32	Гр 4	11	20.11.23	
33 (на улице)	Гр 4	11 (конспект)	14.11.23	4
34	Гр 4	12	23.11.23	43-45
35	Гр 4	12	27.11.23	
36 (на улице)	Гр 4	12 (конспект)	21.11.23	4
<b>Декабрь</b>				
37	Гр 4	13	30.11.23	45-47
38	Гр 4	13	04.12.23	
39 (на улице)	Гр 4	13 (конспект)	28.11.23	5
40	Гр 4	14	07.12.23	47-49
41	Гр 4	14	11.12.23	
42 (на улице)	Гр 4	14 (конспект)	05.12.23	5
43	Гр 4	15	14.12.23	49-51
44	Гр 4	15	18.12.23	
45 (на улице)	Гр 4	15 (конспект)	12.12.23	5
46	Гр 4	16	21.12.23	51-52
47	Гр 4	16	25.12.23	
48 (на улице)	Гр 4	16 (конспект)	19.12.23	5
<b>Январь</b>				
49	Гр 4	17	28.12.23	53-55
50	Гр 4	17	11.01.24	
51 (на улице)	Гр 4	17 (на улице)	26.12.23	6
52	Гр 4	18	15.01.24	55-56
53	Гр 4	18	18.01.24	
54 (на улице)	Гр 4	18 (на улице)	09.01.24	6
55	Гр 4	19	22.01.24	56-58
56	Гр 4	19	25.01.24	
57	Гр 4	19 (конспект)	16.01.24	6
58	Гр 4	20	29.01.24	59-61
59	Гр 4	20	01.02.24	
60 (на улице)	Гр 4	20 (конспект)	23.01.24	6
<b>Февраль</b>				
61	Гр 4	21	05.02.24	62-63
62	Гр 4	21	08.02.24	
63 (на улице)	Гр 4	21 (конспект)	30.01.24	7
64	Гр 4	22	12.02.24	63-65
65	Гр 4	22	15.02.24	
66 (на улице)	Гр 4	22 (конспект)	06.02.24	7
67	Гр 4	23	19.02.24	65-66
68	Гр 4	23	22.02.24	

69 (на улице)	Гр 4	23 (конспект)	13.02.24	7
70	Гр 4	24	26.02.24	67-68
71	Гр 4	24	29.02.24	
72 (на улице)	Гр 4	24 (конспект)	20.02.24	7
<b>Март</b>				
73	Гр 4	25	04.03.24	69-71
74	Гр 4	25	07.03.24	
75 (на улице)	Гр 4	25 (конспект)	27.02.24	8
76	Гр 4	26	11.03.24	71-72
77	Гр 4	26	14.03.24	
78 (на улице)	Гр 4	26 (конспект)	05.03.24	8
79	Гр 4	27	18.03.24	73-74
80	Гр 4	27	21.03.24	
81 (на улице)	Гр 4	27 (конспект)	12.03.24	8
82	Гр 4	28	25.03.24	74-76
83	Гр 4	28	28.03.24	
84 (на улице)	Гр 4	28 (конспект)	19.03.24	8
<b>Апрель</b>				
85	Гр 4	29	01.04.24	77-78
86	Гр 4	29	04.04.24	
87 (на улице)	Гр 4	29 (конспект)	26.04.24	9
88	Гр 4	30	08.04.24	78-80
89	Гр 4	30	11.04.24	
90 (на улице)	Гр 4	30 (конспект)	02.04.24	9
91	Гр 4	31	15.04.24	80-82
92	Гр 4	31	18.04.24	
93 (на улице)	Гр 4	31 (конспект)	09.04.24	9
94	Гр 4	32	22.04.24	82-83
95	Гр 4	32	25.04.24	
96 (на улице)	Гр 4	32 (конспект)	16.04.24	9
97	Гр 4	33	27.04.24	84-86
98	Гр 4	33	02.05.24	
99	Гр 4	33 (конспект)	23.04.24	10
<b>Май</b>				
100	Гр 4	34	06.05.24	86-87
101	Гр 4	34	13.05.24	
102 (на улице)	Гр 4	34 (конспект)	07.05.24	10
103	Гр 4	35	16.05.24	87-89
104	Гр 4	35	20.05.24	
105 (на улице)	Гр 4	35 (конспект)	14.05.24	10



106	Гр 4	36	23.05.24	89-90
107	Гр 4	36	27.05.24	
108 (на улице)	Гр 4	36 (конспект)	21.05.24	10
109	Гр 4	35	30.05.24	87-89
110 (на улице)	Гр 4	37 (конспект)	28.05.24	10

**Средняя группа № 2 (4-5 лет)**

Перспективное планирование по методическому пособию:

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4 – 5 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 160 с.\*\* - занятие, обозначенное двумя звездочками,

проводится на площадке в форме игровых упражнений

№ П/П	Группа	№ занятия	Дата	Страница
<b>Сентябрь</b>				
1	Гр 2	1	04.09.23	19-21
2	Гр 2	2	07.09.23	
3 (на улице)	Гр 2	3	05.09.23	21-22
4	Гр 2	4	11.09.23	22-24
5	Гр 2	5	14.09.23	
6 (на улице)	Гр 2	6	12.09.23	24-26
7	Гр 2	7	18.09.23	26-28
8	Гр 2	8	21.09.23	
9 (на улице)	Гр 2	9	19.09.23	29-30
10	Гр 2	10	25.09.23	30-32
11	Гр 2	11	28.09.23	
12 (на улице)	Гр 2	12	26.09.23	32-33
<b>Октябрь</b>				
13	Гр 2	13	02.10.23	35-37
14	Гр 2	14	05.10.23	
15 (на улице)	Гр 2	15	03.10.23	37-38
16	Гр 2	16	09.10.23	38-40
17	Гр 2	17	12.10.23	
18 (на улице)	Гр 2	18	10.10.23	40-41
19	Гр 2	19	16.10.23	41-43
20	Гр 2	20	19.10.23	
21 (на улице)	Гр 2	21	17.10.23	43-44
22	Гр 2	22	23.10.23	44-46
23	Гр 2	23	26.10.23	
24 (на улице)	Гр 2	24	24.10.23	47-48
<b>Ноябрь</b>				
25	Гр 2	25	30.10.23	49-50
26	Гр 2	26	02.11.23	
27 (на улице)	Гр 2	27	31.10.23	51-52
28	Гр 2	28	09.11.23	52-54
29	Гр 2	29	13.11.23	
30 (на улице)	Гр 2	30	07.11.23	54-55
31	Гр 2	31	16.11.23	55-56
32	Гр 2	32	20.11.23	

33 (на улице)	Гр 2	33	14.11.23	57-58
34	Гр 2	34	23.11.23	58-59
35	Гр 2	35	27.11.23	
36 (на улице)	Гр 2	36	21.11.23	60-61
<b>Декабрь</b>				
37	Гр 2	37	30.11.23	62-63
38	Гр 2	38	04.12.23	
39 (на улице)	Гр 2	39	28.11.23	64
40	Гр 2	40	07.12.23	65-67
41	Гр 2	41	11.12.23	
42 (на улице)	Гр 2	42	05.12.23	67-68
43	Гр 2	43	14.12.23	68-70
44	Гр 2	44	18.12.23	
45 (на улице)	Гр 2	45	12.12.23	71-72
46	Гр 2	46	21.12.23	72-74
47	Гр 2	47	25.12.23	
48 (на улице)	Гр 2	48	19.12.23	75-75
<b>Январь</b>				
49	Гр 2	49	28.12.23	76-78
50	Гр 2	50	11.01.24	
51 (на улице)	Гр 2	51	26.12.23	78
52	Гр 2	52	15.01.24	79-80
53	Гр 2	53	18.01.24	
54 (на улице)	Гр 2	54	09.01.24	80
55	Гр 2	55	22.01.24	81-84
56	Гр 2	56	25.01.24	
57 (на улице)	Гр 2	57	16.01.24	84
58	Гр 2	58	29.01.24	84-86
59	Гр 2	59	01.02.24	
60 (на улице)	Гр 2	60	23.01.24	43-44
<b>Февраль</b>				
61	Гр 2	61	05.02.24	88-89
62	Гр 2	62	08.02.24	
63 (на улице)	Гр 2	63	30.01.24	90
64	Гр 2	64	12.02.24	91-92
65	Гр 2	65	15.02.24	
66 (на улице)	Гр 2	66	06.02.24	93
67	Гр 2	67	19.02.24	93-95
68	Гр 2	68	22.02.24	
69	Гр 2	69	13.02.24	95-96

(на улице)				
70	Гр 2	70	26.02.24	96-97
71	Гр 2	71	29.02.24	
72	Гр 2	72	20.02.24	98-99
(на улице)				
<b>Март</b>				
73	Гр 2	73	04.03.24	99-100
74	Гр 2	74	07.03.24	
75	Гр 2	75	27.02.24	101
(на улице)				
76	Гр 2	76	11.03.24	102-104
77	Гр 2	77	14.03.24	
78	Гр 2	78	05.03.24	104-105
(на улице)				
79	Гр 2	79	18.03.24	105-107
80	Гр 2	80	21.03.24	
81	Гр 2	81	12.03.24	107-108
(на улице)				
82	Гр 2	82	25.03.24	108-110
83	Гр 2	83	28.03.24	
84	Гр 2	84	19.03.24	110-111
(на улице)				
<b>Апрель</b>				
85	Гр 2	85	01.04.24	112-114
86	Гр 2	86	04.04.24	
87	Гр 2	87	26.04.24	114-115
(на улице)				
88	Гр 2	88	08.04.24	115-117
89	Гр 2	89	11.04.24	
90	Гр 2	90	02.04.24	117-118
(на улице)				
91	Гр 2	91	15.04.24	118-120
92	Гр 2	92	18.04.24	
93	Гр 2	93	09.04.24	120-121
(на улице)				
94	Гр 2	94	22.04.24	121-123
95	Гр 2	95	25.04.24	
96	Гр 2	96	16.04.24	123-124
(на улице)				
97	Гр 2	97	27.04.24	124-126
98	Гр 2	98	02.05.24	
99	Гр 2	99	23.04.24	126-127
(на улице)				
<b>Май</b>				
100	Гр 2	100	06.05.24	127-129
101	Гр 2	101	13.05.24	
102	Гр 2	102	07.05.24	129-130
(на улице)				
103	Гр 2	103	16.05.24	130-132
104	Гр 2	104	20.05.24	
105	Гр 2	105	14.05.24	132-133
(на улице)				
106	Гр 2	106	23.05.24	133-135

107	Гр 2	107	27.05.24	
108 (на улице)	Гр 2	108	21.05.24	135-136
109	Гр 2	109	30.05.24	136-138
110 (на улице)	Гр 2	110	28.05.24	138

## Смешанная группа № 8 (3-5лет)

Перспективное планирование по методическому пособию:

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4 – 5 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 160 с.\*\* - занятие, обозначенное двумя звездочками, проводится на площадке в форме игровых упражнений

№ П/П	Группа	№ занятия	Дата	Страница
<b>Сентябрь</b>				
1	Гр 8	1	01.09.23	19-21
2	Гр 8	2	05.09.23	
3 (на улице)	Гр 8	3	04.09.23	21-22
4	Гр 8	4	08.09.23	22-24
5	Гр 8	5	12.09.23	
6 (на улице)	Гр 8	6	11.09.23	24-26
7	Гр 8	7	15.09.23	26-28
8	Гр 8	8	19.09.23	
9 (на улице)	Гр 8	9	18.09.23	29-30
10	Гр 8	10	22.09.23	30-32
11	Гр 8	11	26.09.23	
12 (на улице)	Гр 8	12	25.09.23	32-33
<b>Октябрь</b>				
13	Гр 8	13	29.09.23	35-37
14	Гр 8	14	03.10.23	
15 (на улице)	Гр 8	15	02.10.23	37-38
16	Гр 8	16	06.10.23	38-40
17	Гр 8	17	10.10.23	
18 (на улице)	Гр 8	18	09.10.23	40-41
19	Гр 8	19	13.10.23	41-43
20	Гр 8	20	17.10.23	
21 (на улице)	Гр 8	21	16.10.23	43-44
22	Гр 8	22	20.10.23	44-46
23	Гр 8	23	24.10.23	
24 (на улице)	Гр 8	24	23.10.23	47-48
25	Гр 8	25	27.10.23	49-50
26	Гр 8	26	31.10.23	
27 (на улице)	Гр 8	27	30.10.23	51-52
<b>Ноябрь</b>				
28	Гр 8	28	03.11.23	52-54
29	Гр 8	29	07.11.23	
30 (на улице)	Гр 8	30	13.11.23	54-55
31	Гр 8	31	10.11.23	55-56
32	Гр 8	32	14.11.23	

33 (на улице)	Гр 8	33	20.11.23	57-58
34	Гр 8	34	17.11.23	58-59
35	Гр 8	35	21.11.23	
36 (на улице)	Гр 8	36	27.11.23	60-61
37	Гр 8	37	24.11.23	62-63
38	Гр 8	38	28.11.23	
39 (н улице)	Гр 8	39	04.12.23	64
<b>Декабрь</b>				
40	Гр 8	40	01.12.23	65-67
41	Гр 8	41	05.12.23	
42 (на улице)	Гр 8	42	11.12.23	67
43	Гр 8	43	08.12.23	67-68
44	Гр 8	44	12.12.23	68-70
45 (на улице)	Гр 8	45	18.12.23	
46	Гр 8	46	15.12.23	72-74
47	Гр 8	47	19.12.23	
48 (на улице)	Гр 8	48	25.12.23	74-75
49	Гр 8	49	22.12.23	76-78
50	Гр 8	50	26.12.23	
51 (на улице)	Гр 8	51	15.01.24	78
<b>Январь</b>				
52	Гр 8	52	09.01.24	79-80
53	Гр 8	53	12.01.24	
54 (на улице)	Гр 8	54	22.01.24	80
55	Гр 8	55	16.01.24	81-84
56	Гр 8	56	19.01.24	
57 (на улице)	Гр 8	57	29.01.24	84
58	Гр 8	58	23.01.24	84-86
59	Гр 8	59	26.01.24	
60 (на улице)	Гр 8	60	05.02.24	43-44
61	Гр 8	61	30.01.24	88-89
62	Гр 8	62	02.02.24	
63 (на улице)	Гр 8	63	12.02.24	90
<b>Февраль</b>				
64	Гр 8	64	06.02.24	91-92
65	Гр 8	65	09.02.24	
66 (на улице)	Гр 8	66	12.02.24	93
67	Гр 8	67	13.02.24	93-95
68	Гр 8	68	16.02.24	
69 (на улице)	Гр 8	69	19.02.24	95-96

70	Гр 8	70	20.02.24	96-97
71	Гр 8	71	27.02.24	
72 (на улице)	Гр 8	72	26.02.24	98-99
<b>Март</b>				
70	Гр 8	73	01.03.24	99-100
71	Гр 8	74	05.03.24	
72 (на улице)	Гр 8	75	04.03.24	101-102
73	Гр 8	76	12.03.24	102-104
74	Гр 8	77	15.03.24	
75 (на улице)	Гр 8	78	11.02.24	104-105
76	Гр 8	79	19.03.24	105-107
77	Гр 8	80	22.03.24	
78 (на улице)	Гр 8	81	18.03.24	107-108
79	Гр 8	82	26.03.24	108-110
80	Гр 8	83	29.03.24	
81 (на улице)	Гр 8	84	25.03.24	110-111
<b>Апрель</b>				
82	Гр 8	85	02.04.24	112-114
83	Гр 8	86	05.04.24	
84 (на улице)	Гр 8	87	01.04.24	114-115
85	Гр 8	88	09.04.24	115-117
86	Гр 8	89	12.04.24	
87 (на улице)	Гр 8	90	08.04.24	117-118
88	Гр 8	91	16.04.24	118-120
89	Гр 8	92	19.04.24	
90 (на улице)	Гр 8	93	15.04.24	120-121
91	Гр 8	94	23.04.24	121-123
92	Гр 8	95	26.04.24	
93 (на улице)	Гр 8	96	22.04.24	123-124
94	Гр 8	97	27.04.24	124-126
95	Гр 8	98	03.05.24	
96 (на улице)	Гр 8	99	06.05.24	126-127
<b>Май</b>				
97	Гр 8	100	07.05.24	127-129
98	Гр 8	101	14.05.24	
99 (на улице)	Гр 8	102	13.05.24	129-130
100	Гр 8	103	17.05.24	130-132
101	Гр 8	104	21.05.24	
102 (на улице)	Гр 8	105	20.05.24	132-133
103	Гр 8	106	24.05.24	133-135
104	Гр 8	107	28.05.24	



105 (на улице)	Гр 8	108	27.05.24	135-136
106	Гр 8	109	31.05.24	136-138
107	Гр 8	110		

## Старшая группа № 5 (5-6лет)

Перспективное планирование по методическому пособию:

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 192 с.

№ П/П	Группа	№ занятия	Дата	Страница
<b>Сентябрь</b>				
1	Гр 5	1	04.09.23	16-18
2	Гр 5	2	07.09.23	
3 (на улице)	Гр 5	3	06.09.23	19-21
4	Гр 5	4	11.09.23	21-23
5	Гр 5	5	14.09.23	
6 (на улице)	Гр 5	6	13.09.23	23-24
7	Гр 5	7	18.09.23	25-27
8	Гр 5	8	21.09.23	
9 (на улице)	Гр 5	9	20.09.23	27-28
10	Гр 5	10	25.09.23	28-30
11	Гр 5	11	28.09.23	
12 (на улице)	Гр 5	12	27.09.23	31-32
<b>Октябрь</b>				
13	Гр 5	13	02.10.23	33-35
14	Гр 5	14	05.10.23	
15 (на улице)	Гр 5	15	04.10.23	35-36
16	Гр 5	16	09.10.23	336-39
17	Гр 5	17	12.10.23	
18 (на улице)	Гр 5	18	11.10.23	39-41
19	Гр 5	19	16.10.23	41-43
20	Гр 5	20	19.10.23	
21 (на улице)	Гр 5	21	18.10.23	43-44
22	Гр 5	22	23.10.23	44-46
23	Гр 5	23	26.10.23	
24 (на улице)	Гр 5	24	25.10.23	47-48
<b>Ноябрь</b>				
25	Гр 5	25	30.10.23	49-51
26	Гр 5	26	02.11.23	
27 (на улице)	Гр 5	27	01.11.23	52-53
28	Гр 5	28	09.11.23	53-55
29	Гр 5	29	13.11.23	
30 (на улице)	Гр 5	30	08.11.23	55-57
31	Гр 5	31	16.11.23	57-58
32	Гр 5	32	20.11.23	
33	Гр 5	33	15.11.23	59-60

(на улице)				
34	Гр 5	34	23.11.23	60-62
35	Гр 5	35	27.11.23	
36	Гр 5	36	22.11.23	62-63
(на улице)				
<b>Декабрь</b>				
37	Гр 5	37	30.11.23	64-66
38	Гр 5	38	04.12.23	
39	Гр 5	39	29.11.23	67-68
(на улице)				
40	Гр 5	40	07.12.23	68-70
41	Гр 5	41	11.12.23	
42	Гр 5	42	06.12.23	70-71
(на улице)				
43	Гр 5	43	14.12.23	71-74
44	Гр 5	44	18.12.23	
45	Гр 5	45	13.12.23	74-75
(на улице)				
46	Гр 5	46	21.12.23	75-77
47	Гр 5	47	25.12.23	
48	Гр 5	48	20.12.23	77-78
(на улице)				
<b>Январь</b>				
49	Гр 5	49	28.12.23	80-82
50	Гр 5	50	11.01.24	
51	Гр 5	51	27.12.23	83
(на улице)				
52	Гр 5	52	15.01.24	83-85
53	Гр 5	53	17.01.24	
54	Гр 5	54	10.01.24	86
(на улице)				
55	Гр 5	55	22.01.24	87-88
56	Гр 5	56	25.01.24	
57	Гр 5	57	17.01.24	88-89
(на улице)				
58	Гр 5	58	29.01.24	90-91
59	Гр 5	59	01.02.24	
60	Гр 5	60	24.01.24	92
(на улице)				
<b>Февраль</b>				
61	Гр 5	61	05.02.24	94-95
62	Гр 5	62	08.02.24	
63	Гр 5	63	31.01.24	96-97
(на улице)				
64	Гр 5	64	12.02.24	97-99
65	Гр 5	65	15.02.24	
66	Гр 5	66	07.02.24	99-100
(на улице)				
67	Гр 5	67	19.02.24	100-102
68	Гр 5	68	22.02.24	
69	Гр 5	69	21.02.24	102-103
(на улице)				
70	Гр 5	70	26.02.24	103-105

71	Гр 5	71	29.02.24	
72 (на улице)	Гр 5	72	21.02.24	106-107
<b>Март</b>				
73	Гр 5	73	04.03.24	108-110
74	Гр 5	74	07.03.24	
75 (на улице)	Гр 5	75	28.02.24	111-112
76	Гр 5	76	11.03.24	112-114
77	Гр 5	77	14.03.24	
78 (на улице)	Гр 5	78	06.03.24	114-116
79	Гр 5	79	18.03.24	116-117
80	Гр 5	80	21.03.24	
81 (на улице)	Гр 5	81	13.03.24	118-119
82	Гр 5	82	25.03.24	119-121
83	Гр 5	83	28.03.24	
84 (на улице)	Гр 5	84	20.03.24	121-122
<b>Апрель</b>				
85	Гр 5	85	01.04.24	123-125
86	Гр 5	86	04.04.24	
87 (на улице)	Гр 5	87	27.04.24	125-126
88	Гр 5	88	08.04.24	126-128
89	Гр 5	89	11.04.24	
90 (на улице)	Гр 5	90	03.04.24	128-129
91	Гр 5	91	15.04.24	130-131
92	Гр 5	92	18.04.24	
93 (на улице)	Гр 5	93	10.04.24	132-133
94	Гр 5	94	22.04.24	133-135
95	Гр 5	95	25.04.24	
96 (на улице)	Гр 5	96	17.04.24	136-137
97	Гр 5	97	27.04.24	138-140
98	Гр 5	98	02.05.24	
99 (на улице)	Гр 5	99	24.04.24	140-141
<b>Май</b>				
100	Гр 5	100	06.05.24	141-143
101	Гр 5	101	13.05.24	
102 (на улице)	Гр 5	102	08.05.24	143-144
103	Гр 5	103	16.05.24	145-146
104	Гр 5	104	20.05.24	
105 (на улице)	Гр 5	105	15.05.24	147-148
106	Гр 5	106	23.05.24	148-150
107	Гр 5	107	27.05.24	
108	Гр 5	108	22.05.24	150-151

(на улице)				
109	Гр 5	109	30.05.24	152-154
110 (на улице)	Гр 5	110	29.05.24	154-155

Старшая группа № 6 (5-6лет)

Перспективное планирование по методическому пособию:

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020. – 192 с.

№ П/П	Группа	№ занятия	Дата	Страница
<b>Сентябрь</b>				
1	Гр 6	1	01.09.23	16-18
2	Гр 6	2	05.09.23	
3 (на улице)	Гр 6	3	04.09.23	19-21
4	Гр 6	4	08.09.23	21-23
5	Гр 6	5	12.09.23	
6 (на улице)	Гр 6	6	11.09.23	23-24
7	Гр 6	7	15.09.23	25-27
8	Гр 6	8	19.09.23	
9 (на улице)	Гр 6	9	18.09.23	27-28
10	Гр 6	10	22.09.23	28-30
11	Гр 6	11	26.09.23	
12 (на улице)	Гр 6	12	25.09.23	31-32
<b>Октябрь</b>				
13	Гр 6	13	29.09.23	33-35
14	Гр 6	14	03.10.23	
15 (на улице)	Гр 6	15	02.10.23	35-36
16	Гр 6	16	06.10.23	336-39
17	Гр 6	17	10.10.23	
18 (на улице)	Гр 6	18	09.10.23	39-41
19	Гр 6	19	13.10.23	41-43
20	Гр 6	20	17.10.23	
21 (на улице)	Гр 6	21	16.10.23	43-44
22	Гр 6	22	20.10.23	44-46
23	Гр 6	23	24.10.23	
24 (на улице)	Гр 6	24	23.10.23	47-48
<b>Ноябрь</b>				
25	Гр 6	25	27.10.23	49-51
26	Гр 6	26	31.10.23	
27 (на улице)	Гр 6	27	30.10.23	52-53
28	Гр 6	28	03.11.23	53-55
29	Гр 6	29	07.11.23	
30 (на улице)	Гр 6	30	13.11.23	55-57
31	Гр 6	31	10.11.23	57-58
32	Гр 6	32	14.11.23	
33	Гр 6	33	20.11.23	59-60

(на улице)				
34	Гр 6	34	17.11.23	60-62
35	Гр 6	35	21.11.23	
36	Гр 6	36	27.11.23	62-63
(на улице)				
37	Гр 6	37	24.11.23	64-66
38	Гр 6	38	28.11.23	
39	Гр 6	39	04.12.23	66
<b>Декабрь</b>				
40	Гр 6	40	01.12.23	68-70
41	Гр 6	41	05.12.23	
42	Гр 6	42	11.12.23	70-71
(на улице)				
43	Гр 6	43	08.12.23	71-74
44	Гр 6	44	12.12.23	
45	Гр 6	45	18.12.23	74-75
(на улице)				
46	Гр 6	46	15.12.23	75-77
47	Гр 6	47	19.12.23	
48	Гр 6	48	25.12.23	77-79
(на улице)				
49	Гр 6	49	22.12.23	80-82
50	Гр 6	50	26.12.23	
<b>Январь</b>				
51	Гр 6	52	09.01.24	83-85
52	Гр 6	53	12.01.24	
53	Гр 6	54	15.01.24	86
(на улице)				
54	Гр 6	55	16.01.24	87-88
55	Гр 6	56	19.01.24	
56	Гр 6	57	22.01.24	88-89
(на улице)				
57	Гр 6	58	23.01.24	90-91
58	Гр 6	59	26.01.24	
59	Гр 6	60	29.01.24	92
(на улице)				
60	Гр 6	61	30.01.24	94-96
61	Гр 6	62	02.02.24	
62	Гр 6	63	05.02.24	96-97
(на улице)				
<b>Февраль</b>				
63	Гр 6	64	06.02.24	97-99
64	Гр 6	65	09.02.24	
65	Гр 6	66	12.02.24	99-100
(на улице)				
66	Гр 6	67	13.02.24	100-102
67	Гр 6	68	16.02.24	
68	Гр 6	69	19.02.24	102-103
(на улице)				
69	Гр 6	70	20.02.24	103-106
70	Гр 6	71	27.02.24	
71	Гр 6	72	26.02.24	106-107
(на улице)				

<b>Март</b>				
72	Гр 6	73	01.03.24	108-110
73	Гр 6	74	05.03.24	
74 (на улице)	Гр 6	75	04.03.24	111-112
75	Гр 6	76	12.03.24	112-114
76	Гр 6	77	15.03.24	
77 (на улице)	Гр 6	78	11.02.24	114-115
78	Гр 6	79	19.03.24	116-117
79	Гр 6	80	22.03.24	
80 (на улице)	Гр 6	81	18.03.24	117-119
81	Гр 6	82	26.03.24	119-121
82	Гр 6	83	29.03.24	
83 (на улице)	Гр 6	84	25.03.24	121-122
<b>Апрель</b>				
84	Гр 6	85	02.04.24	123-124
85	Гр 6	86	05.04.24	
86 (на улице)	Гр 6	87	01.04.24	125-126
87	Гр 6	88	09.04.24	126-128
88	Гр 6	89	12.04.24	
89 (на улице)	Гр 6	90	08.04.24	128-129
90	Гр 6	91	16.04.24	130-132
91	Гр 6	92	19.04.24	
92 (на улице)	Гр 6	93	15.04.24	132-133
93	Гр 6	94	23.04.24	133-136
94	Гр 6	95	26.04.24	
95 (на улице)	Гр 6	96	22.04.24	136-137
96	Гр 6	97	27.04.24	138-140
97	Гр 6	98	03.05.24	
98 (на улице)	Гр 6	99	06.05.24	140-141
<b>Май</b>				
99	Гр 6	100	07.05.24	141-143
100	Гр 6	101	14.05.24	
101 (на улице)	Гр 6	102	13.05.24	143-144
102	Гр 6	103	17.05.24	145-146
103	Гр 6	104	21.05.24	
104 (на улице)	Гр 6	105	20.05.24	147-148
105	Гр 6	106	24.05.24	148-150
106	Гр 6	107	28.05.24	
107 (на улице)	Гр 6	108	27.05.24	150-151
108	Гр 6	109	31.05.24	152-154
109	Гр 6	110		



**Подготовительная к школе группа № 3 (6-7 лет)**

Перспективное планирование по методическому пособию:

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 112 с.

№ П/П	Группа	№ занятия	Дата	Страница
<b>Сентябрь</b>				
1	Гр 3	1	01.09.23	9-10
2	Гр 3	2	05.09.23	
3 (на улице)	Гр 3	3	07.09.23	11
4	Гр 3	4	08.09.23	11-13
5	Гр 3	5	12.09.23	
6 (на улице)	Гр 3	6	14.09.23	14
7	Гр 3	7	15.09.23	15-16
8	Гр 3	8	19.09.23	
9 (на улице)	Гр 3	9	21.09.23	16
10	Гр 3	10	22.09.23	16-18
11	Гр 3	11	26.09.23	
12 (на улице)	Гр 3	12	28.09.23	18
<b>Октябрь</b>				
13	Гр 3	13	29.09.23	20-22
14	Гр 3	14	03.10.23	
15 (на улице)	Гр 3	15	05.10.23	22-23
16	Гр 3	16	06.10.23	22-24
17	Гр 3	17	10.10.23	
18 (на улице)	Гр 3	18	12.10.23	24
19	Гр 3	19	13.10.23	24-26
20	Гр 3	20	17.10.23	
21 (на улице)	Гр 3	21	19.10.23	26-27
22	Гр 3	22	20.10.23	27-28
23	Гр 3	23	24.10.23	
24 (на улице)	Гр 3	24	26.10.23	28
<b>Ноябрь</b>				
25	Гр 3	25	27.10.23	29-32
26	Гр 3	26	31.10.23	
27 (на улице)	Гр 3	27	02.11.23	32
28	Гр 3	28	03.11.23	32-34
29	Гр 3	29	07.11.23	
30 (на улице)	Гр 3	30	09.11.23	34
31	Гр 3	31	10.11.23	34-36
32	Гр 3	32	14.11.23	
33 (на улице)	Гр 3	33	16.11.23	36-37

34	Гр 3	34	17.11.23	37-39
35	Гр 3	35	21.11.23	
36 (на улице)	Гр 3	36	23.11.23	39
37	Гр 3	1	24.11.23	40-41
38	Гр 3	2	28.11.23	
39 (на улице)	Гр 3	3	30.11.23	41-42
<b>Декабрь</b>				
40	Гр 3	4	01.12.23	42-43
41	Гр 3	5	05.12.23	
42 (на улице)	Гр 3	6	07.12.23	43-44
43	Гр 3	7	08.12.23	45-46
44	Гр 3	8	12.12.23	
45 (на улице)	Гр 3	9	14.12.23	46-47
46	Гр 3	10	15.12.23	47-48
47	Гр 3	11	19.12.23	
48 (на улице)	Гр 3	12	21.12.23	48-49
49	Гр 3	13	22.12.23	49-51
50	Гр 3	14	26.12.23	
51 (на улице)	Гр 3	15	28.12.23	51-52
<b>Январь</b>				
52	Гр 3	16	29.12.24	52-53
53	Гр 3	17	09.01.24	
54 (на улице)	Гр 3	18	11.01.24	54
55	Гр 3	19	12.01.24	54-56
56	Гр 3	20	16.01.24	
57 (на улице)	Гр 3	21	18.01.24	56
58	Гр 3	22	19.01.24	57-58
59	Гр 3	23	23.01.24	
60 (на улице)	Гр 3	24	25.01.24	58
61	Гр 3	25	26.01.24	59-60
62	Гр 3	26	30.01.24	
63 (на улице)	Гр 3	27	01.02.24	60-61
<b>Февраль</b>				
64	Гр 3	28	02.02.24	61-62
65	Гр 3	29	06.02.24	
66 (на улице)	Гр 3	30	08.02.24	62-63
67	Гр 3	31	09.02.24	63-64
68	Гр 3	32	13.02.24	
69 (на улице)	Гр 3	33	15.02.24	64-65
70	Гр 3	34	16.02.24	65-66
71	Гр 3	35	20.02.24	

72 (на улице)	Гр 3	36	22.02.24	66
73	Гр 3	25	27.02.24	59-60
74	Гр 3	26	01.03.24	
75 (на улице)	Гр 3	27	29.02.24	60-61
<b>Март</b>				
76	Гр 3	1	05.03.24	72-73
77	Гр 3	2	12.03.24	
78 (на улице)	Гр 3	3	07.03.24	73-74
79	Гр 3	4	15.03.24	74-75
80	Гр 3	5	19.03.24	
81 (на улице)	Гр 3	6	14.03.24	75-76
82	Гр 3	7	22.03.24	76-78
83	Гр 3	8	26.03.24	
84 (на улице)	Гр 3	9	21.03.24	78-79
85	Гр 3	10	29.03.24	79-80
86	Гр 3	11	02.04.24	
87 (на улице)	Гр 3	12	28.03.24	80-81
<b>Апрель</b>				
88	Гр 3	13	05.04.24	81-82
89	Гр 3	14	09.04.24	
90 (на улице)	Гр 3	15	04.04.24	82-83
91	Гр 3	16	12.04.24	83-84
92	Гр 3	17	16.04.24	
93 (на улице)	Гр 3	18	11.04.24	84
94	Гр 3	19	19.04.24	84-86
95	Гр 3	20	23.04.24	
96 (на улице)	Гр 3	21	18.04.24	86-87
97	Гр 3	22	26.04.24	87-88
98	Гр 3	23	03.05.24	
99 (на улице)	Гр 3	24	25.04.24	88
<b>Май</b>				
100	Гр 3	25	07.05.24	88-89
101	Гр 3	26	14.05.24	
102 (на улице)	Гр 3	27	02.05.24	90
103	Гр 3	28	17.05.24	90-91
104	Гр 3	29	21.05.24	
105 (на улице)	Гр 3	30	16.05.24	92
106	Гр 3	31	23.05.24	92-93
107	Гр 3	32	28.05.24	
108 (на улице)	Гр 3	33	23.05.24	93-95

109	Гр 3	34	31.05.24	95-96
110 (на улице)	Гр 3	35	30.05.24	96

**Подготовительная к школе группа № 7 (6-7лет)**

Перспективное планирование по методическому пособию:

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. – 112 с.

№ П/П	Группа	№ занятия	Дата	Страница
<b>Сентябрь</b>				
1	Гр 7	1	04.09.23	9-10
2	Гр 7	2	07.09.23	
3 (на улице)	Гр 7	3	06.09.23	11
4	Гр 7	4	11.09.23	11-13
5	Гр 7	5	14.09.23	
6 (на улице)	Гр 7	6	13.09.23	14
7	Гр 7	7	18.09.23	15-16
8	Гр 7	8	21.09.23	
9 (на улице)	Гр 7	9	20.09.23	16
10	Гр 7	10	25.09.23	16-18
11	Гр 7	11	28.09.23	
12 (на улице)	Гр 7	12	27.09.23	18
<b>Октябрь</b>				
13	Гр 7	13	02.10.23	20-22
14	Гр 7	14	05.10.23	
15 (на улице)	Гр 7	15	04.10.23	22-23
16	Гр 7	16	09.10.23	22-24
17	Гр 7	17	12.10.23	
18 (на улице)	Гр 7	18	11.10.23	24
19	Гр 7	19	16.10.23	24-26
20	Гр 7	20	19.10.23	
21 (на улице)	Гр 7	21	18.10.23	26-27
22	Гр 7	22	23.10.23	27-28
23	Гр 7	23	26.10.23	
24 (на улице)	Гр 7	24	25.10.23	28
<b>Ноябрь</b>				
25	Гр 7	25	30.10.23	29-32
26	Гр 7	26	02.11.23	
27 (на улице)	Гр 7	27	01.11.23	32
28	Гр 7	28	09.11.23	32-34
29	Гр 7	29	13.11.23	
30 (на улице)	Гр 7	30	08.11.23	34
31	Гр 7	31	16.11.23	34-36
32	Гр 7	32	20.11.23	
33	Гр 7	33	15.11.23	36-37

(на улице)				
34	Гр 7	34	23.11.23	37-39
35	Гр 7	35	27.11.23	
36	Гр 7	36	22.11.23	39
(на улице)				
<b>Декабрь</b>				
37	Гр 7	1	30.11.23	40-41
38	Гр 7	2	04.12.23	
39	Гр 7	3	29.11.23	41-42
(на улице)				
40	Гр 7	4	07.12.23	42-43
41	Гр 7	5	11.12.23	
42	Гр 7	6	06.12.23	43-44
(на улице)				
43	Гр 7	7	14.12.23	45-46
44	Гр 7	8	18.12.23	
45	Гр 7	9	13.12.23	46-47
(на улице)				
46	Гр 7	10	21.12.23	47-48
47	Гр 7	11	25.12.23	
48	Гр 7	12	20.12.23	48-49
(на улице)				
<b>Январь</b>				
49	Гр 7	13	28.12.23	49-51
50	Гр 7	14	11.01.24	
51	Гр 7	15	27.12.23	51-52
(на улице)				
52	Гр 7	16	15.01.24	52-54
53	Гр 7	17	18.01.24	
54	Гр 7	18	10.01.24	54
(на улице)				
55	Гр 7	19	22.01.24	54-56
56	Гр 7	20	25.01.24	
57	Гр 7	21	17.01.24	56
(на улице)				
58	Гр 7	22	29.01.24	57-58
59	Гр 7	23	01.02.24	
60	Гр 7	24	24.01.24	58
(на улице)				
<b>Февраль</b>				
61	Гр 7	25	05.02.24	59-60
62	Гр 7	26	08.02.24	
63	Гр 7	27	31.01.24	60-61
(на улице)				
64	Гр 7	28	12.02.24	61-62
65	Гр 7	29	15.02.24	
66	Гр 7	30	07.02.24	62-63
(на улице)				
67	Гр 7	31	19.02.24	63-64
68	Гр 7	32	22.02.24	
69	Гр 7	33	14.02.24	64-65
(на улице)				
70	Гр 7	34	26.02.24	65-66

71	Гр 7	35	29.02.24	
72 (на улице)	Гр 7	36	21.02.24	66
<b>Март</b>				
73	Гр 7	1	04.03.24	72-73
74	Гр 7	2	07.03.24	
75 (на улице)	Гр 7	3	28.02.24	73-74
76	Гр 7	4	11.03.24	74-75
77	Гр 7	5	14.03.24	
78 (на улице)	Гр 7	6	06.03.24	75-76
79	Гр 7	7	18.03.24	76-78
80	Гр 7	8	21.03.24	
81 (на улице)	Гр 7	9	13.03.24	78-79
82	Гр 7	10	25.03.24	79-80
83	Гр 7	11	28.03.24	
84 (на улице)	Гр 7	12	20.03.24	80-81
<b>Апрель</b>				
85	Гр 7	13	01.04.24	81-82
86	Гр 7	14	04.04.24	
87 (на улице)	Гр 7	15	27.04.24	82-83
88	Гр 7	16	08.04.24	83-84
89	Гр 7	17	11.04.24	
90 (на улице)	Гр 7	18	03.04.24	84
91	Гр 7	19	15.04.24	84-86
92	Гр 7	20	18.04.24	
93 (на улице)	Гр 7	21	10.04.24	86-87
94	Гр 7	22	22.04.24	87-88
95	Гр 7	23	25.04.24	
96 (на улице)	Гр 7	24	17.04.24	88
97	Гр 7	25	27.04.24	88-90
98	Гр 7	26	02.05.24	
99 (на улице)	Гр 7	27	24.04.24	90
<b>Май</b>				
100	Гр 7	28	06.05.24	90-91
101	Гр 7	29	13.05.24	
102 (на улице)	Гр 7	30	08.05.24	92
103	Гр 7	31	16.05.24	92-93
104	Гр 7	32	20.05.24	
105 (на улице)	Гр 7	33	15.05.24	93-95
106	Гр 7	34	23.05.24	95-96
107	Гр 7	35	27.05.24	
108	Гр 7	36	22.05.24	96

(на улице)				
109	Гр 7	26	30.05.24	88-900
110 (на улице)	Гр 7	27	29.05.24	90



### Лист изменений и дополнений

№ п/п	Дата	Основание для внесения изменения	Наименование раздела № страницы вносимого изменения	Содержание изменения
1				
2				
3				
4				
5				