

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 126
Ленинского района г. Екатеринбурга

620149, г. Екатеринбург, ул. Чкалова, д. 233
Тел. (343) 389-00-38

Принято:
Педагогическим советом
МАДОУ детский сад № 126
Протокол № 1
от «28» августа 2020 г.

Утверждено:

Приказом № 47/07-О/Д
от «01» сентября 2020 г.
Заведующий МАДОУ детский сад № 126
Миклина С.И.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ДЕТСКИЙ САД № 126
НА 2020-2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**

(является модулем Образовательной программы дошкольного образования
МАДОУ детского сада № 126, разработана с учетом Федерального государственного
образовательного стандарта дошкольного образования (приказ Министерства образования
и науки РФ от 17 октября 2013 года № 1155))

г. Екатеринбург, 2020

Содержание:

I. Целевой раздел	3
ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ	
1. Пояснительная записка.....	3
1.1. Цели и задачи деятельности образовательного учреждения по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования	4
1.2. Принципы и подходы к формированию образовательной области «Физическое развитие».....	4
1.3. Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста.....	7
1.3.1. Младший дошкольный возраст (3-4 года).	7
1.3.2. Средний дошкольный возраст (4-5 лет).	8
1.3.3. Старший дошкольный возраст (5-7 лет).....	9
1.4. Планируемые результаты освоения детьми содержания образовательной области «Физическое развитие».....	10
1.4.1. Возрастно-половые показатели развития двигательных качеств у детей дошкольного возраста.....	15
1.4.2. Содержание мониторинга интегративных качеств развития ребенка. Образовательная область «Физическое развитие».....	16
1.4.3. Инструментарий мониторинга освоения детьми образовательной области «Физическое развитие».....	19
1.5. ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ	
1.5.1. Пояснительная записка.....	25
1.5.2. Цели реализации программы	26
1.5.3. Принципы и подходы к реализации программы.....	27
1.5.4. Значимые для реализации целей и задач образовательной программы характеристики.....	27
1.5.5. Планируемые результаты образовательной программы.....	29
II. Содержательный раздел	31
2.1. Задачи и содержание образовательной области «Физическое развитие».....	31
2.2. Способы и направления поддержки детской инициативы.....	33
2.3. Особенности взаимодействия инструктора по физическому развитию с другими специалистами детского сада.....	34
2.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.....	36
2.4.1. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников младшего дошкольного возраста.....	36
2.4.2. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников среднего дошкольного возраста.....	37
2.4.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников старшего дошкольного возраста.....	37
2.4.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников подготовительного к школе дошкольного возраста.....	37
2.5. ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ.....	38
III. Организационный раздел	42
3.1. Материально – техническое обеспечение программы.....	44
3.2. Методические материалы и средства обучения и воспитания.....	45
3.3. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении.....	45
3.4. Организация развивающей предметно-пространственной среды.....	57
3.5. ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ.....	57
Список литературы.....	58
Приложения.....	60

Целевой раздел. Обязательная часть

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа освоения детьми дошкольного возраста содержания образовательной области «Физическое развитие» Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 126 разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г.
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155).
- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций». (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва);

Содержание рабочей программы разработано с учетом образовательных потребностей и запросов воспитанников, родителей (законных представителей), а также с учетом рекомендаций и концептуальных положений авторов:

- Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой (Соответствует ФГОС ДО, 2014 г.) - обязательная часть РП;
- С элементами образовательной программы с учетом специфики национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность с детьми дошкольного возраста «Мы живем на Урале» /Толстикова О.В., Савельева О.В. – Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО». – 2013г. – часть РП, формируемая участниками образовательных отношений.

Рабочая программа (далее РП) состоит из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений. Обе части являются взаимодополняющими.

РП включает три основных раздела: целевой, содержательный и организационный, в каждом из которых отражается обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений. РП предполагает комплексность подхода, обеспечивая развитие детей во всех пяти взаимодополняющих образовательных областях.

РП построена с учетом климатических условий Уральского региона, ставит задачи по развитию интереса к культурному наследию земли Уральской, развивает активную личностную позицию маленьких жителей Свердловской области, уральского региона, чувство сопричастности, желание сохранять и передавать традиции, обычаи народов Урала и осуществляется на родном русском языке. Программа направлена на создание условий для развития двигательных качеств и освоения двигательного опыта детьми дошкольного возраста, на формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, на создание благоприятных условий физического развития детей в соответствии с их индивидуальными особенностями и склонностями.

МАДОУ работает в режиме повседневной рабочей недели с 10,5-часовым пребыванием детей с 07.30 до 18.00 часов, исключая выходные и праздничные дни. Режим посещения ребенком МАДОУ может определяться индивидуально (в пределах режима работы МАДОУ).

Правильный режим дня - это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

Программа составлена на русском языке.

1.1. Цели и задачи деятельности образовательного учреждения по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Цели и задачи реализации дошкольного образования в ФГОС ДО	Цели и задачи реализации Программы
<p><u>Цель дошкольного образования:</u> формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.</p> <p><u>Оздоровительные задачи:</u> направлены на охрану жизни и укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости к заболеваниям, неблагоприятным воздействиям внешней среды и работоспособности организма. Более того, охрана и укрепление физического здоровья воспитанников ДОУ являются одной из основных задач детского сада.</p> <p><u>Образовательные задачи:</u> предполагают формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств и двигательных способностей, передачу простейших понятий о физической культуре и доступных знаний о спорте.</p> <p><u>Воспитательные задачи:</u> направленные на формирование культурно – гигиенических навыков и потребности в здоровом образе жизни, формирование культуры чувств и эстетического отношения к физическим упражнениям.</p>	<p><u>Цель образовательной программы ДОУ:</u> Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.</p> <p>Задачи: - Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); - Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); - Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p>

1.2. Принципы и подходы к формированию образовательной области «Физическое развитие».

Эффективность решения данных задач зависит от правильного подбора **принципов, подходов, методов** в воспитании и развитии детей.

а) Личностно ориентированные принципы

Данные принципы реализуются в творческом образовательном пространстве и выражаются в следующих положениях:

- дошкольное образование - это начальная ступень образования, обеспечивающая становление личности ребенка, обретение им себя, своего образа, неповторимой индивидуальности, духовности, творческого начала;

дошкольное образование создает условия для того, чтобы каждый ребенок мог полностью реализовать себя, свои индивидуальные способности, свои мотивы, интересы, социальные установки;

- дошкольное образование как система гарантирует комфортность каждому ребенку, создает условия для мотивации успешности, его постоянного продвижения вперед потенциальных возможностей и склонностей;

- дошкольное образование как система обеспечивает личностную значимость образования для каждого ребенка, создает для него личностный смысл в поступках и образе жизни, что позволит заложить механизм самореализации, саморазвития, самозащиты, необходимые для становления самобытного личностного индивидуума, диалогичного и безопасного взаимодействия с людьми, природой, культурой, цивилизацией;

- дошкольное образование как система формирует в личности ребенка его человекообразующую функцию, суть которой состоит в сохранении и воспитании экологии человека, его телесного и духовного здоровья, смысла жизни, личной свободы, нравственности. Для этого дошкольное образование должно заложить в личность механизмы понимания, взаимопонимания, общения, сотрудничества в творческом преобразовании окружающего мира.

Принцип адаптивности. Предполагает создание открытой адаптивной модели воспитания и развития детей дошкольного возраста, реализующей идеи приоритетности самоценного детства, обеспечивающей гуманный подход к развивающейся личности ребенка.

Принцип развития. Основная задача детского сада - это развитие ребенка-дошкольника, и в первую очередь - целостное развитие его личности и обеспечение готовности личности к дальнейшему развитию. Данная цель представлена как стратегическая, указывающая на общее направление в образовании. При этом каждое учреждение в рамках данной стратегии может выбрать свой путь развития. В методических рекомендациях педагогам будут предложены ориентиры для реализации стратегической цели — развитие личности ребенка в деятельности: стратегии социального (в семье и группе сверстников) и персонального развития личности.

Принцип психологической комфортности. Предполагает психологическую защищенность ребенка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации.

б) Культурно ориентированные принципы

Данные принципы обеспечивают принятие ребенком обобщенных, целостных представлений о мире, о месте в нем человека. Кругозор ребенка ограничен, и в его расширении и состоит развитие ребенка, что обеспечивает сохранение, передачу, воспроизводство и развитие культуры средствами образования. Реализация данных принципов ориентирует образование на воспитание в человеке культуры. Необходимым условием этого принципа является интеграция дошкольного образования в культуру и, наоборот, культуры - в образование. Для этого дошкольное образование должно заложить в него механизм культурной идентификации — установление духовной взаимопомощи между ребенком и своим народом, переживание чувства принадлежности к национальной культуре, принятие в качестве своих её ценностей, построение своей жизни, создание продуктов творчества с учетом национальных ценностей. Культура позволяет разным детям более или менее одинаково понимать мир, совершать понятные другим поступки. Через культуру происходит социальное развитие ребенка, его связь с поколениями, а значит - сохранение и развитие этноса. Воспитание дошкольника как человека культуры — это формирование таких качеств личности, как эмпатия, толерантность, гуманность, креативность, самопознание, которые закладывают фундамент для развития личности ребенка в дальнейшей жизнедеятельности.

Принцип целостности содержания образования. Представление дошкольника о предметном и социальном мире должно быть единым и целостным.

Принцип смыслового отношения к миру. Ребенок осознает, что окружающий его мир - это мир, частью которого он является и который так или иначе переживает и осмысляет для себя.

Принцип систематичности. Предполагает наличие единых линий развития и воспитания.

Принцип ориентировочной функции знаний. Знание в психологическом смысле не что иное, как ориентировочная основа деятельности, поэтому форма представления знаний должна быть понятной детям и принимаемой ими.

Принцип овладения культурой. Обеспечивает способность ребенка ориентироваться в мире и действовать (или вести себя) в соответствии с результатами такой ориентировки и с интересами и ожиданиями других людей.

Деятельностно-ориентированные принципы.

Данная группа принципов опирается на личностно-деятельностный подход к дошкольному образованию.

Личностно-деятельностный подход рассматривает личность как субъект деятельности, которая формируется в деятельности, сама определяет характер этой деятельности и общения. Личностно-деятельностный подход позволяет определить доминанту взаимоотношений ребенка с окружающим миром, актуализировать реализацию потребностей в осознании себя субъектом деятельности. Деятельность — проявление человеком активности, реализации им своего отношения к окружающему миру и к самому себе. Её существенные признаки: продуктивно-преобразующий характер, социальность, сознательное целеполагание.

Личностно-деятельностный подход ориентирует не только на усвоение знаний, но и на способы этого усвоения, на образцы и способы мышления и деятельности. Этот подход противостоит вербальным методам и формам догматической передачи готовой информации, монологичности и обезличенности словесного обучения, пассивности в процессе познания окружающей действительности и, наконец, бесполезности самих знаний, умений и навыков, которые не реализуются в деятельности. Применительно к образовательной деятельности в системе дошкольного образования, деятельностный подход означает, во-первых, отказ от определения процесса познания как передачи знаний, выработки умений и организации усвоения, а рассмотрение этого процесса как организация и управление совместной познавательной деятельностью субъектов этой деятельности. Соответственно, в самой общей форме личностно-деятельностный подход к процессу развития личности дошкольника означает интерпретацию этого процесса как целенаправленной познавательной деятельности личности в общем контексте жизнедеятельности - направленности интересов, жизненных планов, ценностных ориентаций, понимания личностных смыслов для развития целостной личности.

Развитие личности воспитанника есть развитие его деятельности, деятельность ребенка есть сфера, в которой происходит процесс воспитания, то есть педагогическим инструментом воспитания служат различные виды деятельности: игровая, познавательная, исследовательская, изобразительная, музыкальная, трудовая, общественная и др. Обучение детей нормам и ценностям осуществляется в совместной игре или труде. В соответствии с внешней деятельностью у ребенка формируется внутренний план действия, то есть возникает представление о тех действиях, нормах поведения, ценностях, которыми уже овладел. Имея такое представление, он может предварительно, «внутренним взором» проследить ход и результат деятельности, последствия своих поступков.

Личностно-деятельностный подход позволяет определить доминанту взаимоотношений ребенка с окружающим миром, актуализировать реализацию потребностей в осознании себя субъектом деятельности. Развитие личности воспитанника есть развитие его игровой деятельности как ведущей деятельности ребенка дошкольного возраста, в которой происходит процесс воспитания, социального и личностного развития.

Личностно-деятельностный подход ориентирует не только на усвоение знаний, но и на способы этого усвоения, на образцы и способы мышления и деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребенка в процессе решения им специально организованных познавательных задач. Применительно к деятельности в системе

дошкольного образования наиболее ценным является рассмотрение личности дошкольника как развивающегося социокультурного феномена, который формируется в различных видах деятельности игровой, двигательной, трудовой, музыкальной, изобразительной и др.

Принцип обучения деятельности. Главное - не передача детям готовых знаний, а организация такой детской деятельности, в процессе которой они сами делают «открытия», узнают что-то новое путем решения доступных проблемных задач. Современный ребенок — это деятельная натура и проявить себя он может только в практической деятельности.

Такой подход позволяет, например, «перевести» гиперактивность ребенка как негативный синдром в познавательную и социальную активность.

Принцип опоры на предшествующее (спонтанное) развитие. Предполагает опору на предшествующее спонтанное (или не управляемое прямо), самостоятельное, «житейское» развитие ребенка.

Креативный принцип. В соответствии со сказанным ранее необходимо «выращивать» у дошкольников способность переносить ранее сформированные навыки в ситуации самостоятельной деятельности, инициировать и поощрять потребность детей самостоятельно находить решение нестандартных задач и проблемных ситуаций.

1.3. Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста.

1.3.1. Младший дошкольный возраст (3-4 года)

Младший дошкольный возраст характеризуется высокой интенсивностью физического и психического развития. Повышается активность ребенка, усиливается её целенаправленность; более разнообразными и координированными становятся движения.

С 3-4 лет происходят существенные изменения в характере и содержании деятельности ребенка, в отношениях с окружающими: взрослыми и сверстниками. Ведущий вид деятельности в этом возрасте предметно-действенное сотрудничество.

Наиболее важное достижение этого возраста состоит в том, что действия ребенка приобретают целенаправленный характер. В разных видах деятельности: игре, рисовании, конструировании, а также в повседневном поведении — дети начинают действовать в соответствии с заранее намеченной целью, хотя в силу неустойчивости внимания, не сформированности произвольности поведения ребенок быстро отвлекается, оставляет одно дело ради другого.

У малышей этого возраста ярко выражена потребность в общении со взрослыми и сверстниками. Особенно важную роль приобретает взаимодействие со взрослым, который является для ребенка гарантом психологического комфорта и защищенности. В общении с ним малыш получает интересующую его информацию, удовлетворяет свои познавательные потребности. На протяжении младшего дошкольного возраста развивается интерес к общению со сверстниками. В играх возникают первые «творческие» объединения детей. В игре ребенок берет на себя определенные роли и подчиняет им своё поведение.

В этом проявляется интерес ребенка к миру взрослых, которые выступают для него в качестве образца поведения, обнаруживается стремление к освоению этого мира.

Совместные игры детей начинают преобладать над индивидуальными играми и играми рядом. Открываются новые возможности для воспитания у детей доброжелательного отношения к окружающим, эмоциональной отзывчивости, способности к сопереживанию. В игре, продуктивных видах деятельности (рисовании, конструировании) происходит знакомство ребенка со свойствами предметов, развиваются его восприятие, мышление, воображение.

Трехлетний ребенок способен уже не только учитывать свойства предметов, но и усваивать некоторые общепринятые представления о разновидностях этих свойств — сенсорные эталоны формы, величины, цвета и др. Они становятся образцами, мерками, с которыми сопоставляются особенности воспринимаемых предметов.

Преобладающей формой мышления становится наглядно-образное. Ребенок оказывается способным не только объединять предметы по внешнему сходству (форма, цвет, величина), но и усваивать общепринятые представления о группах предметов (одежда, посуда, мебель). В основе таких представлений лежит не выделение общих и существенных признаков предметов, а объединение входящих в общую ситуацию или имеющих общее назначение.

Резко возрастает любознательность детей. В этом возрасте происходят существенные изменения в развитии речи: значительно увеличивается запас слов, появляются элементарные виды суждений об окружающем, которые выражаются в достаточно развернутых высказываниях.

1.3.2. Средний дошкольный возраст (4-5 лет).

Пятый год жизни является периодом интенсивного роста и развития организма ребенка.

Происходят заметные качественные изменения в развитии основных движений детей.

Эмоционально окрашенная двигательная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей, которых отличает довольно высокая возбудимость.

Возникает и совершенствуется умение планировать свои действия, создавать и воплощать определённый замысел, который, в отличие от простого намерения, включает представление не только о цели действия, но также и способах её достижения. Особое значение приобретает совместная сюжетно-ролевая игра. Существенное значение имеют также дидактические и подвижные игры. В этих играх у детей формируются познавательные процессы, развивается наблюдательность, умение подчиняться правилам, складываются навыки поведения, совершенствуются основные движения.

Наряду с игрой у детей пятого года жизни интенсивно развиваются продуктивные виды деятельности, особенно изобразительная и конструктивная. Намного разнообразнее становятся сюжеты их рисунков и построек, хотя замыслы остаются ещё недостаточно отчётливыми и устойчивыми.

Восприятие становится более расчлененным. Дети овладевают умением обследовать предметы, последовательно выделять в них отдельные части и устанавливать соотношение между ними. Важным психическим новообразованием детей среднего дошкольного возраста является умение оперировать в уме представлениями о предметах, обобщенных свойствах этих предметов, связях и отношениях между предметами и событиями.

Понимание некоторых зависимостей между явлениями и предметами порождает у детей повышенный интерес к устройству вещей, причинам наблюдаемых явлений, зависимости между событиями, что влечет за собой интенсивное увеличение вопросов к взрослому: как? зачем? почему? На многие вопросы дети пытаются ответить сами, прибегая к своему рода опытам, направленным на выяснение неизвестного. Если взрослый невнимателен к удовлетворению познавательных запросов дошкольников, во многих случаях дети проявляют черты замкнутости, негативизма, упрямства, непослушания по отношению к старшим. Иными словами, нереализованная потребность общения со взрослым приводит к негативным проявлениям в поведении ребенка.

На пятом году жизни дети активно овладевают связной речью, могут пересказывать небольшие литературные произведения, рассказывать об игрушке, картинке, о некоторых событиях из личной жизни.

1.3.3. Старший дошкольный возраст (5-7 лет).

В старшем дошкольном возрасте происходит интенсивное развитие интеллектуальной, нравственно-волевой и эмоциональной сфер личности. Развитие

личности и деятельности характеризуется появлением новых качеств и потребностей: расширяются знания о предметах и явлениях, которые ребенок не наблюдал непосредственно. Детей интересуют связи, существующие между предметами и явлениями. Проникновение ребенка в эти связи во многом определяет его развитие. Переход в старшую группу связан с изменением психологической позиции детей: они впервые начинают ощущать себя самыми старшими среди других детей в детском саду.

Воспитатель помогает дошкольникам понять это новое положение. Он поддерживает в детях ощущение «взрослости» и на его основе вызывает у них стремление к решению новых, более сложных задач познания, общения, деятельности.

Опираясь на характерную для старших дошкольников потребность в самоутверждении и признании их возможностей со стороны взрослых, воспитатель обеспечивает условия для развития детской самостоятельности, инициативы, творчества.

Он постоянно создает ситуации, побуждающие детей активно применять свои знания и умения, ставит перед ними всё более сложные задачи, развивает их волю, поддерживает желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца, нацеливает на поиск новых, творческих решений. Важно предоставлять детям возможность самостоятельного решения поставленных задач, нацеливать их на поиск нескольких вариантов решения одной задачи, поддерживать детскую инициативу и творчество, показывать детям рост их достижений, вызывать у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных действий.

Развитию самостоятельности способствует освоение детьми умений поставить цель (или принять её от воспитателя), обдумать путь к её достижению, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится воспитателем широко, создаёт основу для активного овладения детьми всеми видами деятельности.

Высшей формой самостоятельности детей является творчество. Задача воспитателя - пробудить интерес к творчеству. Этому способствует создание творческих ситуаций в игровой, театральной, художественно-изобразительной деятельности, в ручном труде, словесное творчество.

Всё это — обязательные элементы образа жизни старших дошкольников в детском саду. Именно в увлекательной творческой деятельности перед дошкольником возникает проблема самостоятельного определения замысла, способов и форм его воплощения.

Воспитатель поддерживает творческие инициативы детей, создаёт в группе атмосферу коллективной творческой деятельности по интересам.

Серьёзное внимание уделяет воспитатель развитию познавательной активности и интересов старших дошкольников. Этому должна способствовать вся атмосфера жизни детей. Обязательным элементом образа жизни старших дошкольников является участие в разрешении проблемных ситуаций, в проведении элементарных опытов (с водой, снегом, воздухом, магнитами, увеличительными стёклами и пр.), в развивающих играх, головоломках, в изготовлении игрушек-самоделок, простейших механизмов и моделей.

Воспитатель своим примером побуждает детей к самостоятельному поиску ответов на возникающие вопросы: он обращает внимание на новые, необычные черты объекта, строит догадки, обращается к детям за помощью, нацеливает на экспериментирование, рассуждение, предположение.

Старшие дошкольники начинают проявлять интерес к будущему школьному обучению. Перспектива школьного обучения создаёт особый настрой в группе старших дошкольников. Интерес к школе развивается естественным путём: в общении с воспитателем, через встречи с учителем, совместные дела со школьниками, посещение школы, сюжетно-ролевые игры на школьную тему. Главное - связать развивающийся интерес детей к новой социальной позиции («Хочу стать школьником») с ощущением роста своих достижений, с потребностью познания и освоения нового. Воспитатель стремится развить внимание и память детей, формирует элементарный самоконтроль, способность к

саморегуляции своих действий. Этому способствуют разнообразные игры, требующие от детей сравнения объектов по нескольким признакам, поиска ошибок, запоминания, применения общего правила, выполнения действий с условиями. Такие игры ежедневно проводятся с ребенком или с подгруппой старших дошкольников.

Организованное обучение осуществляется у старших дошкольников преимущественно в форме подгрупповых занятий и включает занятия познавательного цикла по математике, подготовке к освоению грамоты, по ознакомлению с окружающим миром, по развитию художественно-продуктивной деятельности и музыкально-ритмических способностей. В самостоятельной деятельности, в общении воспитателя с детьми создаются возможности для расширения, углубления и широкого вариативного применения детьми содержания, освоенного на занятиях.

1.4. Планируемые результаты освоения детьми содержания образовательной области «Физическое развитие»

Четвертый год жизни. О чем узнают дети.

Постепенно дети узнают и называют разные способы ходьбы, построений, прыжков, ползания и лазания, катания, бросания и ловли; исходные положения выполнения общеразвивающих упражнений (стоя, сидя, лежа); новые физкультурные пособия (мячи, ленты, погремушки, кубики и другие), их свойства и возможные варианты их использования.

Дети осваивают простейшие общие для всех правила в подвижных играх, узнают о возможности передачи движениями повадок знакомых им животных, птиц, насекомых.

Дети знакомятся со спортивными упражнениями: ходьбой на лыжах, ездой на велосипеде, учатся ориентироваться в пространстве, узнают разные способы перестроений.

Что осваивают дети.

Построения и перестроения. Порядковые упражнения. Повороты на месте. Общеразвивающие упражнения: с предметами и без предметов; в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Основные движения: разные виды ходьбы с заданиями; бег со сменой темпа и направления; прыжок в длину с места двумя ногами и в глубину (спрыгивание). Катание, бросание, метание: прокатывание предмета, упражнения с мячом (отбивание и ловля); бросание предметов одной и двумя руками горизонтально и вертикально в цель, вдаль. Лазание приставным шагом, перелезание и пролезание через предметы и под ними. Ритмические упражнения. Спортивные упражнения: катание на трехколесном велосипеде; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. Подвижные игры. Основные правила игр.

По мере накопления двигательного опыта у малышей формируются следующие новые двигательные умения:

- строиться в круг, в колонну, парами, находить свое место;
- начинать и заканчивать упражнения по сигналу;
- сохранять правильное положение тела, соблюдая заданное направление;
- ходить, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног;
- бегать, не опуская головы;
- одновременно отталкиваться двумя ногами и мягко приземляться в прыжках в длину с места и спрыгиваниях;
- ловить мяч кистями рук, не прижимая его к груди; отбрасывать мяч, поражать вертикальную и горизонтальную цели;
- подлезать под дугу (40 см), не касаясь руками пола;
- уверенно лазать и перелезть по лесенке-стремянке (высота 1,5 м);
- лазать по гимнастической стенке приставным шагом.

Итоги освоения программы.

Ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У него сформирована соответствующая возрасту координация движений. Он проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм.

Пятый год жизни. О чем узнают дети.

Дети узнают о том, что можно выполнять общеразвивающие упражнения в разном темпе (умеренном, быстром, медленном), с разными предметами; в этих упражнениях разнообразные движения рук (одновременные и поочередные, махи, вращения), требования к правильной осанке во время ходьбы и в положениях стоя и сидя, разные виды бега. Результат в упражнении зависит от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — от активного толчка и выноса маховой ноги, в прыжке в длину с места — от энергичного отталкивания и маха руками вперед-вверх. Дети узнают основные требования к технике ловли и отбивания мячей от пола, ползанию разными способами, лазанию по лестнице чередующимся шагом одноименным способом, исходному положению и замаху при метании вдаль. Знакомятся с некоторыми подводными упражнениями. Узнают новое о спортивных упражнениях: зимой можно скользить по ледяным дорожкам с разбега. Дети узнают новые подвижные игры, игры с элементами соревнования, новые правила в играх, действия водящих в разных играх. Узнают, что в ритмических движениях существуют разные танцевальные позиции, движения можно выполнять в разном ритме и темпе, что по музыкальному сигналу можно перестраиваться знакомым способом. Дети узнают новые физкультурные пособия (разные виды мячей, лент, флажков, обручей, гимнастических палок и другие), знакомятся с их свойствами и возможными вариантами их использования в соответствии с этими свойствами. Дети узнают специальные упражнения на развитие физических качеств.

Что осваивают дети.

Порядковые упражнения (построения и перестроения, повороты в движении); общеразвивающие упражнения; исходные положения;

одновременные и поочередные движения рук и ног, махи, вращения рук; темп (медленный, средний, быстрый). Основные движения: в беге — активный толчок и вынос маховой ноги; в прыжках — энергичный толчок и мах руками вперед-вверх; в метании — исходное положение, замах; в лазании — чередующийся шаг при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подвижные игры: правила; функции водящего. Спортивные упражнения: в ходьбе на лыжах — скользящий шаг. По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения:

- самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры;
- сохранять исходное положение;
- четко выполнять повороты в стороны;
- выполнять общеразвивающие упражнения в заданном темпе, четко соблюдать заданное направление, выполнять упражнения с напряжением (не сгибать руки в локтях, ноги в коленях);
- сохранять правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, умеренный, медленный);
- сохранять равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, выполнять разные виды бега, быть ведущим колонны; при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера;
- энергично отталкиваться, мягко приземляться с сохранением равновесия;
- ловить мяч с расстояния 1,5 м, отбивать его об пол не менее 5 раз подряд;
- принимать исходное положение при метании; ползать разными способами;
- подниматься по гимнастической стенке чередующимся шагом, не пропуская реек, до 2 м;

Итоги освоения программы.

Ребенок гармонично физически развивается, в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.

- Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве.

- Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.

- Осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников: оценивает их движения, замечает их ошибки, нарушения правил в играх.

- Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность.

- Способен внимательно воспринять показ педагога и далее самостоятельно успешно выполнить физическое упражнение.

- Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками и воспитателем, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила.

- Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

Шестой год жизни. О чем узнают дети.

Дети узнают новые порядковые упражнения: перестроения в 2 и 3 звена, способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, возможные направления и разную последовательность действий отдельных частей тела. Узнают, что хороший результат в основных движениях зависит от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге — от выноса голени маховой ноги вперед. Узнают особенности правильного выполнения равномерного бега в среднем и медленном темпах, прыжков в длину и высоту с разбега «согнув ноги», прыжков со скакалкой, разных способов метания в цель и вдаль, лазания по лестнице разноименным способом, скользящего лыжного хода. Знакомятся со специальными подводящими упражнениями. Узнают разнообразные упражнения, входящие в «школу мяча». Знакомятся с новыми спортивными играми. В подвижных играх осваивают новые правила, варианты их изменения, выбора ведущих.

Что осваивают дети.

Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, способы перестроения в 2 и 3 звена. Общеразвивающие упражнения: способы выполнения упражнений с различными предметами, направления и последовательность действий отдельных частей тела. Основные движения: вынос голени маховой ноги вперед в скоростном беге; равномерный бег в среднем и медленном темпах; способы выполнения прыжков в длину и высоту с разбега; прыжки со скакалкой; «школа мяча»; способы метания в цель и вдаль; лазание по лестнице одноименным и разноименным способами. Подвижные и спортивные игры: правила игр, способы выбора ведущего. По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения:

- сохранять дистанцию во время ходьбы и бега;

- выполнять упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме, выразительно, с большой амплитудой, в соответствии с характером и динамикой музыки;

- ходить энергично, сохраняя правильную осанку; сохранять равновесие при передвижении по ограниченной площади опоры;

- энергично отталкиваться и выносить маховую ногу вверх в скоростном беге;

- точно выполнять сложные подскоки на месте, сохранять равновесие в прыжках в глубину, прыгать в длину и высоту с разбега, со скакалкой;

- выполнять разнообразные движения с мячами («школа мяча»);
- свободно, ритмично, быстро подниматься и спускаться по гимнастической стенке;
- самостоятельно проводить подвижные игры; выбивать городки с кона и с полукона;
- вести, передавать и забрасывать мяч в корзину, знать правила игры;
- передвигаться на лыжах переменным шагом;
- кататься на двухколесном велосипеде и самокате.

Итоги освоения программы.

Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).

- В двигательной деятельности проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.

- В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании. Проявляет высокий, стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.

- Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения. Способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.

- Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. Способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую игру.

- В самостоятельной двигательной деятельности ребенок с удовольствием общается со сверстниками, проявляя познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.

Седьмой год жизни. О чем узнают дети.

Дети узнают новые способы построений и перестроений, разноименные, разнонаправленные, поочередные движения в общеразвивающих упражнениях, парные упражнения. Узнают новые варианты упражнений с мячами разного размера, требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату, новые спортивные игры, правила спортивных игр.

Что осваивают дети.

Порядковые упражнения: способы перестроения; общеразвивающие упражнения: разноименные и одноименные упражнения; темп и ритм в соответствии с музыкальным сопровождением; упражнения в парах и подгруппах; основные движения: в беге — работу рук; в прыжках — плотную группировку, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подвижные и спортивные игры: правила игр; способы контроля за своими действиями; способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр. Спортивные упражнения: скользящий переменный шаг по лыжне.

По мере накопления двигательного опыта у детей формируются следующие новые двигательные умения:

-самостоятельно, быстро и организованно строиться и перестраиваться во время движения;

-выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений;

-выполнять упражнения выразительно и точно, в соответствии с музыкальной фразой или указаниями;

-сохранять динамическое и статическое равновесие в сложных условиях;

-сохранять скорость и заданный темп бега; ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления;

-отбивать, передавать, подбрасывать мяч разными способами; точно поражать цель (горизонтальную, вертикальную, кольцоброс и другие);

-энергично подтягиваться на скамейке различными способами.

Быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестницам; лазать по канату (шесту) способом «в три приема»;

-организовать игру с подгруппой сверстников. Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы. Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола;

-выполнять попеременный двухшаговый ход на лыжах, подъемы и спуски с горы. Отталкиваться одной ногой, катаясь на самокате.

Итоги освоения программы.

Ребенок гармонично физически развивается, его двигательный опыт богат.

- Результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость.

- Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.

Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, стремится к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта.

1.4.1. Возрастно-половые показатели развития двигательных качеств у детей дошкольного возраста

пол	Бег 30м сек	Бег 10м сек	Метание набивного мяча см	Метание мешочка с песком вдаль см.		Прыжок в длину с места см	Прыжок в высоту с места см	Статичес- кое равнове- сие сек	Стано- вая сила кг	Сила кисти рук кг	
				Правая рука	Левая рука					Правая рука	Левая рука
4 - 5 лет / средняя группа											
М	10.5- 8.8	3.3.- 2.4	117-185	2.5-4.1	2.0- 3.4	60-90	14-18	3.3-5.1	14-18	3.9-7.5	3.5-7.1
Д	10.7- 8.7	3.4.- 2.6	97-178	2.4-3.4	1.8- 2.8	55-93	12-15	5.2-8.1	12-16	3.1-6.0	3.2-5.6
5 – 6 лет / старшая группа											
М	9.2- 7.9	2.5- 2.1	187-270	3.9-5.7	2.4- 4.2	100-110	20-26	7.0-11.8	18-25	6-9	6-8
Д	9.8- 8.3	2.7- 2.2	130-221	3.0-4.4	2.5- 3.5	95-104	20-35	9.4-14.2	14-20	6-8	5-7
6 – 7 лет / подготовительная к школе группа											
М	7.8- 7.0	2.2- 2.0	450-570	6.7-7.5	5.8- 6.0	116-123	22-25	40-60	20-23	11	10.5
Д	7.8- 7.5	2.4- 2.2	340-520	4.0-4.6	4.0- 4.4	111-123	21-24	50-60	19-21	10	9

ВОЗРАСТНО-ПОЛОВЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Примечание.

1. Расстояние и время пробега на дистанцию на выносливость колеблются у детей в больших пределах, поэтому в таблице они не приводятся.
2. Тестовое задание на выносливость считается выполненным, если ребенок пробежал всю дистанцию без остановки.

**1.4.2. Содержание мониторинга интегративных качеств развития ребенка.
Образовательная область «Физическое развитие»**

Объект диагностики	Метод диагностики	Содержание диагностики	Цель диагностики
Быстрота.	Бег 30 метров.	В качестве тестового задания предлагается бег на 30 м. Длина беговой дорожки должна быть на 5 – 7 м больше, чем длина дистанции. Линия финиша находится сбоку короткой чертой, а за ней на расстоянии 5 – 7 м ставится хорошо видимый с линии старта ориентир (флажок на подставке и др.), чтобы избежать замедления ребенком движения на финише. По команде «На старт, внимание!» поднимается флажок, и по команде «Марш!» ребенок с максимальной скоростью стремится добежать до финиша. После отдыха, ребенку предлагается еще две попытки. В протокол заносится лучший результат.	Выявление сформированности быстроты, как способности выполнять двигательные действия в минимальный срок, которая определяется скоростью реакции на сигнал и частотой многократно повторяющихся действий.
Сила.	Динамометр, прибор для измерения силы или момента силы используется для измерения силы сжатия кисти рук	Сила рук измеряется специальным ручным динамометром, сила ног – станovým динамометром.	Выявление сформированности силы, как способности преодолевать внешнее сопротивление и противодействовать ему посредством мышечного напряжения.
Скоростно-силовые качества.	Метание набивного мяча	<i>Метание набивного мяча массой 1 кг</i> проводится способом из-за головы двумя руками. Ребенок совершает 2 – 3 броска;	Выявление сформированности скоростно-силовых качеств, как способность человека к проявлению

	<p>Прыжок в длину с места</p>	<p>фиксируется лучший результат. <i>Прыжок в длину с места.</i> Для проведения прыжков нужно положить мат и сделать вдоль него разметку. Для повышения активности и интереса детей целесообразно на определенном расстоянии (чуть дальше среднего результата детей группы) разместить 3 флажка и предложить ребенку прыгнуть до самого дальнего из них. Замеряются результаты от носков ног в начале прыжка до пяток в конце прыжка. Прыжок выполняется 3 раза; фиксируется лучший результат.</p>	<p>предельно возможных усилий в кратчайший промежуток времени при сохранении оптимальной амплитуды движений.</p>
<p>Ловкость.</p>	<p>Бег на дистанцию 10 м. Полоса препятствий</p> <p>Непрерывный бег на</p>	<p><i>Способ измерения (любым способом)</i> <i>1. Бег на дистанцию 10 м.</i> Ловкость определяется как разница во времени, за которое ребенок пробегает эту дистанцию с поворотом (5м + 5м) и по прямой. Ребенку следует дать 2 попытки с перерывом для отдыха между ними. Для повышения интереса и результативности действий задание лучше выполнять в условиях соревнования. <i>2. «Полоса препятствий».</i> В это задание входят: бег по гимнастической скамейке (длина 5 м); прокатывание мяча между предметами (6 шт), разложенными на расстоянии 50 см друг от друга; подлезание под</p>	<p>Выявление сформированности ловкости, как способность быстро овладеть новыми движениями, быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки.</p>

<p>Выносливость</p>	<p>определенную дистанцию</p>	<p>дугу (высота 40 см). каждому ребенку дается по 3 попытки; фиксируется лучший результат.</p> <p><i>Способ измерения.</i> Выносливость можно оценить по результату непрерывного бега на определенную дистанцию:</p> <table border="1" data-bbox="762 593 1098 743"> <tr> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> </tr> <tr> <td>года</td> <td>лет</td> <td>лет</td> <td>лет</td> </tr> <tr> <td>100</td> <td>200</td> <td>300</td> <td>1000</td> </tr> <tr> <td>м</td> <td>м</td> <td>м</td> <td>м</td> </tr> </table> <p>Тест считается выполненным, если ребенок пробежал всю дистанцию без остановки.</p>	4	5	6	7	года	лет	лет	лет	100	200	300	1000	м	м	м	м	<p>Выявление сформированности выносливости как способности противостоять утомлению в какой-либо деятельности</p>
4	5	6	7																
года	лет	лет	лет																
100	200	300	1000																
м	м	м	м																
<p>Гибкость.</p>	<p>Наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке или другом предмете высотой 20 – 25 см.</p>	<p><i>Способ измерения.</i> Гибкость оценивается при помощи упражнения наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке или другом предмете высотой 20 – 25 см. для измерения глубины наклона линейку или планку прикрепляют таким образом, чтобы нулевая отметка соответствовала уровню плоскости опоры. Если ребенок не дотягивается кончиками пальцев до нулевой отметки, то результат определяется знаком « - ». При выполнении упражнения ноги в коленях сгибаться не должны.</p>	<p>Выявление сформированности гибкости, как свойства опорно-двигательного аппарата, определяющие степень подвижности его звеньев.</p>																

1.4.3. Инструментарий мониторинга освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»

Цель: выявить основные показатели готовности к усвоению программного содержания и степень его освоения.

Задачи:

- Установить особенности развития у детей физических качеств, накопленного двигательного опыта (овладения основными движениями).
- Выявить качественный показатель освоения основных движений детьми дошкольного возраста.
- Оценить темпы прироста физических качеств детей.

ОЦЕНКА ОСВОЕНИЯ ОСНОВНЫХ ДВИЖЕНИЙ ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (ИЗУЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОГО ОПЫТА ДЕТЕЙ)

Двигательный опыт ребенка представлен основными движениями и качеством их выполнения. В младшем дошкольном возрасте применяют простую оценку – «умеет», «не умеет». В более старшем возрасте результат оценивают в баллах:

- **«отлично»** - все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и схемой движения (5 баллов);
- **«хорошо»** - при выполнении теста допущена одна ошибка, существенно не изменяющая характер движения и результат (4 балла);
- **«удовлетворительно»** - тест выполняется с большим трудом, имеются значительные ошибки, отступления от заданной модели (3 балла);
- **«неудовлетворительно»** - упражнение практически не выполнено, однако ребенок делает попытки (1 – 2 элемента движения) к его выполнению (2 балла);
- **«плохо»** - ребенок не предпринимает попыток к выполнению теста, физически не в состоянии его выполнить (0 баллов).

Результаты в баллах заносятся в протокол.

Качественные показатели освоения элементов техники основных движений детьми дошкольного возраста.

1. Ходьба обычная		
<i>Техника выполнения</i>		
Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст
1.Прямое ненапряженное положение туловища и головы. 2.Свободные движения рук (еще не ритмичны и не энергичны). 3.Согласованные движения рук и ног. 4.Примерное соблюдение направления с опорой на ориентиры и без них.	1.Прямое ненапряженное положение туловища и головы. 2.Свободные движения рук от плеча. 3.Шаг ритмичный, но еще не стабильный и тяжеловатый. 4.Соблюдение направления с опорой на ориентиры и без них.	1.Хорошая осанка. 2.Свободные движения рук от плеча со сгибанием в локтях. 3.Шаг энергичный, ритмичный, стабильный. 4.Выраженный перекал с пятки на носок, небольшой разворот стоп. 5.Активное разгибание и сгибание ног в коленных суставах (амплитуда небольшая). 6.Соблюдение различных направлений и умение менять их.

Методика обследования ходьбы
Время учитывается с точностью до 0,1 с, старт и финиш отмечается линиями. Ребенок находится на расстоянии 2 – 3 м от линии старта. Он проходит 10 м до предмета, расположенного на расстоянии 2 – 3 м за линией финиша. Задание выполняется 2 раза. Фиксируется лучший результат.

2. Бег		
Техника выполнения		
Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст
<u>Бег на скорость</u> 1.Туловище прямое или немного наклонено вперед. 2.Выраженный момент полета. 3.Свободные движения рук. 4.Соблюдение направления с опорой на ориентиры.	<u>Бег на скорость</u> 1.Небольшой наклон туловища, голова прямо. 2.Руки полусогнуты в локтях. 3.Выраженный вынос бедра маховой ноги (примерно под углом 40-50 градусов). 4.Ритмичность бега.	<u>Бег на скорость</u> 1.Небольшой наклон туловища, голова прямо. 2.Руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед внутрь. 3.Быстрый вынос бедра маховой ноги (под углом примерно 60-80 градусов). 4.Опускание толчковой ноги с носка с выраженным распрямлением в суставах. 5.Прямолинейность, ритмичность бега.
	<u>Медленный бег</u> 1.Туловище почти вертикально. 2.Шаг короткий, сгибание ног с небольшой амплитудой. 3.Руки полусогнуты, движения ненапряженные.	<u>Медленный бег</u> 1.Туловище почти вертикально. 2.Сгибание ног с небольшой амплитудой, шаг короткий, постановка ноги - с пятки. 3.Движение полусогнутых рук свободное, с небольшой амплитудой, кисти расслаблены. 4.Устойчивая ритмичность движений.
Методика обследования бега		
Заранее размечается беговая дорожка: длина – 40 м, до линии старта и после линии финиша – 5-6 м. В конце беговой дорожки помещается яркий ориентир. После знакомства с командами «На старт! Внимание! Марш!» и правилами выполнения задания (начинать бег строго по сигналу, возвращаться к линии старта только по краю дорожки) даются 2 попытки с интервалами для отдыха 2-3 мин, фиксируется лучший результат. Целесообразно организовать бег парами.		

4. Метание		
4.1. Метание вдаль		
Техника выполнения		
Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст

3. Прыжки		
3.1. Прыжки в длину с места		
<i>Техника выполнения</i>		
Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст
<p>1.<u>И.П.</u>: небольшое приседание на слегка расставленных ногах.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: отталкивание одновременно двумя ногами.</p> <p>3.<u>Полет</u>: ноги слегка согнуты, положение рук свободное.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: мягко, одновременно на две ноги.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) ноги стоят параллельно, на ширине ступни; б) полуприседание с наклоном туловища; в) руки слегка отведены назад.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: а) двумя ногами одновременно; б) мах руками вперед вверх.</p> <p>3.<u>Полет</u>: а) руки вперед вверх; б) туловище и ноги выпрямлены.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: а) одновременно на обе ноги, с пятки на носок, мягко; б) положение рук свободное.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) ноги стоят параллельно, на ширине ступни; б) полуприседание с наклоном туловища; в) руки слегка отведены назад.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: а) двумя ногами одновременно (вверх, вперед); б) выпрямление ног; в) резкий мах руками вперед вверх.</p> <p>3.<u>Полет</u>: а) туловище согнуто, голова вперед; б) вынос полусогнутых ног вперед; в) движение рук вперед вверх.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: а) одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с переходом с пятки на всю ступню; б) колени полусогнуты, туловище слегка наклонено; в) руки движутся свободно вперед – в стороны; г) сохранение равновесия при приземлении.</p>
3.2. Прыжки в глубину (спрыгивание)		
<i>Техника выполнения</i>		
<p>1.<u>И.П.</u>: небольшое приседание с наклоном туловища.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: одновременно двумя ногами.</p> <p>3.<u>Полет</u>: ноги слегка выпрямляются, руки в свободном положении.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: мягко, одновременно на две ноги.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) ноги стоят параллельно, слегка расставлены; б) полуприседание; в) руки свободно движутся назад.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: а) двумя ногами одновременно; б) мах руками вперед вверх.</p> <p>3.<u>Полет</u>: а) ноги почти прямые; б) руки вверх.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: а) одновременно на обе ноги, с носка с переходом на всю ступню; б) руки вперед - в стороны.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) ноги стоят параллельно на ширине ступни, слегка согнуты в коленях; б) туловище наклонено, голова прямо, руки свободно назад.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: а) сильное отталкивание вверх с распрямлением ног; б) резкий взмах руками вперед вверх.</p> <p>3.<u>Полет</u>: а) туловище вытянуто; б) руки вперед вверх.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: а) одновременно на обе ноги, с переходом с носка на всю ступню, колени полусогнуты; б) туловище наклонено; в) руки вперед –</p>

		в стороны; г) сохранение равновесия при приземлении.
3.3. Прыжки в длину с разбега		
<i>Техника выполнения</i>		
		<p>1.<u>И.П.</u>: а) равноускоренный бег на носках, корпус слегка наклонен вперед; б) энергичная работа полусогнутых в локтях рук, корпус выпрямляется.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: а) толчковая нога почти прямая, ставится на всю ступню, маховая нога выносится вперед вверх; б) прямое положение туловища; в) руки вперед вверх.</p> <p>3.<u>Полет</u>: а) маховая нога вперед вверх, к ней подтягивается толчковая нога, туловище почти прямое, одна нога идет вверх, другая несколько в сторону; б) наклон туловища вперед, группировка; в) ноги (почти прямые) – вперед, руки – вниз назад.</p> <p>4.<u>Приземление</u>: а) одновременно на обе ноги, с переходом с пятки на всю ступню; б) туловище наклонено, ноги согнуты в коленях; в) руки свободно движутся вперед.</p>
3.4. Прыжки в высоту с разбега способом «согнув ноги»		
<i>Техника выполнения</i>		
		<p>1.<u>И.П.</u>: а) разбег с ускорением на последних шагах; б) энергичная работа полусогнутых в локтях рук.</p> <p>2.<u>Толчок</u>: а) выпрямление толчковой ноги с резким выносом вперед вверх маховой; б) наклон туловища вперед; в) сильный мах руками вверх.</p> <p>3.<u>Полет</u>: а) подтягивание толчковой ноги к маховой, группировка; б) руки вперед вверх.</p>

		4. Приземление: а) одновременно на обе полусогнутые ноги с переходом с носка на всю ступню; б) туловище наклонено вперед; в) руки свободно движутся вперед; г) сохранение равновесия при приземлении (шаг вперед – в сторону).
Методика обследования прыжков		
В зале готовятся стойки для прыжков в высоту, резиновая дорожка и четко обозначается место отталкивания. Если обследование проходит на участке, то предварительно готовят яму для прыжков: рыхлят песок, указывается место для отталкивания и т.д. Высота увеличивается постепенно на 5 см. Каждому ребенку даются 3 попытки. Фиксируется лучший результат. Перед оценкой сложных видов прыжков (в длину и высоту с разбега) целесообразно дать 1 – 2 пробные попытки при высоте 30 – 35 см.		
1. И.П.: стоя лицом в направлении броска, ноги слегка расставлены, правая рука согнута в локте. 2. Замах: небольшой поворот вправо. 3. Бросок: с силой (для сохранения направления полета предмета).	1. И.П.: а) стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая впереди. 2. Замах: а) поворот туловища вправо, сгибая правую ногу; б) одновременно правая рука идет вниз назад; в) поворот в направлении броска, правая рука вверх вперед. 3. Бросок: а) резкое движение руки вдаль вверх; б) сохранение заданного направления полета предмета. 4. Заключительная часть: сохранение равновесия.	1. И.П.: стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая – впереди, правая – на носке; б) правая рука с предметом на уровне груди, локоть вниз. 2. Замах: а) поворот вправо, сгибая правую ногу и перенося на нее вес тела, левую – на носок; б) одновременно разгибая правую руку, размашисто отвести ее вниз – назад – в сторону; в) перенос веса тела на левую ногу, поворот груди в направлении броска, правый локоть вверх, спина прогнута – «положение натянутого лука». 3. Бросок: а) продолжая переносить вес тела на левую ногу, правую руку с предметом резко выпрямить; б) хлещущим движением кисти бросить предмет вдаль вверх; в) сохранять заданное направление полета предмета. 4. Заключительная часть: шаг вперед (или приставить правую ногу), сохранение равновесия.

4.2. Метание в горизонтальную цель		
Техника выполнения		
<p>1.<u>И.П.</u>: ноги слегка расставлены, рука перед собой (прицеливание).</p> <p>2.<u>Бросок</u>: а) резкое движение рукой вверх – вниз; б) попадание в цель.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: стойка вполоборота к мишени, ноги на ширине плеч; правая рука выдвинута вперед (прицеливание).</p> <p>2.<u>Замах</u>: а) поворот в сторону мишени, наклон туловища вперед, бросок с силой; б) попадание в цель.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) стойка вполоборота к мишени, ноги на ширине плеч; б) правая рука выдвинута вперед (прицеливание), левая свободно опущена вниз.</p> <p>2.<u>Замах</u>: а) перенос тяжести тела на правую ногу, левую на носок; б) одновременно правую руку поднять вверх.</p> <p>3.<u>Бросок</u>: а) поворот в сторону мишени, перенос тяжести тела на левую ногу, правую на носок; б) резкое движение правой рукой вниз, одновременно хлещущее движение кисти; в) попадание в цель.</p> <p>4.<u>Заключительная часть</u>: шаг вперед или приставление правой ноги, сохранение равновесия.</p>
4.3. Метание в вертикальную цель		
Техника выполнения		
<p>1.<u>И.П.</u>: а) стоя лицом в направлении броска, ноги слегка расставлены, левая впереди; б) правая рука согнута в локте на уровне глаз (прицеливание).</p> <p>2.<u>Замах</u>: правая рука слегка согнута в локте и поднята вверх.</p> <p>3.<u>Бросок</u>: а) резкое движение рукой от плеча; б) попадание в цель.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая впереди; б) правая рука с предметом на уровне глаз (прицеливание).</p> <p>2.<u>Замах</u>: а) поворот вправо, сгибая правую ногу; б) одновременно правая рука, согнутая в локте, движется вниз - назад - вверх; поворот в направлении броска.</p> <p>3.<u>Бросок</u>: а) резкое движение рукой от плеча; б) попадание в цель.</p> <p>4.<u>Заключительная часть</u>: сохранение равновесия.</p>	<p>1.<u>И.П.</u>: а) стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая впереди; б) правая рука с предметом на уровне глаз (прицеливание).</p> <p>2.<u>Замах</u>: а) поворот вправо, сгибая правую ногу, левую на носок; б) одновременно правая рука, правая рука, согнутая в локте, движется вниз назад вверх; в) поворот в направлении броска.</p> <p>3.<u>Бросок</u>: а) перенос веса тела на левую ногу; б) резкое движение руки вперед от плеча; в) попадание в цель.</p> <p>4.<u>Заключительная часть</u>: сохранение равновесия.</p>
Методика обследования метания		

Метание в даль проводится на площадке (длина не менее 10 – 20 м, ширина – 5 – 6 м), которую следует заранее разметить флажками или цифрами. Детям уточняется порядок выполнения задания: по команде бросить мешочек в определенном направлении, затем по команде собрать мешочки. Метание в даль можно проводить в виде эстафеты «Кто дальше бросит». Метание в цель проводится индивидуально, каждому ребенку так же дается по три попытки каждой рукой.

5. Лазание		
5.1. Лазание по гимнастической стенке		
Техника выполнения		
Младший возраст	Средний возраст	Старший возраст
1. Крепкий хват руками. Поочередный перехват руками рейки. 2. Чередующийся шаг. 3. Активные, уверенные движения.	1. Одновременность постановки руки и ноги на рейку. 2. Ритмичность движений.	<i>Одноименный и разноименный способы.</i> 1. Одноименная или разноименная координация рук и ног. 2. Одновременность постановки руки и ноги на рейку. 3. Ритмичность движений.
5.2. Лазание по канату способом «в три приема»		
Техника выполнения		
		<u>И.П.</u> : вис на прямых руках на канате. <u>Первый прием</u> : согнуть ноги, захватить канат ступнями. <u>Второй прием</u> : выпрямить ноги, согнуть руки. <u>Третий прием</u> : поочередный перехват каната руками над головой.
Методика обследования лазания		
Проверка движений проводится индивидуально. Необходимо расположить маты около снаряда. Возможны 1 – 2 предварительные попытки. Начало подъема сопровождается командами: «Приготовиться!», «Марш!» Каждому ребенку дается по 3 попытки, учитывается лучший результат. Одновременно с оценкой качества достижения фиксируется время подъема и спуска.		

1.5. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

1.5.1. Пояснительная записка.

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

Образовательная программа разработана с целью конкретизации подходов к определению целей, содержания, целевых ориентиров, определенных с учетом

региональной специфики, необходимых для проектирования содержания вариативной части (части, формируемой участниками образовательных отношений) основной образовательной программы дошкольного образования, для осуществления перспективного и календарного планирования образовательной работы с детьми (рабочей программы, как компонента основной образовательной программы, разрабатываемой образовательным учреждением самостоятельно).

Образовательная программа создана с опорой на лучшие традиции российского дошкольного образования, что нашло свое отражение в содержании основных направлений (образовательных областей) развития детей, обозначенных в ФГОС ДО: социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие, а также с учетом климатических, демографических условий, национально-культурных традиций народов Среднего Урала.

Основными компонентами содержания образовательной программы являются: ознакомление с природой и культурой родного края и приобщение к народным традициям; формирование знаний о своей национальной принадлежности; учет региональных (природных, географических, производственных и т.д.) и этнических особенностей; использование средств народного воспитания (устное народное творчество, музыкальный фольклор, народное декоративно-прикладное искусство и т.д.).

Рассмотрение процесса образования детей дошкольного возраста в контексте национальной и социокультурной направленности воспитания позволяет выделить в его структуре (с позиций содержательно-целевого подхода) следующие компоненты:

- *когнитивный*. Ребенок овладевает знаниями о природе, обществе, способах деятельности, присущих его народу. Это развивает этническую идентичность, формирует чувство национального достоинства и гордости от осознания принадлежности к своему народу;

- *аффективный*. Ребенок накапливает опыт эмоционально-волевого отношения к окружающему миру, к людям другой национальности. Это развивает способность быть активным участником межкультурного диалога;

- *деятельностный*. Ребенок вооружается системой интеллектуальных и практических навыков и умений, которые влияют на формирование национального характера личности, закрепление в ней лучших качеств;

- *креативный*. Ребенок накапливает творческий опыт освоения народной культуры, необходимый для решения разнообразных проблем жизни и деятельности в современном обществе.

1.5.2. Цели реализации программы «Мы живем на Урале».

Успешное развитие личности возможно только в социальной, культурной, природно-климатической среде, определенной территории, что становится возможным при единстве целей, ценностей, межличностных отношений, видов деятельности, сфер общения отдельного человека, семьи.

Цели образования ребенка дошкольного возраста

1. Формирование познавательного интереса и чувства сопричастности к семье, детскому саду, городу, родному краю, культурному наследию своего народа на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения.

2. Воспитание уважения и понимания своих национальных особенностей, чувства собственного достоинства, как представителя своего народа, и толерантного отношения к представителям других национальностей (сверстникам и их родителям, соседям и другим людям).

3. Формирование бережного отношения к родной природе, стремление бережно относиться к ней, сохранять и умножать, по мере своих сил, богатство природы.

4. Формирование начал культуры здорового образа жизни на основе национально-культурных традиций.

1.5.3 Принципы и подходы к реализации программы «Мы живем на Урале».

Реализация целей образовательной программы осуществляется через:

- введение краеведческого материала в работу с детьми, с учетом принципа постепенного перехода от более близкого ребенку, лично-значимого, к менее близкому – культурно-историческим фактам, путем сохранения хронологического порядка исторических фактов и явлений и сведения их к трем временным измерениям: прошлое – настоящее – будущее;

- формирование личного отношения к фактам, событиям, явлениям в жизни города (села), Свердловской области;

- создание условий, для активного приобщения детей к социальной действительности, повышения личностной значимости для них того, что происходит вокруг:

- осуществление деятельного подхода в приобщении детей к истории, культуре, природе родного края, т.е. выбор самими детьми той деятельности, в которой, они хотели бы отобразить свои чувства, представления об увиденном и услышанном (творческая игра, составление рассказов, изготовление поделок, сочинение загадок, аппликация, лепка, рисование);

- создание развивающей среды для самостоятельной и совместной деятельности взрослых и детей, которая будет способствовать развитию личности ребенка на основе народной культуры, с опорой на краеведческий материал (предметы, вещи домашнего обихода, быта; предметы декоративно-прикладного быта, искусства уральских народов), предоставляющие детям возможность проявить свое творчество;

- разнообразие форм, методов и приемов организации образовательной деятельности с детьми:

- детско-взрослые проекты (дети – родители - педагоги) как формы работы с детьми по освоению содержания образования в соответствии с психолого-педагогическими задачами тем комплексно-тематического планирования образовательного процесса;

- мини-музеи, выставки, экскурсии, детское портфолио, кейсы, акции (природоохранные, социальные) и т.д.;

- кружки, студии, секции краеведческой, спортивной, социальной направленности с учетом интересов способностей детей, потребностей заказчиков образовательных услуг (родители);

- клубные формы работы с родителями и детьми;

формы партнерского сотрудничества с социальными институтами (школа, библиотека, поликлиника, музей, планетарий, ботанический сад, станция юннатов, станция юных техников, дом культуры, театр, филармония, дом фольклора, зоопарк, дендрарий, спортивный комплекс, стадион, ГИБДД, пожарная часть, МЧС и др.): экскурсии, целевые прогулки, гостевание, культурно-досуговая деятельность, совместные акции, проекты (на основе договора о сотрудничестве, плана совместной образовательной деятельности), конкурсы, фестивали, соревнования, дни здоровья.

1.5.4. Значимые для реализации целей и задач образовательной программы характеристики.

Моя семья

1. Формировать познавательный интерес к истории своей семьи, ее родословной.
2. Воспитывать чувство родовой чести, привязанности, сопричастности к общим делам, любви и уважения к членам семьи.

Моя малая Родина

1. Развивать у детей интерес к родному городу (селу): к улицам, районам, достопримечательностям: культурных учреждений, промышленных центров, памятников зодчества, архитектуре, истории, событиям прошлого и настоящего; к символике (герб, флаг, гимн), традициям.

2. Развивать способность чувствовать красоту природы, архитектуры своей малой родины и эмоционально откликаться на нее.

3. Содействовать становлению желания принимать участие в традициях города (села), горожан (сельчан), культурных мероприятиях, социальных, природоохранных акциях.

4. Развивать чувство гордости, бережное отношение к родному городу (селу).

5. Расширять представления детей о том, что делает малую родину (город село) красивым.

6. Познакомить детей с жизнью и творчеством некоторых знаменитых людей своего города (села).

Мой край – земля Урала

1. Развивать у детей интерес к родному краю как части России: культуре, истории зарождения и развития своего края; к людям, прославившим свой край в истории его становления; к людям разных национальностей, живущих в родном крае.

2. Развивать интерес и уважение к деятельности взрослых на благо родного края, стремление участвовать в совместной со взрослыми деятельности социальной направленности.

3. Воспитывать патриотические и гражданские чувства: чувство восхищения достижениями человечества; чувство гордости от осознания принадлежности к носителям традиций и культуры своего края; уважительное отношение к историческим личностям, памятникам истории.

4. Развивать представления детей об особенностях (внешний облик, национальные костюмы, жилища, традиционные занятия) и культурных традициях представителей разных национальностей жителей родного края - Среднего Урала.

5. Воспитывать чувство привязанности ребенка к родному краю, уважение к культурным традициям своего и других народов.

6. Развивать интерес детей к природным богатствам родного края, стремление сохранять их.

Культура и искусство народов Среднего Урала

1. Развивать интерес детей к народной культуре (устному народному творчеству, народной музыке, танцам, играм, игрушкам) своего этноса, других народов и национальностей.

2. Способствовать накоплению опыта познания ребенком причин различия и глубинного сходства этнических культур, опыта субъекта деятельности и поведения в процессе освоения культуры разных видов, обеспечивая возможность отражения полученных знаний, умений в разных видах художественно-творческой деятельности.

3. Обеспечивать познание детьми общности нравственно-этических и эстетических ценностей, понимание причин различий в проявлениях материальной и духовной культуры.

4. Развивать способность к толерантному общению, к позитивному взаимодействию с людьми разных этносов.

5. Воспитывать у детей миролюбие, принятие и понимание других людей (детей и взрослых) независимо от их расовой и национальной принадлежности, языка и других особенностей культуры.

1.5.5. Планируемые результаты образовательной программы.

- *ребенок ориентирован на сотрудничество*, дружелюбен, приятен, расположен к людям, способен участвовать в общих делах, совместных действиях, деятельности с другими детьми и взрослыми; способен понимать состояния и поступки других людей, выбирать адекватные способы поведения в социальной ситуации и уметь преобразовывать ее с целью оптимизации общения с окружающими;

- *ребенок обладает установкой на толерантность*, способностью мириться, уживаться с тем, что является отличным, непохожим, непривычным (например, с чужим мнением, с человеком, имеющим недостатки физического развития, с людьми других национальностей и др.); с удовольствием рассказывает о своих друзьях других этносов, высказывает желание расширять круг межэтнического общения;

- *ребенок знает некоторые способы налаживания межэтнического общения* с детьми других этносов и использует их при решении проблемно-игровых и реальных ситуаций взаимодействия;

- *ребенок обладает чувством разумной осторожности*, выполняет выработанные обществом правила поведения (на дороге, в природе, в социальной действительности);

- *ребенок проявляет уважение к родителям* (близким людям), проявляет воспитанность и уважение по отношению к старшим и не обижает маленьких и слабых, посильно помогает им;

- *ребенок проявляет познавательную активность*, способность и готовность расширять собственный опыт за счет удовлетворения потребности в новых знаниях, переживать радость открытия нового; умение использовать разнообразные источники получения информации для удовлетворения интересов, получения знаний и содержательного общения;

- *ребенок проявляет интерес* к малой родине, родному краю, их истории, необычным памятникам, зданиям; к событиям настоящего и прошлого родного края; к национальному разнообразию людей своего края, стремление к знакомству с их культурой; активно включается в проектную деятельность, самостоятельное исследование, детское коллекционирование, создание мини-музеев, связанных с прошлым и настоящим родного края;

- *ребенок обладает креативностью*, способностью к созданию нового в рамках адекватной возрасту деятельности, к самостоятельному поиску разных способов решения одной и той же задачи; способностью выйти за пределы исходной, реальной ситуации и в процессе ее преобразования создать новый, оригинальный продукт;

- *ребенок проявляет самостоятельность*, способность без помощи взрослого решать адекватные возрасту задачи, находить способы и средства реализации собственного замысла на материале народной культуры; самостоятельно может рассказать о малой родине, родном крае (их достопримечательностях, природных особенностях, выдающихся людях), использует народный фольклор, песни, народные игры в самостоятельной и совместной деятельности, общении с другими детьми и взрослыми;

- *ребенок способен чувствовать прекрасное*, воспринимать красоту окружающего мира (людей, природы), искусства, литературного народного, музыкального творчества;

- *ребенок признает здоровье как наиважнейшую ценность* человеческого бытия, проявляет готовность заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих, соблюдать правила безопасности жизнедеятельности, самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья в рамках адекватной возрасту жизнедеятельности и общении;

- *ребенок проявляет эмоциональную отзывчивость* при участии в социально значимых делах, событиях (переживает эмоции, связанные с событиями военных лет и подвигами горожан, стремится выразить позитивное отношение к пожилым жителям города и др.); отражает свои впечатления о малой родине в предпочитаемой деятельности (рассказывает, изображает, воплощает образы в играх, разворачивает сюжет и т.д.); охотно участвует в общих делах социально-гуманистической направленности (в подготовке

концерта для ветеранов войны, посадке деревьев на участке, в конкурсе рисунков «Мы любим нашу землю» и пр.; выражает желание в будущем (когда вырастет) трудиться на благо родной страны, защищать Родину от врагов, стараться решить некоторые социальные проблемы.

- *ребенок обладает начальными знаниями о себе*, об истории своей семьи, ее родословной; об истории образования родного города (села); о том, как люди заботятся о красоте и чистоте своего города; о богатствах недр Урала (полезных ископаемых, камнях самоцветах); о природно-климатических зонах Урала (на севере - тундра, тайга, на Юге Урала – степи), о животном и растительном мире; о том, что на Урале живут люди разных национальностей; о том, что уральцы внесли большой вклад в победу нашей страны над фашистами во время Великой Отечественной войны; о промыслах и ремеслах Урала (камнерезное и ювелирное искусство; каслинское литье, ограды и решетки города Екатеринбурга; уральская роспись на бересте, металле, керамической посуде);

- *ребенок знает* название и герб своего города (поселка, села), реки (водоема), главной площади, местах отдыха; фамилии уральских писателей и названия их произведений (П.П. Бажов, Д.Н Мамин-Сибиряк); другие близлежащие населенные пункты и крупные города Урала; Урал – часть России, Екатеринбург - главный город Свердловской области.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Задачи и содержание образовательной области «Физическое развитие».

Цель: Приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательном, в том числе связанном с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному

формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Задачи и направления физического развития в соответствии с методикой

Оздоровительные задачи	Воспитательные задачи	Образовательные задачи
<ul style="list-style-type: none"> - формирование правильной осанки (своевременное окостенение опорно-двигательного аппарата, формирование изгибов позвоночника, развитие свода стопы, укрепление связочно – суставного аппарата); - развитие гармоничного телосложения; - развитие мышц лица, туловища, ног, рук, плечевого пояса, кистей, пальцев, шеи, глаз, внутренних органов. 	<ul style="list-style-type: none"> - формирование потребности в ежедневных физических упражнениях; - воспитание умения рационально использовать физические упражнения в самостоятельной двигательной деятельности; - приобретение грации, пластичности, выразительности движений; - воспитание самостоятельности, инициативности, самоорганизации, взаимопомощи. 	<ul style="list-style-type: none"> - формирование двигательных умений и навыков; - развитие психофизических качеств (быстроты, силы, гибкости, выносливости, глазомера, ловкости); - развитие двигательных способностей (функции равновесия, координации движений).

Принципы физического развития.

Общепедагогические.

Принцип осознанности и активности (П.Ф. Лесгафт) направлен на воспитание у ребёнка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм.

Принцип активности предполагает в ребёнке высокую степень самостоятельности, инициативности и творчества.

Принцип систематичности и последовательности означает построение системы физкультурно – оздоровительной работы и последовательное её воплощение.

Принцип повторения предусматривает формирование двигательных навыков и динамических стереотипов на основе многократного повторения упражнений, движений.

Принцип постепенности означает постепенное наращивание физических нагрузок.

Принцип наглядности способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участвующих в движении.

Принцип доступности и индивидуализации означает обязательный учёт индивидуальных особенностей ребёнка для правильного подбора доступных ему физических нагрузок.

Специальные.

Принцип непрерывности выражает закономерности построения физического развития как целостного процесса.

Принцип системного чередования физических нагрузок и отдыха направлен на сочетание высокой активности и отдыха в разных формах двигательной активности.

Принцип постепенного наращивания развивающе – тренирующих воздействий выражает поступательный характер и обуславливает усиление и обновление воздействий в процессе физического развития.

Принцип адаптивного сбалансирования динамики нагрузок выражает зависимость динамических нагрузок от закономерностей адаптации к ним ребёнка.

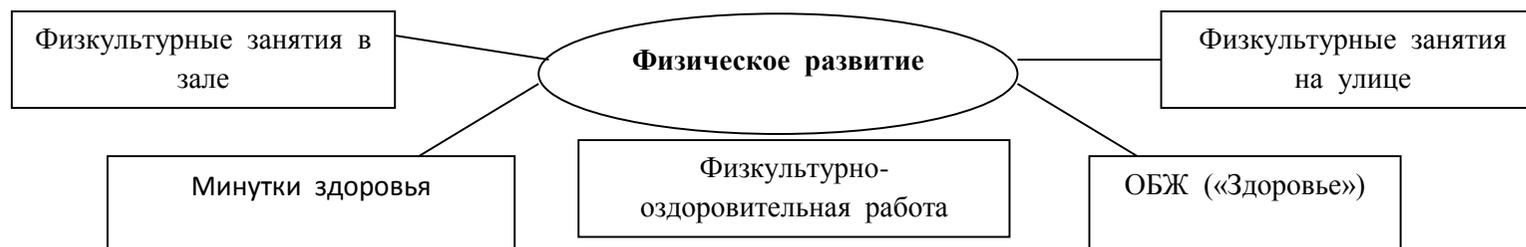
Принцип всестороннего и гармоничного развития личности выражает взаимосвязь физического, интеллектуального, духовного, нравственного и эстетического развития ребёнка.

Принцип оздоровительной направленности решает задачи укрепления здоровья ребёнка.

Принцип оптимального сочетания фронтальных, групповых и индивидуальных способов обучения.

Организационно - технологические условия физического развития детей

Организационные формы физического развития в МАДОУ детский сад № 126



СРЕДСТВА физического развития

Естественные силы природы (солнце, воздух, вода).	Гигиенические факторы	Различные виды деятельности компонентом которой является движение (лепка, рисование)	Физические упражнения (ОВД, ОРУ, строевые упр., игры)
МЕТОДЫ физического развития			
Наглядные: <ul style="list-style-type: none"> • Наглядно-зрительные (показ, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры) • Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни) • Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя) 	Словесные: <ul style="list-style-type: none"> • Объяснения, пояснения, указания; • Подача команд, распоряжений, сигналов; • Вопросы к детям • Образный сюжетный рассказ, беседа; • Словесная инструкция 	Практические: <ul style="list-style-type: none"> • Повторение упражнений без изменения и с изменениями; • Проведение упражнений в игровой форме; • Проведение упражнений в соревновательной форме 	

Применение в образовательном процессе дошкольного учреждения здоровьесберегающих технологий позволяет осуществить интеграцию образовательной области «Физическое развитие» со всеми образовательными областями (реализация принципа интеграции образовательных областей – интеграция по средствам организации и оптимизации образовательного процесса)

Модель по здоровьесберегающим технологиям в МАДОУ – детский сад № 126



Формы и методы оздоровления детей

Содержание	Формы и методы
Обеспечение здорового ритма жизни	- щадящий режим в адаптационный период - гибкий режим - организация микроклимата и стиля жизни группы - рациональное питание - определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка - применение динамических поз (сидя, стоя, лежа)
Физические упражнения	- утренняя гимнастика - коррегирующие гимнастики (для глаз, дыхательные гимнастики, пальчиковые) - подвижные и динамические игры - спортивные игры и упражнения - элементы точечного массажа и самомассажа - логоритмика, артикуляционная гимнастика - использование сухого бассейна
Гигиенические и водные процедуры	- умывание и игры с водой - закаливание (мытьё рук, полоскание рта и горла, закаливание стоп водой комнатной температуры в теплый период года) - обеспечение чистой среды
Свето-воздушные ванны	- проветривание помещений (в т.ч. сквозное) - сон при открытых фрамугах - прогулки на свежем воздухе - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха
Активный отдых	- развлечения, игры, забавы, праздники - дни, недели здоровья - элементарный туризм
Свето- и цвето терапия	- обеспечение светового режима - цветное и световое сопровождение среды и учебного процесса
Музыкотерапия	- музыкальное сопровождение режимных моментов, музыкальные паузы - музыкальное оформление фона НОД, использование музыки в театральной деятельности
Стимулирующая терапия	- витаминизация - профилактические прививки

Система физкультурно-оздоровительной работы в МАДОУ детский сад №126.

Двигательный режим в течение дня

- Прием детей, самостоятельная двигательная деятельность детей
- Утренняя гимнастика
- Физкультурные занятия в зале
- Физкультурное занятие на прогулке
- Физкультминутки во время занятий
- Музыкальные занятия
- Прогулка

- Прогулка за пределы участка
- Корректирующая гимнастика после сна
- Физкультурный досуг
- Спортивные упражнения, игры (лыжи)
- Спортивный праздник
- Каникулы

Организация рационального питания:

- Выполнение режима питания;
- Калорийность питания;
- Ежедневное соблюдение норм потребления продуктов;
- Гигиена приема пищи;
- Правильность расстановки мебели;
- Организация второго завтрака (соки);
- Соблюдение питьевого режима;
- Индивидуальный подход к детям во время приема пищи.

Оздоровительные и профилактические мероприятия:

- Закаливание (солнце, воздух, вода)
- Лечебные мероприятия (Витаминотерапия, кварцевание, употребление лука и чеснока; игры, которые лечат)
 - Профилактика нарушения осанки и плоскостопия;
 - Нетрадиционные методы (музыкотерапия, выращивание и употребление зеленого лука)
 - Пропаганда ЗОЖ:
 - наглядно-печатная информация;
 - курс лекций и бесед для родителей.

Создание условий для двигательной деятельности:

Вид двигат. активности	Необходимые условия
Движения во время бодрствования	- оборудование зала (спортивный инвентарь) - спортивные уголки в группах - наличие прогулочных площадок - одежда, не стесняющая движение - игрушки и пособия, побуждающие ребенка к движению;
Подвижные игры	- знание правил игры; - картотека игр; - атрибуты;
Движения под музыку	- музыкальное сопровождение
Утренняя гимнастика и гимнастика после сна	- знание воспитателями комплексов гимнастики; - наличие места для гимнастики после сна; - наличие массажных дорожек

Деятельность сотрудников МАДОУ в осуществлении физкультурно - оздоровительной работы.

Наименование должности	Содержание деятельности
Заведующий	<p>Создает необходимые условия для укрепления здоровья детей, обеспечения их питанием.</p> <p>Обеспечивает выполнение санитарно-гигиенических правил, противопожарных мероприятий и других условий по охране жизни и здоровья детей.</p> <p>Обеспечивает медико-педагогический контроль за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий.</p> <p>Проводит обучение и инструктаж по технике безопасности.</p>
Медицинская сестра	<p>Организует и контролирует проведение всех физкультурно-оздоровительных мероприятий в группах.</p> <p>Осуществляет контроль за режимом дня.</p> <p>Делает профилактические прививки.</p> <p>Оказывает доврачебную помощь.</p> <p>Наблюдает за динамикой физического развития детей.</p> <p>Проверяет организацию питания в группах.</p> <p>Следит за санитарным состоянием пищеблока и групповых комнат и других помещений учреждения.</p> <p>Проводит санитарно-просветительскую работу среди сотрудников детского сада и родителей.</p>
Заместитель заведующего по ВМР	<p>Составляет расписание непосредственно образовательной деятельности с учетом возраста детей, план оздоровительной работы, двигательный режим в разных возрастных группах.</p> <p>Контролирует проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в группах.</p> <p>Проводит диагностику двигательных навыков совместно с инструктором по физической культуре.</p> <p>Наблюдает за динамикой физического развития детей.</p> <p>Осуществляет контроль за режимом дня.</p> <p>Осуществляет подбор пособий и игрушек в соответствии с гигиеническими требованиями к ним с учетом возрастных особенностей детей.</p> <p>Проводит консультативную работу среди родителей и педагогов по вопросам физического развития детей.</p>
Инструктор по физической культуре	<p>Координирует всю физкультурно-оздоровительную работу.</p> <p>Проводит физкультурные занятия, физкультурные досуги и праздники, индивидуальную работу по развитию и коррекции двигательных навыков детей.</p> <p>Наблюдает за динамикой физического развития детей.</p> <p>Проводит диагностику двигательных навыков совместно с заместителем заведующего по ВМР.</p> <p>Консультирует воспитателей по вопросам проведения утренней гимнастики, подвижных игр, индивидуальной работы по развитию движений детей.</p>

	Проводит просветительскую работу с родителями по вопросам здорового образа жизни и использования элементов физической культуры в домашних условиях.
Музыкальный руководитель	Способствует развитию эмоциональной сферы ребёнка. Проводит музыкальные игры и хоры с детьми. Занимается развитием движений детей на музыкальных занятиях и в свободное от занятий время. Участвует в проведении утренней гимнастики, физкультурных досугов и праздников.
Воспитатели групп	Проводят утреннюю гимнастику, пальчиковую гимнастику, гимнастику для глаз, после сна, подвижные игры, физкультминутки, спортивные упражнения, индивидуальную работу по развитию движений, закаливающие мероприятия. Соблюдают режим дня. Следят за здоровьем детей и их эмоциональным состоянием, информируют об этом медицинскую сестру, заведующего. Следят за температурным режимом, искусственным освещением, одеждой детей Следят за состоянием физического развития детей и проведением закаливающих мероприятий. Проводят просветительскую работу среди родителей и детей.
Заместитель заведующего по АХЧ	Обеспечивает правильную работу вентиляционных установок. Своевременно производит замену постельного белья. Регулирует тепловой и воздушный режим детского сада. Следит за состоянием оборудования, здания, помещений, территории во избежание травмоопасных ситуаций. Контролирует соблюдение правил пожарной безопасности.
Повар	Своевременно готовит пищу в соответствии с режимом детского учреждения. Проводит доброкачественную кулинарную обработку продуктов. Обеспечивает строгое соблюдение срока реализации и условий хранения продуктов.
Дворник	Содержит в чистоте участок детского учреждения и подходы к нему. Своевременно убирает снег и сосульки с крыши Следит за состоянием ограждения территории детского сада.

2.2. Способы и направления поддержки детской инициативы.

Некоторые родители чрезмерно увлекают ребенка интеллектуальным развитием: посещение разнообразных курсов и кружков, не оставляя времени для игр на детских площадках, лишает ребенка общения со сверстниками в игре. Именно поэтому возрастает роль детского сада во всестороннем физическом развитии детей. В настоящее время в дошкольных организациях вводятся дополнительные развивающие занятия: аэробика, ритмика, спортивные танцы и спортивные игры. Но все же основная нагрузка в плане физического развития детей ложится на физкультурные занятия.

Как сделать так, чтобы физкультурные занятия стали действительно развивающими, интересными, увлекательными, познавательными?

Традиционная система физкультурных занятий недостаточно совершенна как по своей структуре, так и по методике обучения. Это побуждает к поиску новых форм и методов нетрадиционного направления работы по физическому воспитанию в детском саду.

В учебных пособиях по физическому воспитанию достаточно подробнее освещена методика организации традиционных физкультурных занятий. Добиться высокого качества освоения движений детьми и большого оздоровительного эффекта на подобных занятиях весьма затруднительно. Педагог вынужден постоянно давать детям указания, невольно вырабатывая у них ориентировку на внешний контроль. Кроме того, постоянные указания, замечания, даже если они вполне обоснованы, снижают положительный настрой детей, создают определенное психологическое напряжение.

Замечено, что далеко не все дети любят физкультурные занятия (в основном из-за их однообразия). Исследователями установлено также, что именно физкультурные занятия чаще других способствуют формированию комплекса неполноценности уже с детских лет. Именно поэтому, а также ради того, чтобы все физкультурные занятия работали на укрепление здоровья ребенка, следует в систему физического воспитания включать нетрадиционные занятия – различные по содержанию, структуре и методике проведения.

В нашей дошкольной образовательной организации материальная база спортивного зала оборудована современным физкультурным оборудованием: массажерами, мягкими модулями, спортивными комплексами, гимнастическими наборами и т.д. Использование этого оборудования позволяет разнообразить занятия по физической культуре, проводить их максимально интересно и эффективно.

Выделяются следующие нетрадиционные занятия:

✓ Развивающие занятия «Театра физического воспитания дошкольников» - это подход к физическому воспитанию, предполагающий использование новой методики физического развития детей. Это игровая по форме новая система физического оздоровления, коррекции, профилактики и творческого самовыражения детей.

✓ Эвритмическая гимнастика – вид оздоровительно – развивающей гимнастики, основанной на ритмических закономерностях речи, музыки, общеразвивающих упражнений, базовых шагов и элементов аэробики.

✓ Фитбол – гимнастика – гимнастика на больших гимнастических мячах. По структуре фитбол – гимнастика напоминает классические занятия по физическому воспитанию со строгой трехчастной формой (вводная часть, основная часть, заключительная).

✓ Стретчинг – гимнастика (гимнастика поз) включает в себя комплекс поз, обеспечивающих наилучшие условия для растягивания определенных групп мышц.

✓ Оздоровительно – развивающая гимнастика направлена на всестороннее, гармоничное развитие дошкольного возраста.

✓ Раздельные физкультурные занятия для мальчиков и девочек.

✓ Степ – гимнастика.

✓ Совместные физкультурные занятия родителей с детьми.

Для более успешного проведения данной работы необходимо учитывать возрастные особенности детей. В работе с младшими дошкольниками нужно чаще проводить занятия в форме ситуационных мини – игр, на которых дети имитируют сказочных героев, птиц, животных. Начиная со среднего возраста вводить больше тематических и вариативных физкультурных занятий. С детьми старшего возраста проводить занятия, основанные на гендерных особенностях детей. На этих занятиях дети делятся на «мальчиковую» и «девичью» подгруппы, подбираются определенные двигательные – игровые ситуации, которые способствуют формированию у ребят жизненно важных качеств: у девочек – гибкости, ловкости, пластичности, у мальчиков – силы, выносливости, быстроты.

Нетрадиционные занятия увлекают детей своим разнообразием и доступностью: они с удовольствием приходят в спортивный зал, активно участвуют в играх, перевоплощаются в различных героев, проявляют большую фантазию в соответствии с сюжетами, раскрепощаются, освобождаются от напряжения, позитивно взаимодействуют в среде сверстников. У детей формируется интерес, потребность и осознанное отношение к занятиям физическими упражнениями.

2.3. Особенности взаимодействия инструктора по физическому развитию с другими специалистами детского сада.

Взаимодействие с медицинским персоналом:

В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольной организации и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинского персонала.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности для, меня, прежде всего, являются:

- **Физическое состояние детей посещающих детский сад.** Так, в начале года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняем листы здоровья, физического и двигательного развития детей. Получаем дополнительную информацию о детях от психолога, логопеда и родителей, через анкетирование, индивидуальные беседы.

- **Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем.** Вместе разрабатываем рекомендации к построению педагогического процесса с детьми, имеющими отклонения в развитии, выделяем дифференцированные группы детей, требующие коррекционной работы. Поэтому я кроме индивидуальной работы с такими детьми, в занятия обязательно включаю упражнения на профилактику осанки и плоскостопия, дыхательные игры и упражнения. Обязательно ведем совместный контроль над организацией щадящего режима занятий или медотвода для детей, перенесших заболевания.

- 2 раза в год осуществляем **медико-педагогический контроль над физкультурными занятиями.** Качественный и количественный контроль эффективности занятия, как правило, проводит медицинская сестра, а анализирует старший воспитатель и инструктор по физическому воспитанию.

- Проводя работу по **формированию у детей начальных представлений о ЗОЖ**, привлекаем медиков к проведению непосредственно образовательной деятельности по валеологии, развлечений, консультаций для педагогов и родителей.

Взаимодействие с воспитателями:

Инструктор по физической культуре должен оказывать помощь воспитателю по различным вопросам физического развития детей.

- планировать и организовывать образовательную деятельность по физическому воспитанию;

- планировать и организовывать физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня;
- оказывать методическую помощь по вопросам физического воспитания всем педагогам ДООУ (проводить различные консультации, выступать на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т.д.).

- разрабатывать и организовывать информационную работу с родителями.

Совместно с воспитателями 2 раза в год (вначале и в конце года) проводить обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей.

Это дает возможность спрогнозировать возможные положительные изменения этих показателей на конец учебного года.

Безусловно, одной из основных форм работы по физическому воспитанию являются физкультурные занятия.

Взаимодействие с музыкальным руководителем.

Совместно с музыкальным руководителем проводим музыкально-спортивные праздники и развлечения. Такие мероприятия планируем согласно годовому календарно-тематическому плану.

Взаимодействие с учителем-логопедом.

В последние годы, к сожалению, отмечается увеличение количества детей, имеющих нарушение речи, наш детский сад не исключение. Так у нас работает логопедический пункт.

В связи с этим моя задача помочь и логопеду, и воспитателю в воспитании и обучении детей с такими нарушениями.

Эти дети по физическому развитию отличаются от своих сверстников нарушением моторики, дискоординацией и слабостью движений, двигательной расторможенностью, слабой ориентировкой в пространстве.

Для них планирование физкультурно-оздоровительной работы составляется с учетом коррекционно-воспитательных задач. Вот здесь как раз и необходимо тесное сотрудничество инструктора по физической культуре и логопеда.

Поэтому в занятия включаются упражнения на дыхание, координацию движений.

Одним из эффективных приемов в коррекционной работе с детьми мы видим использование упражнений, где речь взаимосвязана с движением. Это могут быть подвижные, пальчиковые игры, игровой массаж, дыхательные игры и упражнения, которые логопеды и воспитатели планируют согласно лексическим темам (времена года, транспорт, профессии, зимние виды спорта, домашние животные и т.д.) Что способствует обогащению словарного запаса, формированию лексико-грамматического строя речи, постановке правильного дыхания. Такие упражнения мы используем в различных моментах физкультурно-оздоровительной работы.

Взаимодействие с педагогом-психологом.

То, что дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, доказывать уже никому не надо. Важно, чтобы методами психопрофилактики и психокоррекции владели не только педагоги-психологи, но и воспитатели и инструктор по физической культуре в том числе, а главное, чтобы они могли использовать их в своей повседневной работе с детьми, учитывая их индивидуальные психологические особенности и проблемы.

Поэтому здесь очень необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который подскажет, какие игры и упражнения предложить детям с чрезмерной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами.

Таким образом, нами была создана модель взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами, медицинским персоналом.

Модель взаимодействия

Инструктора по физической культуре

- С заведующим, зам. заведующего – создает условия для физкультурно-оздоровительной работы, координируют работу педагогов.
- С медицинской сестрой – участвует в проведении лечебно-профилактических и оздоровительных мероприятий, проводит санитарно-просветительскую работу среди педагогов и родителей.
- С воспитателем – способствует обеспечению гибкого оздоровительного режима, формированию привычки здорового образа жизни, развитию двигательной культуры, профилактики заболеваний.
- С музыкальным руководителем – участвует в двигательном развитии детей, способствует развитию чувства ритма, темпа, речевого дыхания, координации движений.
- С учителем-логопедом – способствует обогащению словарного запаса, формированию лексико – грамматического строя речи, постановке правильного дыхания, общей и мелкой моторики, координации движений.
- С педагогом-психологом - способствует развитию эмоционально – волевой сферы дошкольников, познавательных процессов
- С младшим воспитателем – способствует соблюдению санитарно – гигиенических требований.

2.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

2.4.1. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников младшего дошкольного возраста.

Одним из важных принципов технологии реализации программы по физической культуре является совместное с родителями воспитание и развитие дошкольников, вовлечение родителей в образовательный процесс дошкольного учреждения. При этом сам воспитатель, инструктор по физической культуре определяет, какие задачи он сможет более эффективно решить при взаимодействии с семьей, как поддерживать с родителями деловые и личные контакты, вовлекать их в процесс совместного воспитания дошкольников.

В младшем дошкольном возрасте большинство детей только приходят в детский сад, и родители знакомятся с педагогами дошкольного учреждения. Поэтому задача любого педагога (воспитателя, логопеда, психолога, инструктора по физической культуре) — заинтересовать родителей возможностями совместного воспитания ребенка, показать родителям их особую роль в развитии малыша. Для этого воспитатель знакомит родителей с особенностями дошкольного учреждения, своеобразием режима дня группы и образовательной программы, специалистами, которые будут работать с их детьми.

Вместе с тем в этот период происходит и установление личных и деловых контактов между педагогами детского сада и родителями.

В общении с родителями инструктор показывает свою заинтересованность в развитии ребенка, выделяет те яркие положительные черты, которыми обладает каждый малыш, вселяет в родителей уверенность, что они смогут обеспечить его полноценное развитие.

В ходе бесед, консультаций, родительских собраний инструктор не только информирует родителей, но и предоставляет им возможность высказать свою точку зрения, поделиться проблемой, обратиться с просьбой.

Такая позиция любого педагога способствует развитию его сотрудничества с семьей, помогает родителям почувствовать уверенность в своих педагогических возможностях.

Задачи взаимодействия инструктора по физическому развитию с семьями дошкольников:

1. Познакомить родителей с особенностями физического развития детей младшего дошкольного возраста и адаптации их к условиям дошкольного учреждения.

2. Помочь родителям в освоении методики укрепления здоровья ребенка в семье, способствовать его полноценному физическому развитию, освоению культурно-гигиенических навыков, правил безопасного поведения дома и на улице.

Инструктор знакомит родителей с факторами укрепления здоровья детей, обращая особое внимание на их значимость в период адаптации ребенка к детскому саду. Особенно важно вызвать у родителей младших дошкольников интерес к вопросам здоровья ребенка, желание укреплять его не только медицинскими средствами, но и с помощью правильной организации режима, питания, совместных с родителями физических упражнений (зарядки, подвижных игр), прогулок. В ходе бесед «Почему ребенок плохо адаптируется в детском саду?», «Как уберечь ребенка от простуды?» инструктор совместно с воспитателем подводит родителей к пониманию того, что основным фактором сохранения здоровья ребенка становится здоровый образ жизни его семьи.

Инструктор стремится активно включать родителей в совместную деятельность с их детьми — подвижные игры, прогулки, в конце года совместные занятия по физическому развитию. Очень важно помочь родителям получать удовольствие от совместных игр, общения со своим ребенком.

Таким образом, в ходе организации взаимодействия с родителями младших дошкольников инструктор по физической культуре стремится развивать их интерес к проявлениям своего ребенка, желание познать свои возможности как родителей, включиться в активное сотрудничество с педагогами группы по развитию ребенка.

2.4.2. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников среднего дошкольного возраста.

Взаимодействие педагогов с родителями детей пятого года жизни имеет свои особенности.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников:

1. Познакомить родителей с особенностями развития ребенка пятого года жизни, приоритетными задачами его физического развития.

2. Включать родителей в игровое общение с ребенком, помочь им построить партнерские отношения с ребенком.

3. Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности.

В средней группе инструктор по физической культуре совместно с педагогами группы стремится сделать родителей активными участниками жизни детского коллектива. Способствуя развитию доверительных отношений между родителями и детьми, педагоги организуют совместные праздники и досуги: «В гостях у Мойдодыра», «Веселые игры». Важно, чтобы на этих встречах родители присутствовали не просто как зрители, а совместно с детьми включались в игры, эстафеты.

Важно, чтобы во время совместных образовательных ситуаций и после них педагог поддерживал активность родителей, подчеркивал, что ему и детям без участия родителей не обойтись, обращал их внимание на то, как многому научились дети в совместной деятельности с родителями, как они гордятся своими близкими.

Таким образом, к концу периода среднего дошкольного детства инструктор вовлекает родителей в педагогический процесс как активных участников, создает в группе коллектив единомышленников, ориентированных на совместную деятельность по развитию физических качеств, двигательных навыков, здоровья детей.

2.4.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников старшего дошкольного возраста.

В старшем дошкольном возрасте педагог строит свое взаимодействие на основе укрепления сложившихся деловых и личных контактов с родителями воспитанников.

Задача взаимодействия инструктора с семьями дошкольников:

- Способствовать укреплению физического здоровья дошкольников в семье, обогащению совместного с детьми физкультурного досуга (занятия в бассейне, коньки, лыжи, туристические походы), развитию у детей умений безопасного поведения дома, на улице, в лесу, у водоема.

2.4.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников подготовительного к школе дошкольного возраста.

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

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников:

- Познакомить родителей с особенностями физического и психического развития ребенка, развития самостоятельности, навыков безопасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях.

Инструктор опирается на проявление заинтересованности, инициативности самих родителей, делая их активными участниками спортивных досугов «Крепкие и здоровые», «Зимние забавы», «Мы играем всей семьей».

2.5. ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ.

Содержание и средства реализации образовательной области «Физическое развитие» по программе «Мы живем на Урале».

Содержание	Способы закаливания, сохранения здоровья с учетом климатических особенностей Среднего Урала. Народные традиции в оздоровлении. Лесная аптека. Оздоровляющие свойства натуральных продуктов питания. Витамины, их влияние на укрепление организма. Правила выбора одежды в соответствии с конкретными погодными условиями Среднего Урала. Особенности национальной одежды народов Урала. Традиционные для Среднего Урала продукты питания и блюда. Национальная кухня. Традиционные для Урала виды спорта, спортивные, подвижные (народные) игры. Способы обеспечения и укрепления, доступными средствами, физического здоровья в природных, климатических условиях конкретного места проживания, Среднего Урала. Спортивные события в своей местности, крае. Знаменитые спортсмены, спортивные команды.
Средства, педагогические методы, формы работы с детьми	Игры народов Среднего Урала: <i>Русские</i> – «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки», «У медведя во бору», «Фанты». <i>Башкирские</i> – «Липкие пеньки», «Медный пень», «Палка-кидалка», «Стрелок», «Юрта». <i>Татарские</i> – «Жмурки», «Займи место», «Кто первый», «Кто дальше бросит?», «Лисичка и курочки», «Мяч по кругу», «Перехватчики», «Продам горшки», «Серый волк», «Скок-перескок», «Спутанные кони», «Тимербай», «Хлопушки».

	<p><i>Удмуртские</i> – «Водяной», «Догонялки», «Игра с платочком», «Охота на лося», «Серый зайка».</p> <p><i>Марийские</i> - «Биляша», «Катание мяча».</p> <p><i>Коми</i> – «Ловля оленей», «Невод», «Охота на оленей», «Стой, олень!».</p> <p><i>Чувашские</i> – «Штаидерт», «Кто вперед возьмет флажок», «Тума-дуй».</p> <p>Спортивные игры: «Городки», «Катание на лыжах», «Катание на санках» и др.</p> <p>Целевые прогулки, экскурсии по городу обеспечивают необходимую двигательную активность и способствует сохранению и укреплению здоровья ребенка.</p> <p>Реализация программы «Здоровье», «Модель закаляющих процедур с учетом климатических условий Среднего Урала, особенностей психофизического здоровья каждого ребенка». Участие в тематических проектах, спортивных событиях. Создание тематических выставок рисунков, коллективных коллажей, аппликаций о правильном питании. Сюжетно-ролевые игры «Аптека», «Больница», «Лесная аптека» и др. Детско-взрослые проекты.</p>
--	---

Задачи воспитания и обучения:

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

Решение образовательных задач предусматривает:

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

- использование игровых образов и воображаемых ситуаций (животных, растений, воды, ветра и др.), поддержку и стимулирование стремления ребенка к творческому самовыражению и импровизации в движении (мимике, пантомимике);
- варьирование нагрузки в соответствии с состоянием здоровья и темпом физического развития ребенка на основе медицинских показаний и наблюдений за их самочувствием;
- развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр;
- упражнения на освоение ребенком языка эмоций, элементов техники выразительных движений (гаммы переживаний, настроений); на приобретение навыков саморасслабления.

Целевые ориентиры образовательной деятельности:

- ребенок проявляет интерес к подвижным и спортивным народным играм, традиционным для Урала;
- ребенок проявляет инициативность в общении с другими детьми и взрослым во время участия в народных подвижных играх;
- ребенок проявляет интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения;
- ребенок стремится соблюдать элементарные правила здорового и безопасного образа жизни;
- ребенок имеет элементарные представления о том, что такое здоровый человек, что помогает нам быть здоровыми;
- ребенок с интересом изучает себя, наблюдает за своим здоровьем;
- ребенок проявляет стремление узнавать от взрослого некоторые сведения о своем организме, о функционировании отдельных органов;
- ребенок прислушивается к взрослому при объяснении причин возникновения опасных ситуаций, подтверждает согласие, понимание, проявляет стремление выполнять правила безопасного поведения;
- ребенок отражает в подвижных играх различные образы, проявляет интерес к обыгрыванию действий сказочных персонажей, героев детских стихов, песен;
- ребенок проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности (видоизменяет физические и спортивные упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, выразительно передает образы персонажей в народных подвижных играх).

Формы совместной образовательной деятельности с детьми:

- подвижная игра;
- спортивное упражнение;
- развивающая ситуация;
- игра-экспериментирование;
- игра-история;
- игра-путешествие;
- дидактическая игра;
- проблемные игровые ситуации связанные с безопасной жизнедеятельностью человека;
- увлекательные конкурсы;
- игровые познавательные ситуации;
- беседа;
- ситуационная задача;
- чтение народных потешек и стихотворений;
- экскурсия;
- простейшая поисковая деятельность;
- обсуждение опасных для здоровья и жизни ситуаций;
- совместная выработка правил поведения;

- простейшая проектная деятельность;
- коллекционирование, выставка полезных предметов (для здоровья);
- оформление рисунков, изготовление поделок по мотивами потешек, стихотворений;
- иллюстрирование простейших загадок (отгадок к ним);
- обсуждение с ребенком особенностей поведения в быту, в детском саду, на улице, на дороге, в транспорте;
- сюжетно-ролевая игра;
- образная игра-импровизация.

III. Организационный раздел

3.1. Материально-техническое обеспечение программы.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства МАДОУ, группы и участка, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать реализацию различных образовательных программ; учет национально-культурных, климатических

условий, в которых осуществляется образовательная деятельность; учет возрастных особенностей детей.

Развивающей среды построена на следующих принципах:

- 1) насыщенность;
- 2) трансформируемость;
- 3) полифункциональность;
- 4) вариативной;
- 5) доступность;
- 6) безопасной.

Вид помещения	Основное предназначение	Оснащение
Предметно-развивающая среда в МАДОУ		
Спортивный зал	<ul style="list-style-type: none"> - Непосредственно образовательная деятельность - Утренняя гимнастика - Досуговые мероприятия 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Стенка гимнастическая – 4 секции. 2. Скамейка гимнастическая – 6 шт. 3. Бум гимнастический – 1 шт. 4. Дорожка массажная – 2 шт. 5. Стойка для хранения спорт. инвентаря – 3 шт. 6. Бум мягкий гимнастический – 1 шт. 7. Стойки для прыжков в высоту – 2 шт. 8. Беговые дорожки – 2 шт. 9. Башня для залезания – 1 шт. 10. Конусы – 10 шт. 11. Флажки – 60 шт. 12. Обручи большие – 28 шт. 13. Обручи малые – 16 шт. 14. Обручи плоские – 12 шт. 15. Обруч массажный – 1 шт. 16. Обруч утяжеленный – 1 шт. 17. Маты гимнастические – 3 шт. 18. Корзины – 2 шт. 19. Мячи диаметром 7 см. – 20 шт. 20. Мячи с пупырышками диаметром 10 см. – 29 шт. 21. Мячи диаметром 22 см. – 42 шт. 22. Мячи футбольные малые – 6 шт. 23. Мячи футбольные большие – 2 шт. 24. Мяч баскетбольный – 2 шт. 25. Мяч волейбольный – 2 шт. 26. Гимнастические палки пластмассовые – 29 шт. 27. Гимнастические палки деревянные – 11 шт. 28. Мячи прыгуны с ушками – 4 шт. 29. Фитбол большой - 2 шт. 30. Фитбол малый – 4 шт. 31. Баскетбольные кольца – 2 шт. 32. Игровой эстафетный набор – 1 шт. 33. Кольцебросы – 2 набора 34. Кегли – 2 наб. 35. Скакалки – 37 шт. 36. Мячи набивные 1 кг. – 2 шт.

		<p>37. Мецинбол 500 гр.- 6 шт. 38. Кубики деревянные – 10 шт. 39. Пластмассовые короба под спорт. инвентарь – 12 шт. 40. Дорожка спортивная «Радуга» фанера 4 шт. – 2 наб. 41. Мешочки 200 гр. – 30 шт. 42. Мишени – 2 шт. 43. Дуги для подлезания высота 42 см - 4 шт. 44. Дуги для подлезания высота 62 см - 4 шт. 45. Лыжи – 39 шт. 46. Канат – 1 шт. 47. Хоккейный набор – 5 шт. 48. Тоннели – 2 шт. 49. Переносная мультимедийная установка 50. Сухой бассейн с шариками 51. Гантели – 12 пар 52. Ленточки на кольцах – 35 шт. 53. Игра городки – 2 шт. 54. Игра-ходунки – 2 шт. 55. Коврик гимнастический - 24 шт. 56. Диск здоровья – 2 шт. 57. Островки – 1 набор 58. Ворота – 2 шт. 59. Набор для тенниса – 4 шт. 60. Сетка волейбольная – 1 шт. 61. Палки-лошадки – 2 шт. 62. Координационная лесенка – 1 шт. 63. Стульчики детские – 40 шт. 64. Доска с зацепами – 2 шт. 65. Доска ребристая – 1 шт. 66. Кубы разновысотные – 2 набора 67. Насос – 1 шт. 68. Музыкальный центр – 1 шт. 69. Скалодром – 1 набор 70. Маты к скалодрому – 2 шт.</p>
Участки	<p>- Прогулки, наблюдения; - Игровая деятельность; - Самостоятельная двигательная деятельность - Трудовая деятельность.</p>	<p>- Прогулочные площадки для детей всех возрастных групп. - Игровое, функциональное, и спортивное оборудование. - Дорожки для ознакомления дошкольников с правилами дорожного движения.</p>
Физкультурная площадка	<p>- Организованная образовательная деятельность по физической культуре, спортивные игры, досуговые мероприятия, праздники</p>	<p>Спортивное оборудование:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Яма для прыжков • Гимнастический бум • Оборудование для подлезания • Перекладина • Баскетбольное кольцо

		• Лестница
Предметно-развивающая среда в группах		
Микроцентр «Физкультурный уголок»	- Расширение индивидуального двигательного опыта в самостоятельной деятельности	- Для прыжков - Для катания, бросания, ловли - Для ползания и лазания - Атрибуты к подвижным и спортивным играм - Нетрадиционное физкультурное оборудование

3.2. Методические материалы и средства обучения и воспитания.

Для организации образовательного процесса с детьми дошкольного возраста используется следующая методическая литература:

1. Анисомова Т.Г. CD Физическое развитие детей 2 – 7 лет. Перспективное планирование. Сюжетно – ролевые занятия. Изд. «Учитель» 2015г.
2. Анисомова Т.Г. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников. Изд. «Учитель» 2009г
3. Вавилова Е.Н. Развитие основных движений у детей 3 – 7 лет. Изд. «Скрипторий 2003» 2007г.
4. Гаврилова В.В. Занимательная физкультура для детей 4 – 7 лет. Планирование. Конспекты занятий. Изд. «Учитель» 2016г.
5. Глазырина Л.Д. «Физическая культура – дошкольникам. Программа и программные требования» Изд. «Владос» 2004г.
6. Желобкович Е.Ф, Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Изд. «Сфера» 2010г.
7. Желобкович Е.Ф, Физкультурные занятия в детском саду. 2 – младшая группа. Изд. «Сфера» 2009г.
8. Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Изд. «Владос» 2005г.
9. Каштанова Г.В. Лечебная физкультура и массаж. Изд. «Аркти» 2007г
10. Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников. Изд. «Просвещение» 2006г.
11. Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. Изд. «Феникс» 2010г.
12. Маханева М.Д. «С физкультурой жить – здоровым быть!» Изд. «Сфера» 2009г.
13. Мозаика/МетПособ/БПрогрРожд/Пензулаева Л.И./ФГОСДО. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей/3-7 лет"
14. "Мозаика/МетПособ/БПрогрРожд/ Пензулаева Л.И./ФГОСДО. Физическая культура в детском саду/мл.гр"
15. "Мозаика/МетПособ/БПрогрРожд/ Пензулаева Л.И./ФГОСДО. Физическая культура в детском саду/подг.гр"
16. "Мозаика/МетПособ/БПрогрРожд/Пензулаева Л.И./ФГОСДО. Физическая культура в детском саду/ср.гр"
17. "Мозаика/МетПособ/БПрогрРожд/Пензулаева Л.И./ФГОСДО. Физическая культура в детском саду/ст.гр"
18. Николаева Н.И. Школа мяча. Изд. «Детство – пресс» 2008г
19. Полтавцева Н.В. «Физическая культура в дошкольном детстве» 5 – 6 лет. Изд. «Просвещение» 2007 г.
20. Полтавцева Н.В. «Физическая культура в дошкольном детстве» 4 – 5 лет. Изд. «Просвещение» 2005 г.
21. Подольская Е.Н. сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3 – 7 лет. Изд. «Учитель» «2009г.

22. Симанович А. Подвижные игры для детей. Опыт поколений. Изд. «Речь» 2009г.
23. Соломенникова Н.М, Организация спортивного досуга дошкольников 5 – 7 лет. Изд. «Учитель»
24. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 (с изм.).
25. Филиппова С.О. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения». Изд. «Владос» 2005г.
26. Фисенко М.А. Первая и вторая младшие группы. Изд. «Корифей» 2008г.
27. Харченко Т.Е. Физкультурные праздники в детском саду. Изд. «Детство – пресс» 2009г
28. Хайрутдинов Р.Р. CD Утренняя гимнастика в ДОУ. Комплексы упражнений для детей 3 – 7 лет. Изд. «Учитель» 2013г.

3.3. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении.

МАДОУ работает в режиме повседневной рабочей недели с 10,5-часовым пребыванием детей с 07.30 до 18.00 часов, исключая выходные и праздничные дни. Режим посещения ребенком МАДОУ может определяться индивидуально (в пределах режима работы МАДОУ).

Правильный режим дня - это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

Организация жизни и деятельности воспитанников спланирована согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15 мая 2013 г и рекомендациями авторов примерной основной общеобразовательной программы «От рождения до школы».

Особенности и требования к организации режима дня

- Понедельник и пятница физически и интеллектуально не перегружены. Ребенку обеспечивается легкое вхождение в рабочую неделю и состояние удовлетворенности своим пребыванием в дошкольном учреждении в конце недели.

- Каждый день максимально отличается от предыдущего по месту, времени, форме организации совместной образовательной деятельности.

- В режиме дня предусмотрено время для индивидуальных контактов воспитателя с детьми на основе неформального общения.

- В режиме дня выделяется время для проведения закаливающих мероприятий. Выделяется также время для самостоятельной деятельности детей.

Все режимные моменты действуют благоприятно в комплексе: движение, сон, питание, закаливание.

Соблюдение требований к организации режимных процессов:

- Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (во сне, в питании).

- Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.

- Привлечение детей к активному участию в режимных процессах, поощрение самостоятельности и активности.

- Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.

- Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.

- Спокойный, доброжелательный тон воспитателя.

- Отсутствие напряженности и ускоренного темпа проведения режимных процессов.

- Недопустимость сокращения времени в режиме дня, отведенного для игровой деятельности детей.

- Организация в зимний период каникул для детей дошкольного возраста.
- Особенности организации и проведения непосредственной образовательной деятельности***

Продолжительность НОД зависит от возраста детей и соответствует требованиям СанПин. В теплое время года непосредственно образовательную деятельность осуществляют на участке во время прогулки. Воспитателю предоставляется право варьировать место непосредственной образовательной деятельности в педагогическом процессе, интегрировать содержание различных видов непосредственной образовательной деятельности в зависимости от поставленных целей и задач обучения и воспитания, их место в образовательном процессе. Расписание непосредственно образовательной деятельности составляется в соответствии требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13.

НОД физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла занимают не менее 50% общего времени, отведенного на непосредственно образовательную деятельность.

В ходе организации образовательной деятельности педагог опирается на субъективный опыт ребенка, его интересы, склонности, устремления, индивидуально-значимые ценности, которые определяют своеобразие восприятия и осознания окружающего мира каждым малышом.

Ребенку предоставляется возможность максимально использовать свой собственный, уже имеющийся опыт, личностно-значимый для него, а не просто безоговорочно принимать («усваивать») все, что сообщает ему педагог. Педагог и ребенок выступают как равноправные партнеры, носители разнородного, но одинаково необходимого опыта. Основной замысел личностно-ориентированного общения состоит в том, чтобы раскрыть содержание индивидуального опыта ребенка, согласовать его с задаваемым и тем самым добиться личностного освоения нового содержания. При реализации задач образовательной деятельности профессиональная позиция педагога состоит в заведомо уважительном отношении к любому высказыванию малыша по содержанию обсуждаемой темы. Обсуждение детских «версий» происходит не в жестко-оценочной ситуации, а в равноправном диалоге. Только в этом случае дети будут стремиться быть «услышанными» взрослым.

Реализация задач образовательной программы происходит в ходе образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности (игровой, коммуникативной, трудовой, познавательно-исследовательской, продуктивной, музыкально-художественной, чтения), а также в ходе образовательной деятельности, осуществляемой в режимных моментах и в совместной деятельности с родителями.

Организация непосредственно образовательной деятельности (совместной) с детьми

✓ В теплое время года непосредственно образовательную деятельность осуществляют на участке во время прогулки.

✓ Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4 лет - не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет - не более 25 минут, а для детей от 6 до 7 лет - не более 30 минут.

✓ Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводятся физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

✓ Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

✓ Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организовывается в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

3.4. Организация развивающей предметно-пространственной среды.

1. Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ДОУ, группы, а также территории, прилегающей к ДОУ материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

2. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

3. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать:
реализацию различных образовательных программ;
учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
учет возрастных особенностей детей.

4. Развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

1) Насыщенность среды должна соответствовать возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Образовательное пространство должно быть оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем (в соответствии со спецификой Программы).

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) должны обеспечивать:

игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);

двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;

эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;

возможность самовыражения детей.

Для детей младенческого и раннего возраста образовательное пространство должно предоставлять необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

2) Трансформируемость пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

3) Полифункциональность материалов предполагает:
возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм и т.д.;

наличие в Организации или Группе полифункциональных (не обладающих жестко закрепленным способом употребления) предметов, в том числе природных материалов, пригодных для использования в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

4) Вариативность среды предполагает:

наличие в Организации или Группе различных пространств (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;

периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

5) Доступность среды предполагает:

доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность;

свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

исправность и сохранность материалов и оборудования.

6) Безопасность предметно-пространственной среды предполагает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

ДОУ самостоятельно определяет средства обучения, в том числе технические, соответствующие материалы (в том числе расходные), игровое, спортивное, оздоровительное оборудование, инвентарь, необходимые для реализации Программы.

**Оздоровительная работа с детьми
Модель обеспечения двигательной активности детей**

Виды	Формы	Время и место проведения	Время			
			3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Утренняя гимнастика	традиционная; ритмическая; игровая; сюжетная; с использованием полосы препятствий; с использованием простейших тренажеров бег	Ежедневно (в помещении или на открытом воздухе)	5 мин	5 мин	7 мин	7 мин
НОД	Традиционное (классическое занятие) - <i>круговая тренировка</i> ; - <i>занятие тренировочного типа</i> для отработки определенных движений или упражнений; - <i>комплексное занятие</i> , объединенное одним игровым сюжетом и включающее задания по развитию речи и музыкальные номера; - <i>обучающее занятие</i> , на котором разучиваются новые упражнения; - <i>занятия-соревнования</i> , построенные на командных играх и играх-эстафетах; - <i>двигательные рассказы</i> ; - <i>сюжетно-игровые занятия</i> ; - <i>занятия ритмической гимнастикой</i> ; - <i>самостоятельное занятие по интересам</i> ; - <i>занятие с использованием тренажеров</i> ; - <i>контрольное занятие</i> , направленное на выявление отставания в развитии моторики ребенка и пути их устранения.	Ежедневно 3 раза в неделю (одно занятие проводится на улице)	15 мин	20 мин	25 мин	30 мин
Двигательная разминка	Состоит из 3-4 игровых упражнений, а также произвольных движений детей с использованием разнообразных пособий – скакалок, кеглей,	Ежедневно, во время большого перерыва между занятиями	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин

<i>Виды</i>	<i>Формы</i>	<i>Время и место проведения</i>	<i>Время</i>			
			<i>3-4 года</i>	<i>4-5 лет</i>	<i>5-6 лет</i>	<i>6-7 лет</i>
	мячей, обручей, ракеток. В конце проводятся различные дыхательные упражнения.					
Физкультминутка	Упражнения общеразвивающего воздействия, подвижная игра, дидактическая игра с разными движениями, танцевальные движения и игровые упражнения. Действие может сопровождаться текстовкой.	Проводится воспитателями по мере необходимости во время НОД	2 мин	3 мин	3 мин	3 мин
Динамический час	Подвижные игры с разной интенсивностью; игры-эстафеты; сюжетные двигательные задания; командные спортивные игры; самостоятельные занятия детей на комплексах и тренажерах и др.	Отсутствие строгой регламентации, учет интересов и желания детей в выборе упражнений, пособий и игр.	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Бодрящая гимнастика после дневного сна	разминка в постели; О.Р.У.; подвижные игры и танцевальные движения; релаксационные упражнения. «дорожка здоровья» (солевая дорожка, массажные коврики, перепрыгивание через различные предметы). Принуждение исключено! Учет индивидуальных особенностей обязателен.	Ежедневно	8-12 мин	8-12 мин	8-12 мин	8-12 мин
Прогулки-походы	переход к месту отдыха с преодолением разных естественных препятствий; наблюдение в природе и сбор природного материала; беседа с использованием художественного слова и разных слов к детям; выполнение имитационных движений (подражание действиям птиц, насекомых,	2-3 раза в месяц В первой половине дня за счет времени, отведенного на утреннюю прогулку и физкультурное занятие	60-120 мин			

Виды	Формы	Время и место проведения	Время			
			3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
	зверей); подвижные и дидактические игры; физкультурное занятие или комплекс игр и физкультурных упражнений; комплекс упражнений общеразвивающего воздействия, проводимый в игровой форме; упражнения на природной полосе препятствий; самостоятельные игры; игровые упражнения, подобранные с учетом уровня развития ДА детей.					
Самостоятельная двигательная деятельность	разнообразие видов и способов движений с различными игрушками, пособиями; парные и совместные игры; показ новых движений и игр; показ вариативного использования спортивного инвентаря; совместное строительство «полосы препятствия»; сюжетно-ролевые игры	Ежедневно под руководством воспитателя (в помещении или на открытом воздухе)	Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей. 2-2,5 часа			
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Активные двигательные действия, обусловленные сюжетом и правилами игры. Самостоятельные, совместные, групповые игры. Игры малой подвижности. Игры с элементами спортивных упражнений, на развитие ловкости, быстроты движений, скорости, внимания, координации. Игры с предметами. Преодоление полосы препятствий. Подвижные игры соревновательного характера, игры-эстафеты.	Ежедневно во время утренней прогулки, подгруппами, подобранными с учетом уровня двигательной активности детей.	8-10 мин	10-15 мин	10-15 мин	15-20 мин
Оздоровительный	Бессистемная пробежка вокруг детского сада или	Два раза в неделю во время	3	4	7	7

Виды	Формы	Время и место проведения	Время			
			3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
бег	спортивной площадки. Спортивная ходьба.	утренней прогулки.	мин	мин	мин	мин
Индивидуальная работа по развитию движений	Игровые упражнения индивидуального характера на развитие быстроты, скорости. Элементы спортивных упражнений.	Ежедневно (во время дневной и вечерней прогулки)	8-10 мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин
Неделя здоровья	Беседы, спортивные игры, обсуждения, соревнования, спортивные развлечения. Выпуск газет на тему ЗОЖ. Консультации для родителей.	2-3 раза в год				
Физкультурный досуг	Спортивно-театрализованное развлечение, сюжетная игра, игровое занятие по русской народной сказке, игра-путешествие.	2-3 раза в месяц	30-40 минут			
Физкультурно-спортивные праздники	Веселые старты, малые олимпийские игры, развлечения.	2-3 раза в год (на открытом воздухе или в зале)	20 мин	40 мин	60-90 мин	60-90 мин
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада	Анкетирование родителей: «Сотрудничество детского сада и семьи при проведении физкультурных мероприятий». Сбор сведений о составе семьи и проживающих вместе, анализ медкарт и мониторинг уровня психофизического развития каждого ребенка; Создание родительских уголков, папок - передвижек «Здоровый ребенок»; Спортивные соревнования «Папа, мама и я - спортивная семья», физкультурные досуги по ОБЖ.	- во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, неделя здоровья, туристических походов, посещение открытых занятий				

Современные здоровые формирующие технологии, реализуемые в МАДОУ

№ п/п	Технология	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения
Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
1	Гимнастика ортопедическая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы.
2	Ритмопластика	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин.	Со среднего возраста. Обращается внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка.
3	Динамические паузы	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей.	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.
4	Релаксация	После физ. нагрузки.	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы.
5	Гимнастика пальчиковая	Ежедневно, в любой удобный отрезок времени.	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.
6	Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время	В зависимости от интенсивности зрительной нагрузки можно использовать с младшего возраста. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.
7	Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы.	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.
8	Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий МАДОУ.

Закаливание детей в МАДОУ

Важное звено в системе оздоровления детей – **закаливание**. Процесс закаливания следует рассматривать как систему мероприятий, направленных на укрепление здоровья, предупреждение заболеваний и совершенствование физического развития детей.

В организации процесса закаливания в МАДОУ педагоги руководствуются следующими принципами:

- комплексность использования природных факторов;
- постепенность увеличения силы воздействия закаливающих средств;
- непрерывность проведения закаливающих процедур;
- направленность закаливающих средств на разные участки тела при чередовании их как по силе воздействия, так и по интенсивности;
- проведение закаливания и в состоянии покоя, и в сочетании с движениями, физическими упражнениями;
- осуществление закаливающих процедур на фоне теплового комфорта организма (состояние теплового комфорта достигается сочетанием метеорологических факторов среды, теплозащитных свойств одежды, уровня двигательной активности детей);
- наблюдение за реакцией организма ребенка на закаливающие воздействия, учитывая его индивидуальные особенности;
- создание условий для благоприятного эмоционального состояния детей в процессе закаливания и их положительного отношения к процедурам.

Для реализации перечисленных условий в дошкольном учреждении разработана система закаливающих мероприятий, органично вписывающихся в распорядок дня.

Система закаливающих мероприятий

Содержание	Возрастные группы			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1.1. Воздушно-температурный режим:	от +20 до + 22°С	от +20 до + 22°С	от +18 до + 20°С	от +18 до + 20°С
	Обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей			
<ul style="list-style-type: none"> Одностороннее проветривание 	В холодное время проводится кратковременно (5-10 мин). Допускается снижение температуры на 1-2 °С			
<ul style="list-style-type: none"> Сквозное проветривание (в отсутствии детей): 	В холодное время проводится кратковременно (5-10 мин). Критерием прекращения проветривания является температура воздуха, сниженная на 2-3 °С			
Утром перед приходом детей	К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.			
Перед возвращением детей с дневной прогулки	+ 22 °С	+ 21 °С	+ 20 °С	+ 20 °С
Во время дневного сна, вечерней прогулки	В теплое время года проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении.			
1.2. Воздушные ванны:				
<ul style="list-style-type: none"> Прием детей на воздухе 	в летний период	до 0 °С	до -5 °С	до -5°С
<ul style="list-style-type: none"> Утренняя гимнастика 	В летний период на улице. В холодное время года проводится ежедневно в зале, одежда облегченная			
<ul style="list-style-type: none"> Физкультурные занятия 	2 раза в неделю в физкультурное занятие в зале при + 18 °С. Форма спортивная. Одно занятие в группе		2 раза в неделю в физкультурное занятие в зале при + 18 °С. Форма спортивная. Одно занятие круглогодично на воздухе до - 10 °С	
<ul style="list-style-type: none"> Прогулка 	Одежда и обувь соответствуют метеорологическим условиям. В холодное время года:			
	до - 15 °С, при скорости ветра не более 7 м\с	до - 15 °С, при скорости ветра не более 7 м\с	до - 15 °С, при скорости ветра не более 7 м\с	до - 15 °С, при скорости ветра не более 7 м\с
	при неблагоприятных погодных условиях время сокращается на 30-40 мин.			
<ul style="list-style-type: none"> Хожение босиком 	Ежедневно. В теплое время года при температуре воздуха от +20 °С В холодное время года в помещении при соблюдении нормативных температур.			
<ul style="list-style-type: none"> Дневной сон 	+ 20 °С	+ 20 °С	+ 20 °С	+ 20 °С
<ul style="list-style-type: none"> После дневного сна 	В помещении температура на 1-2 градуса ниже нормы			

1.3. Водные процедуры: • Гигиенические процедуры	Умывание, мытьё рук до локтя водой комнатной температуры	Умывание, обтирание шеи, мытьё рук до локтя водой комнатной температуры
		В летний период - мытьё ног.

Схема закаливания детей в разные сезоны года

группа	осень	зима	весна	лето
3 - 4 года 2 младшая группа	2 3 5 6 8 9	2 3 5 6 8 9	2 3 5 6 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9 11
4 – 5 лет средняя группа	2 3 5 6 8 9	2 3 5 6 8 9	1 2 3 5 6 8 9 10	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
5 – 6 лет старшая группа	1 2 3 5 6 8 9 10	2 3 5 6 8 9 10	1 2 3 5 6 8 9 10	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11
6 – 7 лет подготовительная к школе группа	1 2 3 5 6 8 9 10	2 3 5 6 8 9 10	1 2 3 5 6 8 9 10	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11

Условные обозначения:

<p><i>Закаливание воздухом:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. - утренний прием на свежем воздухе 2. – утренняя гимнастика 3. - облегченная одежда 4. – солнечные ванны 5. – воздушные ванны 6. – ходьба босиком по ковру и массажным дорожкам (после сна) 	<p><i>Закаливание водой:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 8 - умывание водой 9. - мытьё рук до локтя водой комнатной температуры 10. – полоскание рта кипяченой водой 11. – мытьё ног
---	---

7. – сон при открытых фрамугах	
--------------------------------	--

3.5 ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ.

Методическое обеспечение образовательной программы «Мы живем на Урале»

Образовательная область «Физическое развитие»:

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

Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды в образовательной области «Физическое развитие» по программе «Мы живем на Урале».

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

Список литературы.

1. Анисомова Т.Г. CD Физическое развитие детей 2 – 7 лет. Перспективное планирование. Сюжетно – ролевые занятия. Изд. «Учитель» 2015г.
2. Анисомова Т.Г. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников. Изд. «Учитель» 2009г
3. Вавилова Е.Н. Развитие основных движений у детей 3 – 7 лет. Изд. «Скрипторий 2003» 2007г.
4. Гаврилова В.В. Занимательная физкультура для детей 4 – 7 лет. Планирование. Конспекты занятий. Изд. «Учитель» 2016г.
5. Глазырина Л.Д. «Физическая культура – дошкольникам. Программа и программные требования» Изд. «Владос» 2004г.
6. Желобкович Е.Ф, Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Изд. «Сфера» 2010г.
7. Желобкович Е.Ф, Физкультурные занятия в детском саду. 2 – младшая группа. Изд. «Сфера» 2009г.
8. Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Изд. «Владос» 2005г.
9. Каштанова Г.В. Лечебная физкультура и массаж. Изд. «Аркти» 2007г
10. Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников. Изд. «Просвещение» 2006г.
11. Литвинова О.М. Физкультурные занятия в детском саду. Изд. «Феникс» 2010г.
12. Маханева М.Д. «С физкультурой жить – здоровым быть!» Изд. «Сфера» 2009г.
13. Мозаика/МетПособ/БПрогрРожд/Пензулаева Л.И./ФГОСДО. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей/3-7 лет"
14. "Мозаика/МетПособ/БПрогрРожд/Пензулаева Л.И./ФГОСДО. Физическая культура в детском саду/мл.гр"
15. "Мозаика/МетПособ/БПрогрРожд/Пензулаева Л.И./ФГОСДО. Физическая культура в детском саду/подг.гр"
16. "Мозаика/МетПособ/БПрогрРожд/Пензулаева Л.И./ФГОСДО. Физическая культура в детском саду/ср.гр"
17. "Мозаика/МетПособ/БПрогрРожд/Пензулаева Л.И./ФГОСДО. Физическая культура в детском саду/ст.гр"
18. Николаева Н.И. Школа мяча. Изд. «Детство – пресс» 2008г
19. «От рождения до школы» Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. – М.:Мозаика-Синтез, 2010 – 304с.Э.Я.
20. Полтавцева Н.В. «Физическая культура в дошкольном детстве» 5 – 6 лет. Изд. «Просвещение» 2007 г.
21. Полтавцева Н.В. «Физическая культура в дошкольном детстве» 4 – 5 лет. Изд. «Просвещение» 2005 г.
22. Подольская Е.Н. сценарии спортивных праздников и мероприятий для детей 3 – 7 лет. Изд. «Учитель» «2009г.
23. Симанович А. Подвижные игры для детей. Опыт поколений. Изд. «Речь» 2009г.
24. Соломенникова Н.М, Организация спортивного досуга дошкольников 5 – 7 лет. Изд. «Учитель»
25. Устав МАДОУ детского сада № 126
26. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 (с изм.).
27. Филиппова С.О. «Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения». Изд. «Владос» 2005г.

28. Фисенко М.А. Первая и вторая младшие группы. Изд. «Корифей» 2008г.
29. Харченко Т.Е. Физкультурные праздники в детском саду. Изд. «Детство – пресс» 2009г
30. Хайрутдинов Р.Р. CD Утренняя гимнастика в ДОУ. Комплексы упражнений для детей 3 – 7 лет. Изд. «Учитель»2013г.

Перспективное планирование видов движений

