

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
«Золотая рыбка»
Смоленского района Смоленской области

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета
протокол №1
от 30.08.2024 года

УТВЕРЖДЕНА
приказом №81-о
от 30.08.2024 года
заведующий МБДОУ
д/с «Золотая рыбка»
Матвеева М.К.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
д/с «Золотая рыбка» Смоленского района Смоленской области
Срок реализации программы:
2024 – 2025 учебный год

Составитель:
инструктор по физической
культуре
Гулянцева Ксения
Алексеевна

с. Печерск, 2024г.

№ п/п	содержание	страница
	Введение	3
1.	Целевой раздел	4
1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Цель и задачи рабочей программы	5
1.3.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	5
1.4.	Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста	6
1.5.	Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»	6
1.6.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	8
2.	Содержательный отдел	9
2.1.	Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста	9
2.1.1.	Задачи физического развития детей 4-5 лет	9
2.1.2.	Задачи физического развития детей 5-6 лет	9
2.1.3.	Задачи физического развития детей 6-7 лет	10
2.2.	Содержание образовательной деятельности, описание форм, способов, методов, средств реализации рабочей программы физического развития дошкольников	11
2.2.1.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 4-5 лет	12
2.2.2.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 5-6 лет	14
2.2.3.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 6-7 лет	16
2.3.	Основные требования по освоению детьми ОО «Физическое развитие»	19
2.4.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы	20
2.4.1.	Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию	20
2.4.2.	Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОУ	21
2.4.3.	Средства реализации РП по физическому развитию дошкольников	21
2.4.4.	Методы реализации РП по физическому развитию дошкольников	21
2.5.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	23
2.6.	Направления поддержки детской инициативы	23
2.7.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников и педагогами в рамках ОО «Физическое развитие»	24
2.8.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	27
3.	Организационный раздел	28
3.1.	Особенности организации РППС	28
3.2.	Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»	30
3.3.	Программы, технологии и методические пособия	30
3.4.	Режим двигательной активности	31
	Перечень методической литературы	32
	Приложения	34

Введение

Содержание образования должно содействовать взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, народами независимо от расовой, национальной, этнической, религиозной и социальной принадлежности, формированию и развитию личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями.

Основополагающими функциями дошкольного уровня образования в соответствии с ФОП являются:

1. Воспитание и развитие ребенка дошкольного возраста как Гражданина Российской Федерации, формирование основ его гражданской и культурной идентичности на доступном его возрасту содержании доступными средствами.
2. Создание единого ядра содержания дошкольного образования, ориентированного на приобщение детей к духовно-нравственным и социокультурным ценностям русского народа, воспитание подрастающего поколения как знающего и уважающего историю и культуру своей семьи, большой и малой Родины.
3. Создание единого федерального образовательного пространства воспитания и обучения детей от рождения до поступления в начальную школу, обеспечивающего ребенку и его родителям (законным представителям), равные, качественные условия ДО, вне зависимости от места и региона проживания. [1, с. 2].

ФГОС ДО и ФОП являются основой для разработки и утверждения ДОО образовательной программы дошкольного образования.

В ФОП ДО определены единые для Российской Федерации базовые объем и содержание ДО, осваиваемые обучающимися в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, и планируемые результаты освоения образовательной программы. Содержание и планируемые результаты разрабатываемых в ДОУ образовательных программ (в том числе и рабочих программ педагогов) должны быть не ниже соответствующих содержания и планируемых результатов Федеральной программы.

Рабочая программа (как и Основная образовательная программа ДОУ) в соответствии с ФГОС ДО и ФОП содержит целевой, содержательный, организационный разделы. Каждый из трех основных разделов включает обязательную часть (которая соответствует Федеральной образовательной программе) и часть, формируемую участниками образовательных отношений, которые дополняют друг друга и прописываются как целостный документ, представляющий образовательную деятельность МБДОУ д/с «Золотая рыбка».

Расшифровка применяемых в тексте обозначений и сокращений

РП – рабочая программа

ИФК – инструктор по физической культуре

ФОП – федеральная образовательная программа

ДО – дошкольное образование

ДОУ – дошкольное образовательное учреждение

РФ – Российская федерация

ФГОС ДО – федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования

ОВД – основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, ползание, ланье, катание, ловля, бросание)

ОРУ – общеразвивающие упражнения

ЗОЖ – здоровый образ жизни

ПИ – подвижные игры

РППС – развивающая предметно-пространственная среда

СанПиН – Санитарные правила и нормы.

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физкультуре определяет содержание образовательной деятельности ДООУ в рамках образовательной области «Физическое развитие» и обеспечивает физическое развитие воспитанников ДООУ в возрасте от 4 до 7-8 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Основу рабочей программы составляют следующие нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155;
3. Санитарные правила нормы СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28);
4. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2;
5. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждённая приказом министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г.;
6. Закон Смоленской области от 31.10.2013г. №122- з «Об образовании в Смоленской области»
7. Постановление Администрации Смоленской области от 31 января 2020 года N 38 Об утверждении региональной программы "Укрепление общественного здоровья" на 2020 - 2024 годы;
8. Приказ Департамента Смоленской области по образованию и науке от 19.06.2019 № 505-ОД (в редакции приказа от 29.04.2020 № 322-ОД);
9. Устав МБДОУ д/с «Золотая рыбка»;
10. Основная образовательная программа МБДОУ д/с «Золотая рыбка».

В РП сформулированы цели, задачи, содержание образовательной деятельности по физическому развитию, предусмотренные для освоения в каждой возрастной группе детей в возрасте от четырех до семи-восьми лет, а также результаты, которые могут быть достигнуты детьми при целенаправленной систематической работе с ними.

РП описывает формы, средства, методы работы с детьми по развитию физических качеств, формированию двигательных навыков, формированию основ ЗОЖ, освоению здоровьесберегающих умений.

РП включает перечень основных движений, ОРУ, музыкально-ритмических упражнений, подвижных игр, спортивных упражнений с учетом индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их потребностей и интересов, возрастных возможностей.

Реализация РП ИФК предполагает интеграцию обучения и воспитания за счёт проведения физкультурных развлечений, праздников, прогулок-походов, дней здоровья, физкультурно-

массовых мероприятий, включения регионального компонента (подвижных игр народов РФ, знакомство с достижениями российских спортсменов, использование музыкального сопровождения народной тематики, и т.д.).

Вариативная часть РП направлена на обогащение двигательного опыта дошкольников, связанного с использованием нестандартного оборудования, современных технологий физического развития и оздоровления дошкольников.

1.2. Цели и задачи реализации рабочей программы

Цель РП: создание системы работы по физическому развитию дошкольников, обеспечивающей разностороннее и гармоничное физическое развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей народов РФ, исторических и национально-культурных традиций.

Цель РП достигается через решение **задач**, обозначенных в ФОП:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья
- обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования [1, стр. 4].

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы

РП ИФК по реализации ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФОП и ФГОС ДО построена на следующих принципах:

Принцип учёта ведущей деятельности

- реализуется в соответствии с ФОП и в контексте всех перечисленных в ФГОС ДО видов детской деятельности, с акцентом на ведущую деятельность для каждого возрастного периода – от непосредственного эмоционального общения со взрослым до предметной (предметно - манипулятивной) и игровой деятельности;

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей

- учитывает возрастные характеристики развития ребенка на разных этапах дошкольного возраста, предусматривает возможность и механизмы разработки индивидуальных траекторий развития и образования детей с особыми возможностями, способностями, потребностями и интересами;

Принцип амплификации детского развития

- рассматривается как направленный процесс обогащения и развертывания содержания видов детской деятельности, а также общения детей со взрослыми и сверстниками, соответствующий возрастным задачам дошкольного возраста;

Принцип единства обучения и воспитания

- как интеграция двух сторон процесса образования, направленная на развитие личности ребенка и обусловленная общим подходом к отбору содержания и организации воспитания и обучения через обогащение содержания и форм детской деятельности;

Принцип преемственности образовательной работы

- реализуется на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования. РП в соответствии с ФОП реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания относительно уровня начального школьного образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организацией и семьей;

Принцип сотрудничества с семьей

- реализация РП в соответствии с ФОП предусматривает оказание психолого-педагогической, методической помощи и поддержки родителям (законным представителям) детей раннего и дошкольного возраста, построение продуктивного взаимодействия с родителями (законными представителями) с целью создания единого/общего пространства развития ребенка;

Принцип здоровьесбережения

- при организации образовательной деятельности не допускается использование педагогических технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью воспитанников, их психоэмоциональному благополучию.

Предусматривает учет региональной специфики и варьирование образовательного процесса в зависимости от региональных особенностей.

1.4. Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возрастов

Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста необходима для правильной организации и осуществления образовательного процесса как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения (группы).

Реализация РП ИФК по физическому развитию детей в возрасте от 4 до 7-8 лет в ДОУ опирается на основные показатели физического развития, развития функциональных систем, моторики, психических функций, коммуникативных навыков, социализацию, приоритетные виды детской деятельности, обозначенные в ФОП [1, стр. 11-18].

1.5. Планируемые результаты реализации ОО «Физическое развитие»

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения образовательной программы в рамках ОО «Физическое развитие» представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют

К четырем годам:

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические движения под музыку;

- ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье [1, стр. 21-22].

К пяти годам:

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;
- ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации [1, стр. 22].

К шести годам:

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;
- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;
- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;
- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей [1, стр. 23-24];

К концу дошкольного возраста:

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;
- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

- владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям [1, стр. 25].

1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика в ДОУ – это особый вид профессиональной деятельности, позволяющий выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности [1, стр. 27].

Ее функция заключается в обеспечении эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

Направления и цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО.

Педагогическая диагностика не является обязательной процедурой, вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им образовательной программы, формах организации и методах решается непосредственно ДОУ.

Педагогическая диагностика физического развития воспитанников МБДОУ д/с «Золотая рыбка» проводится ИФК, воспитателями на основе наблюдения, специальных диагностических ситуаций. Результаты наблюдения могут быть дополнены беседами с детьми в свободной форме, что позволяет выявить причины поступков, наличие интереса к определенному виду деятельности, уточнить знания о предметах и явлениях окружающей действительности и другое.

Периодичность проведения педагогической диагностики: 2 раза в год.

Стартовая – на этапе поступления ребёнка в дошкольную группу.

Финальная – на завершающем этапе освоения программы определённой возрастной группы

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в образовательной области «Физическое развитие»	Наблюдение	2 раза в год	1-2 недели в каждой группе	Сентябрь (стартовая) Май (финальная)

Фиксация данных наблюдения позволяет 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.

Количественные результаты проведения диагностики физического развития ребёнка фиксируются в протоколах тестирования. Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых выстраивается взаимодействие с детьми с учетом индивидуальных особенностей, организуется РППС, целенаправленно проектируется (корректируется) физкультурно-оздоровительная работа.

Для проведения диагностики физического развития используются следующие методические рекомендации:

Направления развития	Диагностические методики
Физическое развитие	Ноткина Н., Казьмина Л. и др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста» «Общероссийская система мониторинга, 2001» из книги Тарасовой Т. А. «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ»

2. Содержательный отдел

Содержание работы по физическому развитию дошкольников реализуется инструктором по физкультуре, педагогами ДОО в соответствии с ФОП, ФГОС ДО, образовательной программой ДОУ, методикой физического развития детей дошкольного возраста.

Содержание ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО и ФОП предусматривает решение ряда специфических задач:

2.1 Задачи физического развития детей младшего и дошкольного возраста:

2.1.1. Задачи физического развития детей 4-5 лет

- обогащать двигательный опыт ребенка, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, обучая техничному выполнению разнообразных физических упражнений, музыкально-ритмических движений в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать учить быстро и самостоятельно ориентироваться в пространстве, выполнять движения скоординировано, согласованно;
- продолжать формировать психофизические качества, координацию движений, равновесие, меткость;
- воспитывать волевые качества, произвольность, стремление соблюдать правила в ПИ, проявлять творчество и самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- воспитывать интерес и положительное отношение к физическим упражнениям, разным формам двигательной деятельности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, способствовать правильному формированию опорно-двигательного аппарата, осанки, укреплению иммунитета средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье;
- воспитывать полезные привычки, осознанное отношение к здоровью.

2.1.2. Задачи физического развития детей 5-6 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения технично, осознанно, активно, точно, дифференцируя мышечные усилия, выполнять физические и музыкально-ритмические упражнения;
- способствовать освоению элементов спортивных игр, спортивных упражнений, элементарных туристских навыков;

- продолжать развивать психофизические качества, координацию, равновесие, меткость, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений;
- учить соблюдать правила в ПИ, взаимодействовать в команде, согласовывать действия свои и других детей, ориентироваться в пространстве;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх и упражнениях;
- формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах, влияющих на здоровье, туризме как форме активного отдыха;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, учить осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

2.1.3. Задачи физического развития детей 6-7 лет

- продолжать обогащать двигательный опыт, совершенствовать двигательные умения и навыки в разных формах двигательной деятельности;
- продолжать осваивать элементы спортивных игр и упражнений, туристские навыки;
- развивать психофизические качества, самоконтроль, самостоятельность, творчество при выполнении движений, ориентировку в пространстве;
- воспитывать стремление соблюдать правила в подвижной игре, учить самостоятельно их организовывать и проводить, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства, нравственно-волевые качества гражданскую идентичность в двигательной деятельности;
- формировать осознанную потребность в двигательной активности;
- сохранять и укреплять здоровье ребенка средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления;
- формировать представление о туризме, как форме активного отдыха, физкультуре и спорте, спортивных достижениях;
- продолжать учить осознанно выполнять правила 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.

Для решения поставленных задач в каждой возрастной группе используются следующие

формы организации физкультурно-оздоровительной деятельности:

Форма	Содержание
Образовательная деятельность с детьми	Физкультурные занятия: - в музыкально-спортивном зале, группах - на воздухе Типы занятий: - учебно-тренировочное - сюжетное

	- игровое - тренировочное - комплексное - физкультурно-познавательное - тематическое - нетрадиционное - контрольное
Физкультурно- оздоровительные мероприятия в режиме дня	Гимнастика: - утренняя, -гигиеническая (в сочетании с закаливающими процедурами) - ритмическая - корригирующая - пальчиковая - дыхательная
	Подвижные и спортивные игры, физические упражнения на прогулке
	Физкультминутки
Активный отдых	Спортивные праздники Физкультурные досуги День здоровья Туристские прогулки и походы Динамический час
Самостоятельная деятельность детей	Подвижные игры Самостоятельная двигательная деятельность в Центре двигательной активности (спортивном уголке)
Образовательная деятельность с детьми в рамках кружковой работы	Кружки спортивной, оздоровительной направленности
Индивидуальная и коррекционная работа с детьми	Подвижные, спортивные игры и физические упражнения в помещении, на прогулке
Сотрудничество с родителями и педагогами	Физкультурные и музыкальные занятия Спортивные праздники Физкультурные досуги День здоровья Квесты Туристские прогулки Консультации Беседы Анкетирование Презентации Круглый стол

2.2 Содержание образовательной деятельности

РП направлена на:

- обеспечение гармоничного физического развития, приобретение опыта в различных видах двигательной деятельности, развитие психофизических качеств, формирование навыков правильной осанки, развитие координационных способностей, равновесия, мелкой моторики;
- формирование начальных представлений о видах спорта, достижениях российских спортсменов, овладение подвижными играми, играми с правилами, элементами спортивных игр и упражнений;

- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, формирование ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, формирование знаний о различных видах активного отдыха.

Рабочая программа построена в соответствии с ФОП и ФГОС ДО на интегративном подходе сочетания образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой образовательных областей. Это способствует тому, что основные задачи содержания ОО «Физическое развитие» решаются как самостоятельно, так и в ходе реализации других ОО («Социально - коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно – эстетическое развитие»).

Образовательная область	«Физическое развитие»
«Социально-коммуникативное развитие»	Приобщение к ценностям физической культуры; формирование представлений о себе, собственных двигательных возможностях; приобщение к нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной ДА. Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни, соблюдение норм и правил поведения.
«Познавательное развитие»	Формирование целостной картины мира, расширение представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека. Усвоение ребенком предметных действий и овладение операциональным составом различных видов детской деятельности. Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности, здоровья.
«Речевое развитие»	Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части необходимости двигательной активности; игровое общение.
«Художественно-эстетическое развитие»	Становление эстетического отношения к физическим упражнениям (восприятие красоты движения, грациозности). Развитие музыкально-ритмической деятельности на основе физических качеств и основных движений детей.

2.2.1. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 4 до 5 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 127-129].

ОРУ:

- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём [1, стр. 128]

Строевые упражнения:

- построение в колонну по одному, по два, врассыпную;
- построение по росту;

- размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без;
- перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении;
- перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам;
- повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте [1, стр. 129].

Ритмическая гимнастика:

- ходьба под ритм, музыку в разном темпе на полупальцах, топающим шагом, вперед и назад (спиной), приставным шагом прямо и боком, галопом в сторону, согласовывая с началом окончания музыки;
- ходьба по кругу за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении, прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под ритм и музыку;
- выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмично хлопать в ладоши;
- комбинации из двух освоенных движений.

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения
- несюжетные игры
- игры на развитие ориентировки в пространстве
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации
- народные игры
- малоподвижные игры [1, стр. 128].

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

- подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

Активный отдых:

- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОУ;
- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы;
- участие в физкультурных праздниках 2 раза в год в качестве зрителей [1, стр. 130].

Целевые ориентиры к концу 5-го года жизни:

- ребенок осваивает разнообразные физические и музыкально-ритмические упражнения, проявляет двигательную активность и психофизические качества, демонстрирует координацию движений, развитие глазомера, ориентировку в пространстве ориентирами и без, стремиться сохранять правильную осанку;
- проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, с желанием выполняет упражнения основной гимнастики, участвует в подвижных играх и досуговой деятельности;
- проявляет настойчивость и упорство для достижения результата, стремится к победе, соблюдает правила в подвижных играх, переносит освоенные упражнения в самостоятельную двигательную деятельность;

- знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности;
- знает об отдельных факторах, положительно влияющих на здоровье, имеет сформированные полезные привычки [1, стр. 130].

2.2.2. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 5 до 6 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 131-132].

ОРУ:

- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём [1, стр. 131-132].

Строевые упражнения:

- построение в колонну по одному, в шеренгу, круг и два круга (по ориентирам и без), по диагонали, в два и три звена;
- перестроение из одной колонны в две, в шеренгу по два, равняясь по ориентирам и без;
- повороты направо, налево, кругом;
- размыкание и смыкание.

Ритмическая гимнастика:

- ходьба и бег под музыку в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе;
- ходьба на высоких полупальцах, на носках, на пятках, 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, кружения по одному и в парах. [1, стр. 132].

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения;
- несюжетные игры;
- игры на развитие ориентировки в пространстве;
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации;
- народные игры;
- малоподвижные игры [1, стр. 132-133].

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

- по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки;

Катание на двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью;
- с поворотами направо и налево, соблюдая правила, не наталкиваясь.

Спортивные игры:

Городки:

- бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м).

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; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

Активный отдых:

- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОУ;
- физкультурные праздники 2 раза в год, в соответствии с КТП ДОУ;
- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы;
- туристские прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 2 км (в оба конца) в теплый период года, и до 1 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 1,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20 минут).

Целевые ориентиры к концу 6-го года жизни:

- ребенок выполняет физические упражнения в соответствии с возрастными возможностями, достаточно технично, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно;
- проявляет в двигательной деятельности сформированные в соответствии с возрастом психофизические качества;
- способен проявить творчество, составляя несложные комбинации из знакомых общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений, основных движений и продемонстрировать их, придумать движения в подвижной игре и организовать ее;
- стремится осуществлять самоконтроль и дает оценку двигательным действиям других детей и своим, свободно ориентируется в пространстве, овладевает некоторыми туристскими умениями;
- проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам и экскурсиям;
- умеет взаимодействовать в команде, проявляет инициативу, самостоятельность, находчивость, взаимопомощь, стремится к личной и командной победе, демонстрирует нравственно-волевые качества, ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- знает способы укрепления здоровья и факторы, положительно влияющие на него, имеет представление о правилах гигиены, понимает необходимость сохранения и укрепления здоровья, может оказать посильную помощь больным близким, стремиться заботиться о своем здоровье и здоровье других людей;

- имеет представления о некоторых видах спорта, спортивных достижениях, туризме, как форме активного отдыха, знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности, стремиться их соблюдать [1, стр. 134-135].

2.2.3. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 6 до 7 лет:

Основная гимнастика (строевые упражнения, основные движения, ОРУ):

ОВД:

- ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии [1, стр. 136-137];

ОРУ:

- в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с паузами и поточно, под счет, музыку и др. [1, стр. 137];

Строевые упражнения:

- самостоятельные построения в колонну по одному, в круг, шеренгу;
- перестроение в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3);
- расчет на первый-второй и перестроение из одной шеренги в две;
- равнение в колонне, шеренге, кругу;
- размыкание и смыкание приставным шагом;
- повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика:

- отдельные комплексы из 6–8 упражнений под музыку;
- танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками;
- поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке;
- ритмичная ходьба с носка, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад, в сторону;
- кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону, на носок и на пятку, в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук вверх, в сторону в такт и ритм музыки [1, стр. 137].

Подвижные игры:

- сюжетные игры, имитационные упражнения
- несюжетные игры
- игры на развитие ориентировки в пространстве
- игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации
- народные игры
- малоподвижные игры

Спортивные упражнения:

Катание на санках:

- игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате:

- по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

Спортивные игры

Городки:

- бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение.
- построение 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

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 т. п.) 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 мяча «змейкой» между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота;
- играть по упрощенным правилам.

Элементы хоккея (без коньков — на снегу, на траве):

- ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы;
- прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой;
- ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними;
- забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева);
- попадание шайбой в ворота, ударять 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.

Активный отдых:

- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, в соответствии с КТП ДОУ;
- физкультурные праздники 2 раза в год, в соответствии с КТП ДОУ;
- дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы;
- туристские прогулки и экскурсии на расстояние от 1 до 3 км (в оба конца) в теплый период года, и от 1 до 2 км в холодный период (продолжительность пешего похода от 1 до 2,5 ч с остановкой от 10 до 15 минут, время непрерывного движения 20-30 минут) [1,139].

Целевые ориентиры к концу 7-го года жизни:

- ребенок результативно, уверенно, технически точно, выразительно с достаточной амплитудой и усилием выполняет физические упражнения, музыкально-ритмические упражнения и их комбинации с пособиями и без, осваивает элементы спортивных игр по возрасту, проявляет психофизические качества, меткость, глазомер, сохраняет равновесие, правильную осанку, свободно ориентируется в пространстве без ориентиров;
- осуществляет самоконтроль, может дать оценку выполнения упражнений другими детьми;
- проявляет двигательное творчество, может придумать комбинации движений в общеразвивающих упражнениях и подвижных играх, с удовольствием импровизирует;
- активно и с желанием участвует в подвижных играх и эстафетах, проявляет инициативу, может их самостоятельно организовать и провести со сверстниками и младшими детьми;
- проявляет инициативу, находчивость, морально-нравственные и волевые качества (смелость, честность, взаимовыручка, целеустремленность, упорство и др.), оказывает помощь товарищам, стремится к личной и командной победе, демонстрирует ответственность перед командой, преодолевает трудности;
- осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;
- имеет начальные представления о правилах здорового образа жизни, мерах укрепления здоровья и профилактики, организме человека, владеет навыками личной гигиены, может определить и описать свое самочувствие, знает, как поддержать, укрепить и сохранить здоровье;
- имеет представление о некоторых видах спорта и спортивных достижениях, соблюдает правила безопасного поведения в двигательной деятельности и во время пеших туристских прогулок и экскурсий,
- стремится оказать помощь и поддержку больным людям, заботливо относится к своему здоровью и здоровью окружающих.

Содержание образовательной деятельности в рамках ОО «Физическое развитие» реализуется в соответствии с ФОП, с опорой на УМК к программе «От рождения до школы», планированием физкультурно-оздоровительной деятельности (см. **Приложения**)

Для обучения спортивным играм и упражнениям, музыкально-ритмическим движениям, освоения навыков туристических походов, используются следующие методические пособия:

1. Адашкявичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва «Просвещение» 1992 г.
2. Борисова М.М, Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017
3. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
4. Белая К. Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).
5. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004.
6. Гришин В. Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
7. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт», 2022 г.
8. Козак О.Н., «Зимние игры для больших и маленьких», Санкт-Петербург «Союз» 1999 г.

9. Касицина М. А., Бородина М. Г. Коррекционная ритмика: технология работы с детьми старшего дошкольного возраста.
10. Стеркина Р.Б., Князева О.Л, Авдеева. Н.Н. «Основы безопасности детей дошкольного возраста»
11. Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.
12. Саулина Т. Ф. Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения (3-7 лет).
13. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет).
14. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет).
15. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет).
16. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.

2.3. Основные требования по освоению детьми ОО «Физическое развитие»

При реализации РП по физическому развитию в образовательной деятельности, в режимных моментах, при организации активного отдыха, туристических походах и прогулках педагоги ДОУ особое внимание уделяют следующим аспектам:

Средняя группа

- формированию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качеств;
- обучению точно принимать исходные положения, поддержанию стремления соблюдать технику выполнения упражнений, правил в подвижных играх;
- умению слушать и слышать указания педагога, ориентироваться на словесную инструкцию и зрительно-слуховые ориентиры;
- развитию умения использовать движения в самостоятельной двигательной деятельности, импровизировать, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками, проявлять целеустремленность и упорство в достижении цели;
- овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формированию представлений о правилах поведения в двигательной деятельности, закреплению полезных привычек, способствующих укреплению и сохранению здоровья.

Старшая группа

- развитию и совершенствованию двигательных умений и навыков, психофизических качеств и способностей, обогащению двигательного опыта детей разнообразными физическими и музыкально-ритмическими упражнениями;
- поддержке детской инициативы, формированию стремления творчески использовать упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;
- закреплению умения самостоятельно точно, технично выразительно выполнять упражнения под счет, ритм, музыку, по показу и по словесной инструкции, осуществлять самоконтроль и самооценку выполнения упражнений;
- обучению подвижным играм, элементам спортивных игр, играм-эстафетам;
- поощрению стремления выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил, преодолевать препятствия, проявлять нравственно-волевые качества, поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками;

- расширению и закреплению представлений о здоровье, ЗОЖ, формированию элементарных представлений (на доступном уровне) об организме человека, о разных формах активного отдыха, включая туризм, формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности;
- организует для детей и родителей туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

Подготовительная группа

- закреплению и совершенствованию двигательных умений и навыков, развитию психофизических качества и способностей;
- созданию условий для дальнейшего закрепления и совершенствования навыков выполнения ОВД и их комбинаций, ОРУ, спортивных упражнений, освоению элементов спортивных игр, игр-эстафет, музыкально-ритмических упражнений;
- обучению выполнять упражнения под счет, ритмично, в соответствии с разнообразным характером музыки, а также технично, точно, выразительно выполнять движения.
- обучению детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и оценку выполнения упражнений;
- поддержанию стремления творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности, организовывать и придумывать подвижные игры, ОРУ, комбинировать движения, импровизировать;
- приобщение детей к ЗОЖ: расширение и уточнение представлений о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, мерах профилактики болезней, поддержание интереса к физической культуре, спорту, активному отдыху, воспитание полезных привычек, осознанного, заботливого, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

2.4. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации РП

Формы, способы, методы и средства реализации РП по физическому развитию дошкольников определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их образовательных потребностей и интересов.

2.4.1. Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию

В соответствии с ФГОС ДО, ФОП основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО:

- образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных процессов;
- самостоятельная деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации РП по физическому развитию [1, стр. 148-151]

2.4.2. Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО

Согласно пункту 2.10 СанПиН при организации ОД по физическому развитию в ДОО соблюдаются следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО.
- физкультурные, физкультурно-оздоровительные, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Проведение спортивных соревнований туристических походов, занятий в плавательных бассейнах обеспечиваются присутствием медицинского работника. Проведение туристических походов с выходом за территорию ДОУ оформляются приказом заведующего ДОУ, в соответствии с нормативными актами, разработанными в ДОУ.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

2.4.3. Средства реализации РП по физическому развитию дошкольников

При реализации РП для развития двигательной деятельности используются следующие средства:

- спортивное оборудование,
- спортивный инвентарь,
- демонстрационный и раздаточный материал,
- образно-символический материал,
- технические средства обучения,
- оздоровительное,
- нестандартное оборудование,
- оборудование для спортивных игр и упражнений.

2.4.4. Методы реализации РП по физическому развитию дошкольников

При организации обучения двигательным навыкам, развития психофизических качеств и формирования основ ЗОЖ традиционные методы (словесные, наглядные, практические) дополнены методами, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

Наглядные методы:

- способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способности к сенсорике;
- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь педагога).

Вербальные методы (словесные):

- направлены на активизацию сознания ребенка, формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их

содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных случаях;

- название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т. д. активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствуя созданию более точных зрительных представлений о движении.

Практические методы:

- призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений;

- применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков и умений.

- закрепления двигательных навыков и развитие физических качеств в изменяющихся условиях.

- при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.). Соревновательный метод повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях.

информационно-рецептивный метод:

- предъявление информации, организация действий ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагогов или детей, чтение);

репродуктивный метод:

- создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца воспитателя, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель);

метод проблемного изложения:

- постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений;

эвристический метод (частично-поисковый):

- проблемная задача делится на части – проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях);

исследовательский метод:

- составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование). [1, стр. 142]

Выбор форм, методов, средств реализации РП по физическому развитию воспитанников основан на адекватных образовательным потребностям предпочтениях детей. Их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает вариативность средств реализации РП.

2.5. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Образовательная деятельность в ДОО включает:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности (предметной, игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, двигательной);
- досуговые мероприятия;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы ДОО.

Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность детей, педагога и детей, самостоятельная детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, педагог может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности [1, стр. 148-151].

Согласно требованиям СанПиН, в режиме дня ДОО предусмотрено время для проведения занятий, подвижных игр и самостоятельной деятельности, досуговых мероприятий.

2.6. Направления поддержки детской инициативы

Для поддержки детской инициативы педагог поощряет самостоятельную деятельность и инициативность на физкультурных занятиях, свободную самостоятельную деятельность детей, основанную на детских интересах и предпочтениях. Появление возможности у ребенка, играть, фантазировать, танцевать, ориентируясь на собственные интересы, позволяет обеспечить такие важные составляющие эмоционального благополучия ребенка ДОО как уверенность в себе, чувство защищенности, комфорта, положительного самоощущения.

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

Деятельность ребенка в ДОО может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например:

- самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений;
- игры - импровизации и музыкально-ритмические игры;
- самостоятельная деятельность в Центре двигательной активности (спортивном уголке).

Направления поддержки детской инициативы

Образовательная область	Направления поддержки детской инициативы
Физическое развитие	- Создание условий для свободного выбора детьми двигательной деятельности участников совместной деятельности. - Недерективная помощь детям, поддержка детской инициативы и самостоятельности в разных видах двигательной деятельности - Создание ситуации успеха.

Речевое развитие	- Создание речевой ситуации; - Создание успеха; - Поощрения; - Участие в речевых играх; - Конкурсы; - Создание предметно – развивающей среды.
Социально-коммуникативное развитие Познавательное развитие Художественно-эстетическое развитие	- Уважительное отношение к ребёнку; - Создание условий для свободного выбора детьми деятельности, материалов; - Создание условий для принятия детьми решений, выражение своих чувств и мыслей; - Поддержка самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной); - Словесное поощрение; - Стимулирование детской деятельности; - Повышение самооценки.

2.7. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников и педагогами в рамках ОО «Физическое развитие»

Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность физического развития детей, является взаимодействие всех участников образовательного процесса – администрации ДОУ, инструктора по физической культуре, воспитателей, музыкального руководителя, логопеда, родителей. Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников ДОУ является «установление доверительного делового контакта» между семьёй и ДОУ. Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьёй, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями [1, стр. 154-155].

В соответствии с ФОП в ДОУ организована система профессиональной поддержки и помощи родителям (законным представителям) в воспитании и обучении детей, охране и укрепления их здоровья, состоящая из консультативных, просветительских, обучающих, досуговых направлений работы педагогов ДОУ.

Образовательная область «Физическое развитие»		
Взаимодействие администрацией ДОУ	с	Заведующий детским садом и заместитель заведующего по УВР обеспечивают организацию образовательного процесса в ДОО, повышение профессиональной компетенции специалистов, а также организуют взаимодействие с семьями воспитанников и различными социальными партнёрами.
Взаимодействие медицинским персоналом	с	В начале учебного года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются карты здоровья, физического развития детей.
Взаимодействие воспитателями	с	ИФК оказывает консультативную помощь воспитателям по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО «Физическое развитие», работу с родителями по данному направлению.

		В образовательной деятельности ИФК проводит занятие, воспитатель следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, оказывает помощь детям при выполнении упражнений, страховку.
Взаимодействие музыкальным руководителем	с	Музыка является одним из средств физического воспитания. Она положительно воздействует на эмоции детей, создает хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике, способствует развитию внимания, чувства ритма. Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыкальный материал для использования на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, досугах и развлечениях, праздниках. На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разученные на музыкальных занятиях.
Взаимодействие логопедом	с	Некоторые дети дошкольного возраста нуждаются в коррекционной помощи, поэтому необходимо сотрудничество с логопедом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, и другими расстройствами. В физкультурные занятия и развлечения включают пальчиковые игры и логоритмические упражнения. Так же игры на развитие умения сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов, на развитие навыков коммуникации.
Взаимодействие с младшим воспитателем		Способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований при организации работы по физическому развитию дошкольников.

Направления физкультурно-оздоровительной работы

Направление работы	Содержание работы
Система мониторинга (диагностика)	- комплекс диагностических мероприятий, помогающий определить исходные показатели физического здоровья, подготовленности (в т.ч. уровня представлений, знаний). Мониторинг освоения программы осуществляется в начале (сентябрь) и конце (май) учебного года. Проводится в форме наблюдения, тестирования, беседы. Результаты отображаются в протоколах тестирования (см. Приложение 1)
Система закаливания	- проветривание помещений - прогулки на свежем воздухе - соблюдение режима, структуры и длительности прогулки - гигиенические и водные процедуры - хождение босиком - гигиеническое мытьё ног - рациональная одежда детей на прогулках (в т.ч. занятиях на

	свежем воздухе), в помещении - комплекс контрастных закаливающих процедур на «Тропе здоровья» (в теплое время года)
Укрепление здоровья детей средствами физической культуры /Использование здоровьесберегающих технологий	- различные формы физкультурных занятий, физкультурные досуги, спортивные праздники - подвижные и спортивные игры - индивидуальная работа по развитию движений - недели здоровья - Гимнастика: - утренняя - гигиеническая (в сочетании с закаливающими процедурами) - ритмическая - корригирующая - пальчиковая - логоритмика - самомассаж - артикуляционная гимнастика - музыкотерапия - релаксационные упражнения
Медико-педагогический контроль	- проверка санитарно – гигиенического состояния физкультурного оборудования и музыкально-спортивного зала - мониторинг состояния здоровья детей - рациональное питание - профилактические прививки
Создание условий для физкультурно-оздоровительной работы	- оптимальное распределение основных видов движений при планировании физкультурных занятий (см. Приложение 2) - разработка конспектов физкультурных занятий и досуговых мероприятий - планирование различных форм физкультурно-оздоровительной работы - обогащение развивающей предметно-пространственной среды (см. Приложение 3)
Организация активного отдыха и самостоятельной двигательной деятельности детей	- проведение физкультурных досугов и праздников (см. Приложение 4) - подвижные и спортивные игры в помещении и на улице с учетом сезона - самостоятельная деятельность в Центре двигательной активности (спортивном уголке) - динамические паузы
Индивидуальная и коррекционная работа с детьми (в т.ч. с ОВЗ/ограниченными возможностями здоровья)	- разработка плана индивидуальной работы с детьми (см. Приложение 5) - создание образовательного маршрута для детей с ОВЗ (см. Приложение 6) - оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) детей с особыми образовательными потребностями по вопросам развития
Взаимодействие с семьей и педагогами	- составление перспективного плана взаимодействия с семьей и педагогами (см. Приложение 7) - родительские собрания и педагогические советы (освещение вопросов физического воспитания и оздоровления детей на педагогических советах и родительских собраниях) - участие родителей и педагогов в физкультурно- массовых

	мероприятиях детского сада - индивидуальные беседы и консультации - анкетирование - оформление папок-передвижек - оформление информационного стенда - привлечение родителей к посильному участию в совместном формировании развивающей предметно – пространственной среды
Работа по охране жизни и здоровья детей	-график проведения занятий по физической культуре (см. Приложение 8) -щадящий режим - организация микроклимата в жизни группы - профилактические, оздоровительные и образовательные мероприятия - создание оптимальных условий для двигательной деятельности - соблюдение ТБ и санитарно – гигиенических требований и норм при подготовке, проведении занятий, досуговых мероприятий - инструктаж

2.8. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы

Коррекционно-развивающая работа и\или инклюзивное образование в ДОУ 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 образовательной 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 ДОУ осуществляют логопеды, другие педагоги (воспитатели, инструктор по физкультуре, и т.д.) [1, стр. 143-148].

Специалисты сопровождения	Области сопровождения
Учитель-логопед	Логопедическая диагностика, коррекция речевых нарушений, разработка рекомендаций другим специалистам по использованию приемов в работе с ребенком; педагогическая диагностика, разработка и уточнение индивидуальных образовательных маршрутов, обеспечение индивидуальных, подгрупповых и групповых занятий с детьми по коррекции речи.
Воспитатель	Определение уровня развития разных видов деятельности ребенка, коммуникативной активности и культуры, уровня сформированности целенаправленной деятельности, навыков самообслуживания согласно возрастному этапу, реализация рекомендаций психолога, учителя-логопеда, учителя-дефектолога (организация режима развивающих и коррекционных игр).
Инструктор по физической культуре	Реализация используемых программ физического воспитания, программ дополнительного образования с элементами здоровьесберегающей терапии.

Музыкальный руководитель	Реализация используемых программ музыкального воспитания, программ дополнительного образования с элементами музыкальной, театральной, креативной терапии с учетом рекомендаций учителя-логопеда, педагога-психолога и обязательным представлением для психологического анализа продуктов детского творчества как проективного материала
Медицинская сестра	Организация медицинской диагностики. Организация и контроль антропометрии, проведение физиотерапевтических процедур. Обеспечение повседневного санитарно-гигиенического режима, ежедневный контроль за психическим и соматическим состоянием воспитанников. Контроль и анализ выполнения натуральных норм продуктов. Контроль за качеством поступающих продуктов.
Зам.заведующего по ВМР	Перспективное планирование деятельности сопровождения, координация деятельности и взаимодействия специалистов, контроль за организацией работы специалистов.

Для коррекционной работы с детьми с ОВЗ, осваивающими основную программу совместно с другими детьми, в группе создаются специальные условия в соответствии с перечнем и планом реализации индивидуально ориентированных коррекционных мероприятий. Для них разработаны индивидуальные маршруты развития.

Коррекционно-развивающая работа с дошкольниками предполагает чёткую организацию пребывания детей в ДОО, правильное распределение нагрузки в течение дня, координацию и преемственность в работе узких специалистов и воспитателя. Тесная взаимосвязь специалистов в нашем детском саду прослеживается при совместном планировании работы, при правильном и чётком распределении задач каждого участника коррекционно-образовательного процесса, при осуществлении преемственности в работе и соблюдении единства требований, предъявляемых детям.

В соответствии с планом коррекционных мероприятий с ребенком проводятся:

- инструктором по физической культуре, музыкальным руководителем индивидуальная работа в ходе ОД с группой;
- воспитателями группы индивидуальные занятия и игры (ежедневно);
- учителем – логопедом индивидуальные занятия (по результатам обследования).

3. Организационный раздел

3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

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

Развивающая РППС представляет собой единство специально организованного пространства как внешнего (территория ДОО), 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 ДОО создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития [1, стр. 155-156].

РППС ДОО создано как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании РППС ДОО учтены:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится ДОО;
- 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 ДОО, участников сетевого взаимодействия и т.п.).

Для эффективной работы по физическому развитию в ДОУ созданы необходимые *условия*:

- *имеется музыкально-спортивный зал*, оборудованный необходимым инвентарем: гимнастические скамейки, спортивные маты, мягкие модули, наклонные и ребристые доски, лестницы для перешагивания и развития равновесия, массажные коврики для профилактики плоскостопия, массажеры для стоп, мишени, мячи разного диаметра, обручи, скакалки, мешочки с песком, кегли, канаты, фитболы, мячи су-джок, гимнастические палки, ленты, ракетки и воланы для бадминтона, клюшки и шайбы, дидактический наглядный материал;
- *спортивная площадка для занятий на воздухе* оснащена необходимым инвентарем и оборудованием: «ямой» для прыжков, «полосой препятствий» для развития выносливости, гимнастической стенкой и *«тропой здоровья»*, активно используемой в летне-оздоровительный период;
- *центры двигательной активности (спортивные уголки)*, массажные коврики и дорожки в каждом групповом помещении.

Развивающая предметно-пространственная среда музыкально-спортивного зала ДОУ, спортивной площадки и центров активности (спортивных уголков) по содержанию соответствует реализуемой программе, по насыщенности и разнообразию обеспечивает занятость каждого ребенка, стимулирует физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждает к подвижным играм, обеспечивает возможность совместной деятельности детей и взрослых.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) является трансформируемым (меняется в зависимости от игры и предоставляет достаточно места для двигательной активности). С помощью оборудования и пособий обеспечивается правильное выполнение разнообразных комплексов физических упражнений (общеразвивающих, упражнений в основных видах движений), а также целенаправленное формирование различных физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, скоростных и скоростно-силовых качеств). Подбор оборудования и материалов определяется задачами как физического, так и всестороннего воспитания детей. Одним из важных требований к отбору оборудования является обеспечение безопасности детей при его использовании. Обеспечение страховки, предотвращение травматизма у детей во время занятий по физической культуре осуществляется с помощью креплений и гимнастических матов. Материалы, из которых изготовлено оборудование, отвечают гигиеническим требованиям, являются прочными. Разнообразие фактуры, цвета физкультурного оборудования способствует воспитанию художественного вкуса у детей. Для эффективного проведения различных форм физкультурно-оздоровительной работы используется музыкальный центр (диски, USB) и мультимедийное оборудование. Музыкальный и видео материал периодически обновляется, что способствует стимулированию физической, творческой, интеллектуальной активности детей. Все это позволяет организовывать работу по сохранению и укреплению здоровья детей, созданию положительного психологического климата в детских коллективах, а также по всестороннему развитию каждого ребенка.

3.2. Материально-техническое обеспечение РП по реализации ОО «Физическое развитие»

Для реализации образовательной программы в ДОО в соответствии с ФОП созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

- возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы по физическому развитию;
- выполнение ДОО требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов для обеспечения безопасного нахождения воспитанников на территории ДОО, в групповых и других помещениях, необходимых для образовательной деятельности, проведения режимных моментов, сна и отдыха;
- выполнение ДОО требований пожарной безопасности и электробезопасности;
- выполнение ДОО требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО;
- возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе детей- инвалидов к объектам инфраструктуры ДОО [1, стр. 156-158].

При проведении закупок спортивного оборудования, инвентаря ДОО руководствуется нормами и законодательством РФ.

3.3. Программы, технологии и методические пособия

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155;
3. Санитарные правила нормы СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28);
4. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2;
5. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждённая приказом министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г.;
6. Закон Смоленской области от 31.10.2013г. №122- з «Об образовании в Смоленской области»
7. Постановление Администрации Смоленской области от 31 января 2020 года N 38 Об утверждении региональной программы "Укрепление общественного здоровья" на 2020 - 2024 годы;
8. Приказ Департамента Смоленской области по образованию и науке от 19.06.2019 № 505-ОД
9. (в редакции приказа от 29.04.2020 №_322-ОД);
10. Устав МБДОУ д/с «Золотая рыбка»;
11. Основная образовательная программа МБДОУ д/с «Золотая рыбка».
12. Адашкявичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду»
13. Борисова М.М, Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.:
14. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
15. Белая К. Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).
16. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей.
17. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей: технология оздоровления. Голицына Н. С., Шумова И. М.

18. Гришин В. Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика,.
19. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт»,
20. Зеленый огонек здоровья: программа оздоровления дошкольников. Картушина М. Ю.
21. Козак О.Н., «Зимние игры для больших и маленьких», Санкт-Петербург «Союз»
22. Касицина М. А., Бородин М. Г. Коррекционная ритмика: технология работы с детьми старшего дошкольного возраста
23. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: методические рекомендации для рук. и педагогов ДОУ / Т. А. Тарасова.
24. Ноткина Н., Казьмина Л. И др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста».
25. Оздоровительно-воспитательная технология «Здоровый дошкольник», Егоров Б.Б.,.
26. Стеркина Р.Б., Князева О.Л, Авдеева. Н.Н. «Основы безопасности детей дошкольного возраста»
27. Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.
28. Саулина Т. Ф. Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения (3-7 лет).
29. Токаева Т.Э. Будь здоров, дошкольник! Программа физического развития детей 3-7 лет
30. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
31. Чеменева А.А, Мельникова А.Ф, Волкова В.С - Парциальная программа рекреационного туризма для старшего дошкольного возраста "Веселый Рюкзачок"
32. Филиппова С. О. Путешествие в Олимпию: программа олимпийского образования дошкольников.

3.4. Режим двигательной активности

Режим двигательной активности на 2024-2025 учебный год.

№ п/п	Форма организации двигательной деятельности	Группы, особенности организации, продолжительность					
		средняя		старшая		подготовительная	
		в день	в неделю	в день	в неделю	в день	в неделю
1.	Утренняя гимнастика	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.	10 мин.	50 мин.
2.	Физкультурные занятия	3 раза в неделю	60 мин.	3 раза в неделю	75 мин.	3 раза в неделю	90 мин.
3.	Физкультминутки	2 мин.	10 мин.	4 мин.	20 мин.	4 мин.	20 мин.
4.	Музыкальные занятия (музыкально-ритмические движения, игры)	2 раза в неделю 5-6 мин.	10-12 мин.	2 раза в неделю 5-6 мин.	10-12 мин.	2 раза в неделю 6-7 мин.	12-14 мин.
5.	Подвижные игры, спортивные упражнения	15 мин.	75 мин.	15-20 мин.	75-90 мин.	20-25 мин.	100-125 мин.

6.	Самостоятельная двигательная деятельность на прогулке, спортивные игры	15-20 мин.	75-100 мин.	15-20 мин.	75-100 мин.	20-25 мин.	100-125 мин.
7.	Гимнастика после дневного сна	5-6 мин.	25-30 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.	5-6 мин.	25-30 мин.
	Итого:	67 мин.	5 ч. 37 мин.	81 мин.	6 ч. 17 мин.	95 мин.	7 ч. 34 мин.
	Активный отдых						
1.	Физкультурные досуги, развлечения		1-2 раза в месяц 20-25 мин.		1-2 раза в месяц 25-30 мин.		1-2 раза в месяц 30-35 мин.
2.	День здоровья		1 раз в квартал		1 раз в квартал		1 раз в квартал
3.	Спортивный праздник		в качестве зрителей		2 раза в год		2 раза в год
4.	Туристские прогулки и экскурсии				1-1,5 ч.		1-2,5 ч.

Перечень методической литературы

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, утверждённая приказом министерства просвещения РФ от 25 ноября 2022 г.;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. No 1155;
3. Адашкявичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва «Просвещение» 1992 г.
4. Борисова М.М, Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017
5. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.
6. Белая К. Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).
7. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004.
8. Воспитание основ здорового образа жизни у малышей: технология оздоровления. Голицына Н. С., Шумова И. М.
9. Гришин В. Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
10. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт», 2022 г.
11. Картушина М. Ю. Быть здоровыми хотим: Оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 384 с.

12. Картушина М. Ю. Зеленый огонек здоровья: Программа оздоровления дошкольников. – М.: ТЦ Сфера, 2007. – 208 с.
13. Козак О.Н., «Зимние игры для больших и маленьких», Санкт-Петербург «Союз» 1999 г.
14. Касицина М. А., Бородина М. Г. Коррекционная ритмика: технология работы с детьми старшего дошкольного возраста
15. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: методические рекомендации для рук. и педагогов ДОУ / Т. А. Тарасова. - Москва : ТЦ Сфера, 2006 (М. : Молодая гвардия). - 166, [1] с.
16. Ноткина Н., Казьмина Л. И др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста». Изд. Акцент, 1995г.
17. Оздоровительно-воспитательная технология «Здоровый дошкольник», Егоров Б.Б., 2020.
18. Стеркина Р.Б., Князева О.Л, Авдеева. Н.Н. «Основы безопасности детей дошкольного возраста»
19. Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.
20. Саулина Т. Ф. Знакомим дошкольников с правилами дорожного движения (3-7 лет).
21. Токаева Т.Э. Будь здоров, дошкольник! Программа физического развития детей 3-7 лет Изд. Сфера, 2016 г.
22. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3-7 лет.
23. Чеменева А.А, Мельникова А.Ф, Волкова В.С - Парциальная программа рекреационного туризма для старшего дошкольного возраста "Веселый Рюкзачок".-Изд. Мозаичный парк, 2019г.
24. Филиппова С. О. Путешествие в Олимпию: программа олимпийского образования дошкольников. Детство-Пресс, 2007.

Приложения к РП по реализации ОО «Физическое развитие»

Приложение 1

Протокол тестирования скоростно-силовых качеств детей группы_____

№	ФИ ребенка	Время бега на 10 м (с)		Наклон туловища (см)		Длина прыжка с места (см)		Бросок набивного мяча (м)	
		н. г.	к.г.	н.г	к.г	н.г	к.г	н.г.	к.г.
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									
28									

Перспективное планирование основных видов движений в средней группе

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Метание, ловля, бросание																																																
Бросание мяча вверх, ловля двумя руками				+	+					+																																						
Бросание мяча об пол, ловля двумя руками				+	+					+																																						
Бросание мяча вверх и ловля после отскока от пола				+	+					+	+																																					
Катание мяча в даль с выполнением задания (бег, прыжки, ползание)				+	+																																											
Катание мяча друг другу в парах из разных и.п.										+	+																																					
Скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет																																																
Прокатывание мяча двумя руками по ограниченной S (дорожка, доска, скамейка) 15-20 см																																																
Прокатывание мяча "змейкой"																																																
Броски мяча друг другу двумя руками снизу																																																
Броски мяча друг другу двумя руками из-за головы																																																
Броски мяча двумя руками через шнур из-за головы																																																
Катание мяча с попаданием в цель																																																
Бросание мяча вдаль двумя руками из-за головы																																																
Метание малого мяча, мешочка вдаль одной рукой																																																
Метание мяча, мешочка в вертикальную цель, S 2-2,5 м																																																
Метание мяча, мешочка в горизонтальную цель S 2-2,5 м																																																
Прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога																																																
Прокатывание обруча друг другу в парах																																																
Малоподвижные игры и упражнения																																																
Упражнения на расслабление	+				+				+				+				+				+				+				+				+				+				+				+			
Пальчиковая гимнастика		+				+				+				+				+				+				+				+				+				+				+				+		
Малоподвижная игра			+			+				+				+				+				+				+				+				+				+				+				+		
Самомассаж				+			+				+				+				+				+				+				+				+				+				+				+	
Дыхательная гимнастика					+			+				+				+				+				+				+				+				+				+				+				+

Перспективное планирование основных видов движений в старшей группе

[illegible]

[illegible]

Медленный бег 250-300 м	В течении учебного года при проведении ОД на свежем воздухе																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
Бег на скорость 20 м	В течении учебного года при проведении ОД на свежем воздухе																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														
Бег с ловлей и увёртыванием	При проведении подвижных игр, свободной двигательной деятельности																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																														

[illegible]

В течении учебного года при выполнении ОРУ с мячами, при проведении эстафет, игровых заданий в вводной части занятия

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Перспективное планирование основных видов движений в подготовительной группе

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Ползание, лазанье																																						
Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени вперёд	+	+																																				+
Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени назад			+	+																																		+
Ползание с опорой на предплечья и колени по ограниченной S опоры вперёд					+	+																																
Ползание с опорой на предплечья и колени по ограниченной S опоры назад																																						
Ползание с опорой на стопы и ладони							+	+																														
Ползание прыжками "лягушка"								+	+																													
Ползание животом вверх "паучок"									+	+																												
Ползание с опорой на предплечья "тюлень"											+	+																										+
Ползание по-пластунски												+	+																									+
Переползание через бревно, мягкий модуль													+	+																								
Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками															+	+																						+
Ползание по гимнастической скамейке на спине, отталкиваясь ногами и руками																+	+																					+
Пролезание в обруч, поднятый на h 10-15 см правым и левым боком																	+	+																				+
Пролезание в звенья координационной лестницы поставленной вертикально боком																			+	+																		

[illegible]

Сохранять равновесие на повышенной S опоры	В течении учебного года в вводной части занятия, в подвижных играх, на прогулке																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
Различные виды заданий на развитие равновесия после бега, прыжков, усложнение в П.И., ОРУ	В течении учебного года в вводной части занятия, в подвижных играх, на прогулке																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											

[illegible]

**Перечень спортивного оборудования и инвентаря
для реализации двигательной деятельности**

Спортивное оборудование:

№ п/п	Наименование оборудования	Количество (шт.)
1.	Щиты для метания в цель	2
2.	Мишень для метания Солнышко	1
3.	Ворота для подлезания	8
4.	Гимнастическая стенка	2
5.	Гимнастическая скамейка	4
6.	Гимнастические маты	2
7.	Лабиринт координационный	1
8.	Канат	1
9.	Мягкие модули	15
	Фит-болл	4

Спортивный инвентарь:

№ п/п	Наименование оборудования	Количество (шт.)
1.	Кегли	4 набора
2.	Гимнастическая палка	28
3.	Гимнастический обруч 60 см	30
4.	Гимнастический обруч 80 см	10
5.	Конус для разметки	20
6.	Конус большой	4
7.	Кольца 12см	30
8.	Лента короткая	30
9.	Косички	30
10.	Массажная полусфера	6
11.	Массажная дорожка	1
12.	Мешок для метания	30
13.	Мяч 25 см	30
14.	Мяч 7 см	30
15.	Мяч массажный	15
16.	Набивной мяч 0,5 кг	2
17.	Набор Ортодон	6
18.	Тоннель	2
19.	Тактильный мобильный комплекс	1
19.	Ребристая доска	1
20.	Ракетка для бадминтона (+волан)	28
21.	Следы массажные	8
22.	Скакалка короткая	30
23.	Султанчик	30
24.	Флажок цветной	40

План мероприятий активного отдыха

Цель:

- ✓ *формировать культуру здорового образа жизни; ценностное отношение к своему здоровью;*
- ✓ *доставить детям радость, удовольствие от совместной двигательной деятельности; повысить интерес детей к физической культуре;*
- ✓ *формировать мышечно-двигательные навыки, правильную осанку;*
- ✓ *воспитывать доброту, взаимовыручку.*

Мероприятие	Группа	Месяц	Число
«Дары осени»	средняя	сентябрь	
«Что нам осень подарила»	старшая		
«День осенний на дворе»	подготовительная		
«Бабушкины и дедушкины помощники»	средняя	октябрь	
«Играем-традиции вспоминаем»	старшая		
«Осенний марафон»	подготовительная		
«Дружные ребята»	средняя	ноябрь	
«Мамины помощники»	старшая		
«Лесные товарищи»	подготовительная		
«Зимние забавы»	средняя	декабрь	
«Волшебница зима»	старшая		
«Веселимся-мороза не боимся»	подготовительная		
«С Матрешкой поиграем немножко»	средняя	январь	
«Спортивная Россия»	старшая		
«Безопасная зима»	подготовительная		
«Немного подрастем, тоже в армию пойдем»	средняя	февраль	
«Мой папа-Защитник Отечества»	старшая		
«Мой папа-Защитник Отечества»	подготовительная		
«Праздник наших мам»	средняя	март	
«Широкая Масленица»	старшая		
	подготовительная		
«Быть здоровыми хотим»	средняя	апрель	
«Космическое путешествие»	старшая		
«Покорители Галактики»	подготовительная		

«За здоровьем всей семьей»	средняя	май	
«Мы наследники Победы»	старшая		
«Мы наследники Победы»	подготовительная		
«День защиты детей»	средняя, старшая	июнь	
«Со спортом дружить, здоровым быть»	средняя		
«Солнце, воздух и вода-наши лучшие друзья»	старшая		
«День семьи, любви и верности»	средняя, старшая	июль	
«Веселые путешественники»	средняя, старшая		
«Мы со спортом дружим»	средняя	август	
«Летом весело играем и здоровье сохраняем»	старшая		

Приложение 5

Перспективный план индивидуальной работы по физической культуре

Для успешного овладения тем или иным движением, индивидуальная работа проводится инструктором по физической культуре в ходе ОД с группой, а так же воспитателем во время прогулки и во вторую половину дня индивидуально. Данные заносятся в таблицу в соответствии с календарно-тематическим планированием.

№ гр	ФИ воспитанника	Содержание индивидуальной деятельности	Дата

Приложение 6

План индивидуальной работы инструктора по физической культуре с ребенком с ОВЗ

Для успешной реализации коррекционной работы, учитываются общие психологические особенности (в зависимости от нозологической группы обучающихся с ОВЗ):

- 1) имеются определенные коммуникационные барьеры, трудности в установлении межличностного взаимодействия с педагогами и сверстниками;
- 2) темп познавательной деятельности снижен по сравнению с их нормально развивающимися сверстниками;
- 3) проблемы в произвольной регуляции собственной деятельности (возникают трудности формирования достижения поставленной цели; контролирование деятельности, умение работать в определенном темпе);
- 4) могут проявляться различные по степени выраженности трудности в адаптации к новым условиям, распорядку, правилам поведения;
- 5) повышенная тревожность: болезненно реагируют на тон голоса, отмечается малейшее изменение в настроении;
- 6) у некоторых детей наблюдаются неадекватная самооценка, капризность, инфантилизм, склонность к избеганию трудностей, чрезмерная зависимость от близких;
- 7) повышенная утомляемость (быстро становятся вялыми или раздражительными, плаксивыми, у некоторых детей в результате утомления возникает двигательное беспокойство)

Индивидуальная работа проводится инструктором по физической культуре в ходе ОД с группой, а так же воспитателем во время прогулки и во вторую половину дня индивидуально. Данные заносятся в таблицу в соответствии с календарно-тематическим планированием.

Индивидуальный образовательный маршрут детей группы №

Дата	ФИ ребенка	Содержание	Заключение комиссии		
			ТНР	ЗПР	РАС

Приложение 7

Перспективный план работы с педагогами и родителями воспитанников по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей

Форма	Тема	Цель	Группа	Период
Фотоколлаж	Наше активное лето	привлечение внимания к теме активного отдыха в семье	средняя старшая подготовительная	сентябрь
Мониторинг уровня физической подготовленности	Развитие двигательных качеств и умений	оптимизация двигательной деятельности детей в период проведения мониторинга	средняя старшая подготовительная	сентябрь
Индивидуальная беседа с логопедами	Динамика развития двигательной активности детей с нарушениями речи.	оптимизация коррекционно-образовательной деятельности	старшая подготовительная	октябрь в течение года
Совместная деятельность с музыкальным руководителем	Подбор музыкального сопровождения для спортивных праздников и физкультурных досугов.	оптимизация досуговой деятельности	средняя старшая подготовительная	в течение года
Массовая спортивная эстафета с участием родителей	«Осенний марафон»	приобщение к вопросам укрепления и сохранения физического и психического здоровья детей	подготовительная	октябрь
Индивидуальные беседы с родителями (по результатам мониторинга)	Развитие двигательных навыков и качеств	привлечение внимания родителей к теме двигательных навыков и качеств у детей	средняя старшая подготовительная	октябрь ноябрь в течение года
Консультация для родителей	Признаки утомляемости ребёнка	расширение знаний родителей по теме	средняя	ноябрь
Оформление стенда	Безопасность	ознакомление родителей с правилами безопасности	средняя старшая подготовительная	ноябрь
Консультация для педагогов	Запрещённые физические упражнения для дошкольников	расширение знаний педагогов по теме	средняя старшая подготовительная	декабрь
Фотоколлаж	Вот как мы играем	формирование позитивного отношения к совместной игровой деятельности,	средняя старшая подготовительная	январь

		презентация опыта		
Буклет	Активный отдых	привлечение внимания к теме многообразия форм двигательной деятельности	подготовительная	январь
Беседа с педагогами	Мой папа-защитник Отечества	подбор, обсуждение сценария, подготовка к проведению вечера развлечений	старшая подготовительная	февраль
Вечер развлечений	Мой папа-защитник Отечества	активизация взаимодействия родителей с ребенком с целью патриотического воспитания и оздоровления	старшая подготовительная	февраль
Круглый стол	Широкая Масленица	обсуждение сценария, подготовка к проведению развлечения	подготовительная	март
Тренинг	Физкультурно-оздоровительный климат в семье	Уточнение и расширение знаний родителей в вопросах формирования у детей навыков ЗОЖ	средняя	март
Вечер развлечений	Космическое путешествие	формирование здорового образа жизни, основ безопасности	старшая	апрель
Консультация для родителей	Парк развлечений как форма ЗОЖ. Поиграйте вместе!	привлечение внимания к теме совместного отдыха	подготовительная	апрель
Мониторинг уровня физической подготовленности	Развитие двигательных качеств и умений	оптимизация двигательной деятельности детей в период проведения мониторинга	средняя старшая подготовительная	май
Оформление стенда	Активные и спортивные	привлечение внимания к теме многообразия форм двигательной деятельности	средняя старшая подготовительная	май
Круглый стол	День защиты детей	обсуждение сценария, подготовка к проведению развлечения	средняя старшая подготовительная	май
Развлечение	День защиты детей	привлечение внимания к самооценности детства, формирование ответственности в воспитании детей	средняя старшая подготовительная	июнь
Индивидуальные	Дорожка	обогащение знаний и	средняя	июнь

консультации для педагогов	здоровья	оптимизация структуры прогулок	старшая	
Спортивный праздник	Веселые путешественники	приобщение родителей к активному времяпровождению с ребенком	средняя старшая	июль
Фотоколлаж	Игра - это здорово	презентация двигательной активности детей	средняя старшая	август

Приложение 8

График проведения организованной образовательной деятельности по физической культуре

Дни недели	средняя			старшая			подготовительная		
	№2	№9	№12	№7	№11	№13	№6	№8	№10
Пн.		17.00	16.30		16.00	улица		улица	15.20
Вт.	17.00	16.30		16.00	улица	15.30	улица		
Ср.	улица			улица		17.00	16.20	15.10	15.45
Чт.		улица	16.45					16.00	улица
Пт.	17.00		улица	16.30	16.00		15.20		