

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка» - детский сад №3 «Березка» города Новопавловска**
МБДОУ «ЦРР – детский сад №3 «Березка» г. Новопавловск
357300, РФ, Ставропольский край, Кировский район, г. Новопавловск, ул. Ленинская, 117
berezcka.3@yandex.ru, т. 4-21-26

Принято

Педагогическим советом №1
МБДОУ «ЦРР – детский сад №3
«Березка» г. Новопавловска
Протокол № 1
от 30.08.2024г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «ЦРР-
детский сад №3 «Берёзка»
г. Новопавловска

 Е. В. Стерхова

Приказ № 90 - от 30.08.2024г.



Рабочая программа
инструктора по физической культуре
по реализации ОО «Физическое развитие»
детей 2-8 лет

Срок реализации:

5 лет

Разработал: инструктор по
физической культуре
Густокашина В.А.

Содержание

1.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1.	Пояснительная записка	
1.2.	Цели и задачи рабочей программы	
1.3.	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	
1.4.	Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста 2-7 лет	
1.5.	Планируемые результаты реализации образовательной области «Физическое развитие»	
1.6.	Педагогическая диагностика планируемых результатов	
2.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1.	Задачи физического развития детей раннего и дошкольного возраста 2-8 лет	
2.1.1.	Задачи физического развития детей 2-3 лет	
2.1.2.	Задачи физического развития детей 3-4 лет	
2.1.3.	Задачи физического развития детей 4-5 лет	
2.1.4.	Задачи физического развития детей 5-6 лет	
2.1.5.	Задачи физического развития детей 6-7 лет	
2.2.	Содержание образовательной деятельности, описание форм, способов, методов, средств, реализации рабочей программы физического развития дошкольников	
2.2.1.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 2-3 лет	
2.2.2.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 3-4 лет	
2.2.3.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 4-5 лет	
2.2.4.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 5-6 лет	
2.2.5.	Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 6-7 лет	
2.3.	Основные требования по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие»	
2.4.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы	
2.4.1.	Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию	
2.4.2.	Требования к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОУ	
2.4.3.	Средства реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников	
2.4.4.	Методы реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников	
2.5.	Взаимодействие педагогов	
2.6.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы	
2.7.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	
2.8.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников в рамках образовательной области «Физическое развитие»	
3.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1.	Особенности организации РППС	
3.2.	Материально-техническое обеспечение РПФР	
	Приложения к рабочей программе по реализации образовательной «Физическое развитие»	

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Задача сохранения и укрепления здоровья детей занимает ведущее место в образовательном пространстве, регламентируется в федеральных государственных образовательных стандартах, где огромное внимание уделяется вопросам здоровья и сохранения.

Воспитанники проводят в детском саду значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье, являясь важнейшей ценностью человека и общества, относится к категории государственных приоритетов, поэтому процесс его сохранения и укрепления волнует не только медицинских работников, но и педагогов, психологов и родителей.

В общей системе образовательной работы физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребёнка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются движения, двигательные навыки и физические качества, необходимые для всестороннего гармоничного развития личности.

Рабочая программа инструктора по физической культуре определяет содержание образовательной деятельности ДОО в рамках образовательной области «Физическое развитие» и обеспечивает физическое развитие воспитанников ДОО в возрасте от 2 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Рабочая программа составлена на основании Федеральной образовательной программы дошкольного образования (Приказ Министерства просвещения РФ №1028 от 25 ноября 2022 года.)

Основу рабочей программы составляют следующие нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».

2. Федеральный закон от 24.11.1995г. №181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в РФ».

3. Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 г. №1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».

4. Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 г. №2106 «Об утверждении и введении в действие федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

5. Федеральная образовательная программа дошкольного образования (Приказ Министерства просвещения РФ №1028 от 25 ноября 2022 г.).

6. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. № 1155), с изменениями №31 от 21 января 2019 г.

7. Пункт 5 «Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных духовно-нравственных ценностей». Указ Президента Российской Федерации №809 от 9 ноября 2022 г.

8. Постановление №28 от 28 сентября 2020г. (СП 2.4. 3648-20) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровление детей и молодёжи».

9. Постановление №2 от 28 января 2021г. (СанПиН 1.2.3685-21) санитарные правила и нормы «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

10. Приказ Министерства Просвещения РФ №874 от 30 сентября 2022г. «Порядок разработки и утверждения федеральных основных образовательных программ».

11. Устав МБДОУ ЦРР- детский сад №3 «Березка» г.Новопавловска № 38 от 27 декабря 2017 г.

12. Образовательная программа МБДОУ «ЦРР-детский сад №3 «Березка» г.Новопавловск

РПФР реализуется на государственном языке Российской Федерации.

РПФР разработана в соответствии с требованием Федерального государственного образовательного стандартного дошкольного образования (далее – Стандарт) с учётом:

- Федеральной образовательной программы дошкольного образования (Приказ Министерства просвещения РФ №1028 от 25 ноября 2022 г).

- Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г. № 1155), с изменениями №31 от 21 января 2019 г.

РПФР направлена на:

- охрану укрепление физического и психического здоровья, в том числе их эмоционального благополучия;

- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребёнка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;

- достижения детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

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

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

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

Реализация РПФР предполагает интеграцию обучения и воспитания за счёт проведения физкультурных развлечений, праздников, прогулок-походов, дней здоровья, физкультурно-массовых мероприятий, включения регионального компонента (подвижных игр народов РФ, знакомство с достижениями российских спортсменов, использование музыкального сопровождения народной тематики, и т.д.).

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

1.2. Цели и задачи рабочей программы

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

Цель рабочей программы достигается через решение следующих задач, обозначенных в ФОП:

- охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей;
- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;
- обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
- построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;

- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;

- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа – жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России.

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы по ФГОС:

Рабочая программа инструктора по физической культуре по реализации ОО «Физическое развитие» в соответствии с ФОП и ФГОС ДО построена на следующих принципах :

Принцип учёта ведущей деятельности:

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

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей:

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

Принцип амплификации детского развития:

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

Принцип единства обучения и воспитания:

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

Принцип преемственности образовательной работы:

- реализуется на разных возрастных этапах дошкольного детства и при переходе на уровень начального общего образования. РП в соответствии с ФОП реализует данный принцип при построении содержания обучения и воспитания

относительно уровня начального школьного образования, а также при построении единого пространства развития ребенка образовательной организацией и семьей.

Принцип сотрудничества с семьей:

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

Принцип здоровьесбережения:

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

1.4. Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возрастов 2-7 лет

Возрастные характеристики развития детей раннего возраста 2-3 лет

Второй год жизни

Росто-весовые характеристики

Вес двухлетнего ребенка составляет одну пятую взрослого человека. К двум годам мальчики набирают вес до 13,04 кг, девочки- 12,6 кг. Ежемесячная прибавка в весе составляет 200-250 граммов, а в росте 1 см. К двум годам длина тела мальчиков достигает 88,3 см, а девочек- 81,1 см.

Функциональное созревание

Продолжаются рост и функциональное развитие внутренних органов, костной, мышечной и центральной нервной системы. Повышается работоспособность нервных центров. Общее время сна, практически полностью подчиненного суточной ритмике, составляет 11-12 часов.

Развитие ЦНС на этом этапе характеризуется замедлением ростовых процессов, снижением скорости увеличения объема головного мозга и формированием нервных связей.

Начиная с 16-18-ти месяцев уровень развития мускулатуры и нервной системы обеспечивает рефлекторную деятельность по контролю выделительной системы. К двум годам у большинства детей ночное мочеиспускание прекращается, хотя время от времени оно может повторяться у многих из них и гораздо позднее в результате нарушения привычных видов повседневной активности, на фоне болезни, в случаях перевозбуждения ребенка или испуга.

Развитие моторики.

Развитие моторики является определяющим для всего психического развития. Преимущественно формируется подкорковый уровень организации движения,

включающий формирование ритма, темпа, тонуса. Все движения формируются на основании ритмической картины, соответственно, чрезвычайно важно формировать ритмичность (движения под ритм; режим дня; чередование активности и отдыха). Подавляющее большинство детей (90%) может хорошо ходить (в год и два месяца); строить башню из двух кубиков (в полтора года); подниматься по ступенькам (в год и десять месяцев); пинать мяч (к двум годам).

На развитие основных движений ребенка частично влияют пропорции его тела: короткие ноги, длинное туловище, большая голова. Ребенок до полутора лет часто падает при ходьбе, не всегда может вовремя остановиться, обойти препятствие. Несовершенна и осанка. Вследствие недостаточного развития мышечной системы ребенку трудно долго выполнять однотипные движения, например, ходить с мамой «только за ручку». Постепенно ходьба совершенствуется. Дети учатся свободно передвигаться на прогулке: они взбираются на бугорки, ходят по траве, перешагивают через небольшие препятствия, например, палку, лежащую на земле. Исчезает шаркающая походка. В подвижных играх и на музыкальных занятиях дети делают боковые шаги, медленно кружатся на месте. Даже в начале второго года дети много лазают: взбираются на горку, на диванчики, а позже (приставным шагом) и на шведскую стенку. Они также перелезают через бревно, подлезают под скамейку, пролезают через обруч. После полутора лет у малышей кроме основных развиваются и подражательные движения (мишке, зайчику). В простых подвижных играх и плясках дети привыкают координировать свои движения и действия друг с другом. В полтора года дети способны рисовать каракули, а к двум годам могут нарисовать прямую линию. Дети все лучше контролируют простые движения, а затем объединяют их во все более сложные и согласованные системы.

Психические функции.

Восприятие становится ведущей психической функцией. Совершенствуется зрительное восприятие и становится ведущим. Вместе с тем, дети полутора – двух лет не могут одновременно воспринимать объект в целом и отдельные его части. В области восприятия происходит формирование перцептивных действий и предметных эталонов. Функция перцептивных действий - ориентировочная, обследование перцептивных свойств объекта на основе эталонов. Формирование наглядно-действенного мышления как отражения скрытых сущностных связей и отношений объектов происходит на основе развития восприятия и в ходе овладения ребенком предметно-орудийными действиями. Первоначально перцептивные действия представляют собой развернутые внешние действия. По мере овладения речью восприятие 9 начинает приобретать черты произвольности. Слово начинает регулировать восприятие ребенка. По мере взросления и накопления опыта дети приобретают способность принимать и одновременно перерабатывать все больше информации, сопоставляя знание о части и целом. Появляются зачатки экспериментирования. Физический опыт становится основой обобщений. Последовательность овладения обобщениями: на основании цвета (от года до года и семи месяцев); на основании формы (от полутора до двух лет); функциональные обобщения (от двух до трех лет).

В ходе формирования умения использовать орудия ребенок проходит четыре стадии: целенаправленных проб, «подстерегания», навязчивого вмешательства, объективной регуляции. Особенности предметной деятельности: педантизм, рука подстраивается под предмет, функциональная сторона действия опережает операциональную (знание действия опережает его реализацию). Логика развития действия: неспецифичные действия - функциональные действия - выделение способа действия - перенос действия (с одного предмета на другой, из одной ситуации в другую). Предметно-орудийные действия формируются только в сотрудничестве со взрослым. Функции взрослого в формировании предметных действий: показ, совместные действия, поощрение активных проб ребенка, словесные указания. Предметная деятельность становится основой развития наглядно-образного мышления через представления о цели действия и ожидаемом результате, выделение соотношений и связей между предметами, условий реализации действий.

Второй год жизни - период интенсивного формирования речи, где можно выделить два основных этапа. Первый (от года до года и шести-восьми месяцев) - переходный, со следующими особенностями: интенсивное развитие понимания, активной речи почти нет; активная речь своеобразна по лексике, семантике, фонетике, грамматике, синтаксису. Второй период (от года и восьми месяцев до трех лет) - практическое овладение речью. Связи между предметом (действием) и словами, их обозначающими, формируются значительно быстрее, чем в конце первого года («взрыв наименований»). При этом понимание речи окружающих по-прежнему опережает умение говорить. Установлена четкая зависимость между качеством языковой стимуляции в домашнем окружении ребенка и развитием его речи. Дети усваивают названия предметов, действий, обозначения некоторых качеств и состояний. Благодаря этому можно организовать деятельность и поведение малышей, формировать и совершенствовать восприятие, в том числе составляющие основу сенсорного воспитания. Самые первые слова обозначают те предметы, с которыми ребенок может играть (мяч, машинка и т. п.). Поскольку в окружении каждого ребенка набор предметов, с которыми он может так или иначе взаимодействовать, различен, то и первоначальный словарный запас каждого ребенка уникален. Научившись употреблять слова применительно к определенной ситуации, дети вскоре начинают использовать их в описаниях других ситуаций, не замечая производимой нередко подмены их истинного значения. В процессе разнообразной деятельности со взрослыми дети усваивают, что одно и то же действие может относиться к разным предметам: «надень шапку, надень колечки на пирамидку и т.д.». Важным приобретением речи и мышления является формирующаяся на втором году жизни способность обобщения. Слово в сознании ребенка начинает ассоциироваться не с одним предметом, а обозначать все предметы, относящиеся к этой группе, несмотря на различие по цвету, размеру и даже внешнему виду (кукла большая и маленькая). Активный словарь на протяжении года увеличивается неравномерно. К полутора годам он равен примерно 20-30 словам. После года и восьми - десяти месяцев происходит скачок, и активно используемый словарь состоит теперь из 200-300 слов. В нем много

глаголов и существительных, встречаются простые прилагательные и наречия (тут, там, туда и т. д.), а также предлоги. Упрощенные слова («ту-ту», «ав-ав») заменяются обычными, пусть и несовершенными в фонетическом отношении. После полутора лет ребенок чаще всего воспроизводит контур слова (число слогов), наполняя его звуками-заместителями, более или менее близкими по звучанию слышимому образцу. У двухлетних детей предметная игра становится более сложной, содержательной. В полтора года дети узнают о предназначении многих вещей, закреплённом в культуре их социального окружения, и с этих пор игра становится все более символической. Образы, которые используют дети в своих играх, похожи на реальные предметы. Этапы развития игры в раннем детстве: на первом этапе (один год) игра носит узко-подражательный характер, представляет собой специфическое манипулирование предметом, сначала строго определенным, 10 который показал взрослый, а затем и другими. На втором этапе репертуар предметных действий расширяется, и уже не только сам предмет, но и указание взрослого вызывают действия и сложные цепочки действий. На третьем этапе (от полутора до трех лет) возникают элементы воображаемой ситуации, составляющей отличительную особенность игры: замещение одного предмета другим.

Навыки.

Дети осваивают действия с разнообразными игрушками: разборными (пирамиды, матрешки и др.), строительным материалом и сюжетными игрушками (куклы с атрибутами к ним и пр.). Эти действия ребенок воспроизводит и после показа взрослого, и путем отсроченного подражания. Постепенно, из отдельных действий складываются «цепочки», и малыш учится доводить предметные действия до результата: заполняет колечками всю пирамиду, подбирая их по цвету и размеру, из строительного материала возводит по образцу забор, паровозик, башенку и другие несложные постройки. Дети активно воспроизводят бытовые действия, доминирует подражание взрослому. Дети начинают переносить разученное действие с одной игрушкой (кукла) на другие (мишки, зайцы и другие мягкие игрушки); они активно ищут предмет, необходимый для завершения действия (одеяло, чтобы уложить куклу спать; мисочку, чтобы накормить мишку).

Коммуникация и социализация.

Формируется ситуативно-деловое общение со взрослым, основными характеристиками которого являются: стремление привлечь внимание к своей деятельности; поиск оценки своих успехов; обращение за поддержкой в случае неуспеха; отказ от «чистой» ласки, но принятие ее как поощрение своих достижений. Принципиально важной является позиция ребенка ориентации на образец взрослого, позиция подражания и сотрудничества, признания позитивного авторитета взрослого. Формирования эмоциональной привязанности: индивидуализация привязанности; снижение сепарационной тревоги. Появляются первые социальные эмоции, возникающие преимущественно по типу заражения: сочувствие, сорадование.

На втором году жизни у детей при направленной работе взрослого формируются навыки взаимодействия со сверстниками: появляется игра рядом; дети могут самостоятельно играть друг с другом в разученные ранее при помощи взрослого игры («Прятки», «Догонялки»). Однако несовершенство коммуникативных навыков ведет к непониманию и трудностям общения. Ребенок может расплакаться и даже ударить жалеющего его. Он активно протестует против вмешательства в свою игру. Игрушка в руках другого гораздо интереснее для малыша, чем та, что стоит рядом. Отобрав ее у соседа, но не зная, что делать дальше, малыш ее просто бросает. Общение детей в течение дня возникает, как правило, в процессе предметно-игровой деятельности и режимных моментах, а поскольку предметно-игровые действия и самообслуживание только формируются, самостоятельность, заинтересованность в их выполнении следует всячески оберегать. Детей приучают соблюдать «дисциплину расстояния», и они осваивают умение играть и действовать рядом, не мешая друг другу, вести себя в группе соответствующим образом: не лезть в тарелку соседа, подвинуться на диванчике, чтобы мог сесть еще один ребенок, не шуметь в спальне и т.д. При этом они пользуются простыми словами: «на» («возьми»), «дай», «пусти», «не хочу» и др.

Саморегуляция.

Овладение туалетным поведением. Формирование основ регуляции поведения. В речи появляются оценочные суждения: «плохой, хороший, красивый». Ребенок овладевает умением самостоятельно есть любые виды пищи, умыться и мыть руки, приобретает навыки опрятности. Совершенствуется самостоятельность детей в предметно-игровой деятельности и самообслуживании. С одной стороны, возрастает самостоятельность ребенка во всех сферах жизни, с другой — он осваивает правила поведения в группе (играть рядом, не мешая другим, помогать, если это понятно и несложно). Все это является основой для развития в будущем совместной игровой деятельности.

Личность.

Появляются представления о себе, в том числе как представителе пола. Разворачиваются ярко выраженные процессы идентификации с родителями. Формируются предпосылки самосознания через осуществление эффективных предметных действий.

Третий год жизни

Особенности физического и психического развития:

Росто-весовые характеристики

Средний вес мальчиков составляет 14,9 кг, девочек – 14,8 кг. Средняя длина тела у мальчиков до 95,7 см, у девочек – 97,3 см.

Функциональное созревание

Продолжаются рост и функциональное развитие внутренних органов, костной, мышечной и центральной нервной системы. Совершенствуются формы двигательной активности.

Развитие моторики.

Дифференциация развития моторики у мальчиков и девочек. У мальчиков опережающее развитие крупной моторики (к трем годам мальчики могут осваивать езду на велосипеде); у девочек опережающее развитие мелкой моторики (координированные действия с мелкими предметами).

Психические функции.

Продолжает развиваться предметная деятельность, ситуативно-деловое общение ребенка со взрослым; совершенствуются восприятие, речь, начальные формы произвольного поведения, игры, наглядно-действенное мышление. Развитие предметной деятельности связано с усвоением культурных способов действия с различными предметами. Развиваются действия соотносящие и орудийные. Умение выполнять орудийные действия развивает произвольность, преобразуя натуральные формы активности в культурные на основе предлагаемой взрослыми модели, которая выступает в качестве не только объекта подражания, но и образца, регулирующего собственную активность ребенка. В ходе совместной со взрослыми предметной деятельности продолжает развиваться понимание речи. Слово отделяется от ситуации и приобретает самостоятельное значение. Дети продолжают осваивать названия окружающих предметов, учатся выполнять простые словесные просьбы взрослых в пределах видимой наглядной ситуации. Количество понимаемых слов значительно возрастает. Совершенствуется регуляция поведения в результате обращения взрослых к ребенку, который начинает понимать не только инструкцию, но и рассказ взрослых.

Интенсивно развивается активная речь детей. К трем годам они осваивают основные грамматические структуры, пытаются строить простые предложения, в разговоре со взрослым используют практически все части речи. Активный словарь достигает примерно 1000-1500 слов. К концу третьего года жизни речь становится средством общения ребенка со сверстниками.

К третьему году жизни совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки, что позволяет детям безошибочно выполнять ряд заданий: осуществлять выбор из двух-трех предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии; петь. Совершенствуется слуховое восприятие, прежде всего фонематический слух. К трем годам дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями.

Основной формой мышления становится наглядно-действенная. Ее особенность заключается в том, что возникающие в жизни ребенка проблемные ситуации разрешаются путем реального действия с предметами. Размышляя об отсутствующих людях или предметах, дети начинают использовать их образы. Третий год жизни знаменуется появлением символического мышления -

способности по запечатленным психологическим образам-символам предметов воспроизводить их в тот или иной момент. Теперь они могут проделывать некоторые операции не с реальными предметами, а с их образами, и эти мысленные операции - свидетельство значительно более сложной, чем прежде, работы детского мышления. Переход от конкретночувственного «мышления» к образному может осуществляться на протяжении двух лет.

Детские виды деятельности.

В этом возрасте у детей формируются новые виды деятельности: игра, рисование, конструирование. Игра носит процессуальный характер, главное в ней - действия. Они совершаются с игровыми предметами, приближенными к реальности. В середине третьего года жизни появляются действия с предметами-заместителями.

Появление собственно изобразительной деятельности обусловлено тем, что ребенок уже способен сформулировать намерение изобразить какой-либо предмет. Типичным является изображение человека в виде «головонога» - окружности и отходящих от нее линий.

Коммуникация и социализация.

На третьем году жизни отмечается рост автономии и изменение отношений со взрослым, дети становятся самостоятельнее. Начинает формироваться критичность к собственным действиям.

Саморегуляция.

Для детей этого возраста характерна неосознанность мотивов, импульсивность и зависимость чувств и желаний от ситуации. Дети легко заражаются эмоциональным состоянием сверстников. Однако в этот период начинает складываться и произвольность поведения. Она обусловлена развитием орудийных действий и речи.

Личность.

У детей появляются чувства гордости и стыда, начинают формироваться элементы самосознания, связанные с идентификацией с именем и полом. Ребенок осознает себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ Я. Завершается ранний возраст кризисом трех лет, который часто сопровождается рядом отрицательных проявлений: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослым и др. Кризис может продолжаться от нескольких месяцев до двух лет.

Четвертый год жизни

Особенности физического и психического развития:

Росто-весовые характеристики

Средний вес у мальчиков к четырем годам достигает 17 кг, у девочек – 16 кг. Средний рост у мальчиков к четырем годам достигает 102 см, а у девочек - 100,6 см.

Функциональное созревание.

В данном возрасте уровень развития скелета и мышечной системы определяет возможность формирования осанки, свода стопы, базовых двигательных стереотипов.

Продолжается формирование физиологических систем организма: дыхания, кровообращения терморегуляции, обеспечения обмена веществ.

Данный возраст характеризуется интенсивным созреванием нейронного аппарата проекционной и ассоциативной коры больших полушарий.

Психические функции.

В три-четыре года память ребенка носит произвольный, непосредственный характер. Наряду с произвольной памятью, начинает формироваться и произвольная память. Ребенок запоминает эмоционально значимую информацию. На основе накопления представлений о предметах окружающего мира у ребенка интенсивно развивается образное мышление, воображение. Продолжается формирование речи, накопление словаря, развитие связной речи.

В три-четыре года внимание ребёнка носит произвольный, непосредственный характер. Отмечается двусторонняя связь восприятия и внимания – внимание регулируется восприятием (увидел яркое – обратил внимание). В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования прототипов — индивидуальных единиц восприятия — переходят к сенсорным эталонам — культурно выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до пяти и более форм предметов и до семи и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса и во всех знакомых ему помещениях образовательной организации.

Детские виды деятельности.

Система значимых отношений ребенка с социальной средой определяется возможностями познавательной сферы, наличием образного мышления, наличием самосознания и начальными формами произвольного поведения (действие по инструкции, действие по образцу). Социальная ситуация развития характеризуется выраженным интересом ребенка к системе социальных отношений между людьми (мама-дочка, врач-пациент), ребенок хочет подражать взрослому, быть «как взрослый». Противоречие между стремлением быть «как взрослый» и невозможностью непосредственного воплощения данного стремления приводит к формированию игровой деятельности, где ребенок в доступной для него форме отображает систему человеческих взаимоотношений, осваивает и применяет нормы и правила общения и взаимодействия человека в разных сферах жизни. Игра детей в три-четыре года отличается однообразием сюжетов, где центральным содержанием игровой деятельности является действие

с игрушкой, игра протекает либо в индивидуальной форме, либо в паре, нарушение логики игры ребенком не опротестовывается.

В данный период начинают формироваться продуктивные виды деятельности, формируются первичные навыки рисования, лепки, конструирования. Графические образы пока бедны, у одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети начинают активно использовать цвет.

Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Дети способны под руководством взрослого вылепить простые предметы. Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу.

Коммуникация и социализация.

В общении со взрослыми, наряду с ситуативно-деловой формой общения, начинает интенсивно формироваться внеситуативно-познавательная форма общения, формируются основы познавательного общения. Со сверстниками интенсивно формируется ситуативно-деловая форма общения, что определяется становлением игровой деятельности и необходимостью согласовывать действия с другим ребенком в ходе игрового взаимодействия. Положительно-индифферентное отношение к сверстнику, преобладающее в раннем возрасте, сменяется конкурентным типом отношения к сверстнику, где другой ребенок выступает в качестве средства самопознания.

Саморегуляция.

В три года у ребенка преобладает ситуативное поведение, произвольное поведение, в основном, регулируется взрослым. При этом, ребенок может действовать по инструкции, состоящей из 2-3 указаний. Слово играет в большей степени побудительную функцию, по сравнению с функцией торможения. Эмоции выполняют регулирующую роль, накапливается эмоциональный опыт, позволяющий предвосхищать действия ребенка.

Личность и самооценка.

У ребенка начинает формироваться периферия самосознания, дифференцированная самооценка. Ребенок, при осознании собственных умений, опирается на оценку взрослого, к четырем годам ребенок начинает сравнивать свои достижения с достижениями сверстников, что может повышать конфликтность между детьми. Данный возраст связан с дебютом личности.

Пятый год жизни

Особенности физического и психического развития:

Росто-весовые характеристики

Средний вес девочек изменяется от 16 кг в четыре года до 18,4 кг в пять лет, у мальчиков – от 17 кг в четыре года до 19,7 кг в пять лет. Средняя длина тела у

девочек изменяется от 100 см в четыре года до 109 см в пять лет, у мальчиков – от 102 см в четыре года до 110 см в пять лет.

Функциональное созревание

Данный возраст характеризуется интенсивным созреванием нейронного аппарата ассоциативной коры больших полушарий. Возрастание специализации корковых зон и межполушарных связей. Правое полушарие является ведущим. Продолжается развитие скелета, мышц, изменяются пропорции тела. Слабо, но проявляются различия в строении тела мальчиков и девочек.

Психические функции.

Ведущим психическим процессом в данном возрасте является память. В четыре-пять лет интенсивно формируется произвольная память, но эффективность произвольного запоминания выше, чем произвольного. Начинает формироваться опосредованная память, но непосредственное запоминание преобладает. Возрастает объем памяти, дети запоминают до 7-8 названий предметов.

К концу пятого года жизни восприятие становится более развитым. Интеллектуализация процессов восприятия – разложение предметов и образов на сенсорные эталоны. Восприятие опосредуется системой сенсорных эталонов и способами обследования. Наряду с действиями идентификации и приравнивания к образцу, интенсивно формируются перцептивные действия наглядного моделирования (в основном, через продуктивные виды деятельности). Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве. Основной характеристикой мышления детей четырех-пяти лет является эгоцентризм. Наряду с интенсивным развитием образного мышления и расширением кругозора, начинает формироваться наглядно-схематическое мышление. Интенсивно формируется воображение. Формируются такие его особенности, как беглость, гибкость. С четырех лет внимание становится произвольным, увеличивается устойчивость произвольного внимания. На пятом году жизни улучшается произношение звуков и дикция, расширяется словарь, связная и диалогическая речь. Речь становится предметом активности детей. Для детей данного возраста характерно словотворчество. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы. Развивается грамматическая сторона речи. В период четырех-пяти лет формируются основы познавательной активности и любознательности.

Детские виды деятельности.

На пятом году жизни ребенок осваивает сложную систему норм и правил, принятых в социуме. Формируется развернутая сюжетно-ролевая игра, где центральным содержанием выступает моделирование системы человеческих отношений в ходе выполнения игровой роли. В данном возрасте в игре дети различают игровые и реальные отношения, характерна ролевая речь. Конфликты чаще возникают в ходе распределения ролей, роли могут меняться в ходе игры.

Игра носит процессуальный, творческий характер. Детям доступны игры с правилами, дидактические игры. Развивается изобразительная деятельность. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности, замысел смещается с конца на начало рисования. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т. д.

Усложняется конструирование. Формируются навыки конструирования по образцу, доступно конструирование по схеме, по условию и по замыслу, а также планирование последовательности действий.

Продуктивные виды деятельности способствуют развитию мелкой моторики рук.

Коммуникация и социализация.

В общении со взрослыми интенсивно формируются внеситуативные формы общения, в частности - внеситуативно-познавательная форма общения, возраст «почемучек» приходится именно на четыре-пять лет. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен. Со сверстниками продолжает формироваться ситуативно-деловая форма общения, что определяется развитием развернутой сюжетно-ролевой игры и совместными видами деятельности со сверстниками. При этом, характер межличностных отношений отличает ярко выраженный интерес по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, ребенок болезненно реагирует на похвалу другого ребенка со стороны взрослых, конфликтность со сверстниками также характерна для данного возраста. В группе формируется стабильная структура взаимоотношений между детьми, определяющая социометрический статус каждого ребенка.

Саморегуляция.

В период от четырех до пяти лет существенно возрастает роль регулятивных механизмов поведения. Потребность в самовыражении (стремление быть компетентным в доступных видах деятельности) определяет развитие произвольности. В игре ребенок может управлять собственным поведением, опираясь на систему правил, заложенных в данной роли. Ребенку доступно осознание основных правил поведения в ходе общения и поведения в социуме. Речь начинает выполнять роль планирования и регуляции поведения. Интенсивно формируются социальные эмоции (чувство стыда, смущение, гордость, зависть, переживание успеха-неуспеха и др.).

Личность и самооценка.

У ребенка интенсивно формируется периферия самосознания, продолжает формироваться дифференцированная самооценка. Оценка взрослого, оценка взрослым других детей, а также механизм сравнения своих результатов деятельности с результатами других детей оказывают существенное влияние на

характер самооценки и самосознания. Появляется краткосрочная временная перспектива (вчера-сегодня-завтра, было-будет).

Шестой год жизни

Особенности физического и психического развития:

Росто-весовые характеристики

Средний вес у мальчиков изменяется от 19,7 кг в пять лет до 21,9 кг в шесть лет, у девочек – от 18,5 кг в пять лет до 21,3 кг в шесть лет. Средняя длина тела у мальчиков от 110,4 см в пять лет до 115,9 см в шесть лет, у девочек – от 109,0 см в пять лет до 115,7 см в шесть лет.

Функциональное созревание

Развитие центральной нервной и опорно-двигательной систем, зрительно-моторной координации позволяет ребенку значительно расширить доступный набор двигательных стереотипов.

Психические функции.

В период от пяти до шести лет детям доступно опосредованное запоминание. Эффективность запоминания с помощью внешних средств (картинок, пиктограмм) может возрасти в 2 раза. В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т.д. Эгоцентризм детского мышления сохраняется. Основой развития мыслительных способностей в данном возрасте является наглядно-схематическое мышление, начинают развиваться основы логического мышления. Формируются обобщения, что является основой словесно-логического мышления. Интенсивно формируется творческое воображение. Наряду с образной креативностью, интенсивно развивается и вербальная креативность по параметрам беглости, гибкости, оригинальности и разработанности. Увеличивается устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Развитие речи идет в направлении развития словаря, грамматической стороны речи, связной речи, ребенку доступен фонематический анализ слова, что является основой для освоения навыков чтения. Проявляется любознательность ребенка, расширяется круг познавательных интересов. Складывается первичная картина мира.

Детские виды деятельности.

У детей шестого года жизни отмечается существенное расширение регулятивных способностей поведения, за счет усложнения системы взаимоотношений со взрослыми и со сверстниками. Творческая сюжетно-ролевая игра имеет сложную структуру. В игре могут принимать участие несколько детей (до 5-6 человек). Дети шестого года жизни могут планировать и распределять роли до начала игры и строят свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей взятой роли по содержанию и интонационно. Нарушение логики игры не принимается и

обосновывается. При распределении ролей могут возникать конфликты, связанные с субординацией ролевого поведения, а также нарушением правил. Сюжеты игр становятся более разнообразными, содержание игр определяется логикой игры и системой правил.

Интенсивно развиваются продуктивные виды деятельности, которые способствуют развитию творческого воображения и самовыражения ребенка. Детям доступны рисование, конструирование, лепка, аппликация по образцу, условию и по замыслу самого ребенка. Необходимо отметить, что сюжетно-ролевая игра и продуктивные виды деятельности в пять-шесть лет приобретают целостные формы поведения, где требуется целеполагание, планирование деятельности, осуществление действий, контроль и оценка. Продуктивные виды деятельности могут осуществляться в ходе совместной деятельности.

Коммуникация и социализация.

В общении со взрослыми интенсивно формируются внеситуативно-познавательная и внеситуативно-личностная форма общения. У детей формируется потребность в самоутверждении через возможность соответствовать нормам, правилам, ожиданиям, транслируемым со стороны взрослых. Со сверстниками начинает формироваться внеситуативно-деловая форма общения, что определяется возрастающим интересом к личности сверстника, появляются избирательные отношения, чувство привязанности к определенным детям, дружба. Характер межличностных отношений отличается выраженным интересом по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, возрастанием просоциальных форм поведения. Детские группы характеризуются стабильной структурой взаимоотношений между детьми.

Саморегуляция.

В период от пяти до шести лет начинают формироваться устойчивые представления о том, «что такое хорошо» и «что такое плохо», которые становятся внутренними регуляторами поведения ребенка. Формируется произвольность поведения, социально значимые мотивы начинают управлять личными мотивами.

Личность и самооценка.

Складывается первая иерархия мотивов. Формируется дифференцированность самооценки. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки.

Седьмой год жизни

Особенности физического и психического развития:

Росто-весовые характеристики

Средний вес мальчиков к семи годам достигает 24,9 кг, девочек – 24,7 кг. Средняя длина тела у мальчиков к семи годам достигает 123,9, у девочек – 123,6 см.

В период от пяти до семи лет наблюдается выраженное увеличение скорости роста тела ребенка в длину («полуростовой скачок роста»), причем конечности в это время растут быстрее, чем туловище. Изменяются кости, формирующие облик лица.

Функциональное созревание

Уровень развития костной и мышечной систем, наработка двигательных стереотипов отвечают требованиям длительных подвижных игр. Скелетные мышцы детей этого возраста хорошо приспособлены к длительным, но не слишком высоким по точности и мощности нагрузкам.

Качественные изменения в развитии телесной сферы ребенка (полуростовой скачок) отражает существенные изменения в центральной нервной системе. К шести-семи годам продолжительность необходимого сна составляет 9-11 часов, при этом длительность цикла сна возрастает до 60-70 минут, по сравнению с 45-50 минутами у детей годовалого возраста, приближаясь к 90 минутам, характерным для сна детей старшего возраста и взрослых.

Важнейшим признаком морфофункциональной зрелости становится формирование тонкой биомеханики работы кисти ребенка. К этому возрасту начинает формироваться способность к сложным пространственным программам движения, в том числе к такой важнейшей функции как письму – отдельные элементы письма объединяются в буквы и слова.

К пяти-шести годам в значительной степени развивается глазомер. Дети называют более мелкие детали, присутствующие в изображении предметов, могут дать оценку предметов в отношении их красоты, комбинации тех или иных черт. Процессы возбуждения и торможения становятся лучше сбалансированными. К этому возрасту значительно развиваются такие свойства нервной системы, как сила, подвижность, уравновешенность. В то же время все эти свойства нервных процессов характеризуются неустойчивостью, высокой истощаемостью нервных центров.

Психические функции.

К шести-семи годам особую значимость приобретает процесс формирования «взрослых» механизмов восприятия. Формируется способность дифференцировать слабо различающиеся по физическим характеристикам и редко появляющиеся сенсорные стимулы. Качественные перестройки нейрофизиологических механизмов организации системы восприятия позволяют рассматривать этот период как сенситивный для становления когнитивных функций, в первую очередь произвольного внимания и памяти. Время сосредоточенного внимания, работы без отвлечений по инструкции достигает 10-15 минут.

Детям становятся доступны формы опосредованной памяти, где средствами могут выступать не только внешние объекты (картинки, пиктограммы), но и некоторые мыслительные операции (классификация). Существенно повышается роль словесного мышления, как основы умственной деятельности ребенка, все

более обособляющегося от мышления предметного, наглядно-образного. Формируются основы словесно-логического мышления, логические операции классификации, сериации, сравнения. Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они еще ограничиваются наглядными признаками ситуации. Увеличивается длительность 16 произвольного внимания (до 30 минут). Развитие речи характеризуется правильным произношением всех звуков родного языка, правильным построением предложений, способностью составлять рассказ по сюжетным и последовательным картинкам. В результате правильно организованной образовательной работы у детей развивается диалогическая и некоторые виды монологической речи, формируются предпосылки к обучению чтению. Активный словарный запас достигает 3,5 - 7 тысяч слов.

Детские виды деятельности.

Процессуальная сюжетно-ролевая игра сменяется результативной игрой (игры с правилами, настольные игры). Игровое пространство усложняется. Система взаимоотношений в игре усложняется, дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем.

Продуктивные виды деятельности выступают как самостоятельные формы целенаправленного поведения. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Дети подготовительной к школе группы в значительной степени осваивают конструирование из различного строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и по условиям. Коммуникация и социализация. В общении со взрослыми интенсивно проявляется внеситуативно-личностная форма общения. В общении со сверстниками преобладает внеситуативно-деловая форма общения. Характер межличностных отношений отличает выраженный интерес по отношению к сверстнику, высокую значимость сверстника, возрастание просоциальных форм поведения, феномен детской дружбы, активно проявляется эмпатия, сочувствие, содействие, сопереживание. Детские группы характеризуются стабильной структурой взаимоотношений между детьми.

Саморегуляция.

Формируется соподчинение мотивов. Социально значимые мотивы регулируют личные мотивы, «надо» начинает управлять «хочу». Выражено стремление ребенка заниматься социально значимой деятельностью. Происходит «потеря непосредственности» (по Л.С. Выготскому), поведение ребенка опосредуется системой внутренних норм, правил и представлений. Формируется система реально действующих мотивов, связанных с формированием социальных эмоций, актуализируется способность к «эмоциональной коррекции» поведения. Постепенно формируются предпосылки к произвольной регуляции поведения по внешним инструкциям. От преобладающей роли эмоциональных механизмов

регуляции постепенно намечается переход к рациональным, волевым формам.
Личность и самооценка.

Складывается иерархия мотивов. Формируется дифференцированность самооценки и уровень притязаний. Преобладает высокая, неадекватная самооценка. Ребенок стремится к сохранению позитивной самооценки. Формируются внутренняя позиция школьника; гендерная и полоролевая идентичность, основы гражданской идентичности (представление о принадлежности к своей семье, национальная, религиозная принадлежность, соотнесение с названием своего места жительства, со своей культурой и страной); первичная картина мира, которая включает представление о себе, о других людях и мире в целом, чувство справедливости.

1.5. Планируемые результаты РПРФ

Обязательная часть соответствует:

Федеральной образовательной программы дошкольного образования (Приказ Министерства просвещения РФ №1028 от 25 ноября 2022 г) п.15.1., п.15.2., п.13.3.1, п.15.3.2., п.15.3.3., п.15.4.

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому **результаты освоения РПРФ представлены в виде целевых ориентиров** ДО и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка к концу дошкольного образования.

Реализация образовательных целей и задач РПРФ направлена на достижение целевых ориентиров ДО, которые описаны как основные характеристики ребёнка. Они представлены в виде изложения возможных достижений воспитанников на разных возрастных этапах дошкольного детства.

В соответствии с особенностями психофизического развития ребёнка, планируемые результаты освоения Программы предусмотрены в ряде целевых ориентиров.

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного возраста и системные особенности ДО делают неправомерным требования от ребёнка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений.

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения образовательной программы. Обозначенные различия не должны быть констатированы как трудности ребенка в освоении образовательной программы ДОО и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

Планируемые результаты в раннем возрасте, к трём годам:

- у ребенка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым

простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам;

- с желанием играет в подвижные игры;
- ребенок демонстрирует элементарные культурно-гигиенические навыки, владеет простейшими навыками самообслуживания (одевание, раздевание, самостоятельно ест и др.);
- ребенок стремится к общению со взрослыми, реагирует на их настроение;
- ребенок проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им; играет рядом;
- ребенок понимает и выполняет простые поручения взрослого;
- ребенок стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;
- ребенок способен направлять свои действия на достижение простой, самостоятельно поставленной цели; знает, с помощью каких средств и в какой последовательности продвигаться к цели;
- ребенок осуществляет поисковые и исследовательские действия;
- ребенок знает основные особенности внешнего облика человека, его деятельности;
- ребенок с удовольствием слушает музыку, подпевает, выполняет простые танцевальные движения;
- ребенок в играх отображает действия окружающих («готовит обед», «ухаживает за больным» и др.), воспроизводит не только их последовательность и взаимосвязь, но и социальные отношения (ласково обращается с куклой, делает ей замечания), заранее определяет цель («Я буду лечить куклу»).

Планируемые результаты в дошкольном возрасте, к четырём годам:

- ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;
- ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические движения под музыку;
- ребенок демонстрирует достаточную координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

- ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и т.п., соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;

- ребенок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен в отношении других детей;

- ребенок демонстрирует интерес к сверстникам в повседневном общении и бытовой деятельности, владеет элементарными средствами общения в процессе взаимодействия со сверстниками;

- ребенок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;

- ребенок с интересом вслушивается в музыку, запоминает и узнает знакомые произведения, проявляет эмоциональную отзывчивость, различает музыкальные ритмы, передает их в движении;

- ребенок активно взаимодействует со сверстниками в игре, принимает на себя роль и действует от имени героя, строит ролевые высказывания, использует предметы-заместители, разворачивает несложный игровой сюжет из нескольких эпизодов.

Планируемые результаты в дошкольном возрасте, к пяти годам:

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, испытывает потребность в двигательной активности;

- ребенок демонстрирует хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, хорошее развитие крупной и мелкой моторики рук активно и с интересом выполняет основные движения, основные элементы общеразвивающих, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве, переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность;

- ребенок интересуется факторами, обеспечивающими здоровье, стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;

- ребенок выполняет самостоятельно правила общения со взрослым, внимателен к его словам и мнению, стремится к познавательному, интеллектуальному общению со взрослыми;

- ребенок демонстрирует стремление к общению со сверстниками, по предложению педагога может договориться с детьми, стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников;

- ребенок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять

в повседневной жизни;

- ребенок проявляет стремление к общению со сверстниками в процессе познавательной деятельности, осуществляет обмен информацией; охотно сотрудничает со взрослыми не только в совместной деятельности, но и в свободной самостоятельной; отличается высокой активностью и любознательностью;

- ребенок с удовольствием рассказывает о себе, своих желаниях, достижениях, семье, семейном быте, традициях; активно участвует в мероприятиях и праздниках, готовящихся в группе, в ДОО, имеет представления о малой родине, названии города, улицы, некоторых памятных местах;

- ребенок называет роль до начала игры, обозначает новую роль по ходу игры, активно использует предметы-заместители, предлагает игровой замысел и проявляет инициативу в развитии сюжета, активно включается в ролевой диалог, проявляет творчество в создании игровой обстановки.

Планируемые результаты в дошкольном возрасте, к шести годам:

- ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

- ребенок проявляет во время занятий физической деятельностью выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость, уверенно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность, способен творчески составить несложные комбинации из знакомых упражнений;

- ребенок проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

- ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и др.); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;

- ребенок настроен положительно по отношению к окружающим, охотно вступает в общение со взрослыми и сверстниками, ребенок способен различать разные эмоциональные состояния взрослых и сверстников, учитывает их в своем поведении, откликается на просьбу помочь, в оценке поступков опирается на

нравственные представления;

- ребенок владеет основными способами укрепления здоровья, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, мотивирован на бережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих его людей;

- ребенок согласовывает свои интересы с интересами партнеров в игровой деятельности, умеет предложить и объяснить замысел игры, комбинировать сюжеты на основе разных событий, создавать игровые образы, управлять персонажами в режиссерской игре;

- ребенок принимает активное участие в праздничных программах и их подготовке; взаимодействует со всеми участниками культурно-досуговых мероприятий.

Планируемые результаты на этапе завершения освоения РПФР в соответствии с ФОП, к концу дошкольного возраста:

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;

- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;

- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;

- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности, о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

- ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

- ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;

- ребенок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;

- ребенок владеет средствами общения и способами взаимодействия со

взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками; старается разрешать возникающие конфликты конструктивными способами;

- ребенок имеет представление о жизни людей в России, имеет некоторые представления о важных исторических событиях Отечества; имеет представление о многообразии стран и народов мира;

- ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, предлагает и объясняет замысел игры, комбинирует сюжеты на основе реальных, вымышленных событий, выполняет несколько ролей в одной игре, подбирает разные средства для создания игровых образов, согласовывает свои интересы с интересами партнеров по игре, управляет персонажами в режиссерской игре;

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

1.6. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

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

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

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

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

Педагогическая диагностика:

- совокупность приемов и контроля оценки, направленных на решение задач оптимизации учебного процесса, совершенствование образовательных программ и методов педагогического воздействия;

- обеспечение эффективной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом;

Специфика:

- планируемые результаты заданы как целевые ориентиры;

-целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке и не являются основанием для сравнения достижений детей с установленными требованиями;

-освоение образовательной программы не сопровождается проведением промежуточной и итоговой аттестации воспитанников.

Педагогическая диагностика проводится, начиная с младшего дошкольного возраста до старшего дошкольного возраста.

Педагогическая диагностика физического развития воспитанников проводится инструктором по физической культуре, воспитателями на основе наблюдения, специальных диагностических ситуаций.

Для проведения диагностики физического развития используются методические рекомендации: Ноткина Н., Казьмина Л. И др. «Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста» (Нищева)

(Приложение №1)

Задачи:

- 1.Индивидуализация образования;
- 2.Оптимизация работы с группой детей;

Характеристика пояснения педагогической диагностики

№ п/п	Периодичность проведения педагогической диагностики:	Методы:	Наблюдения:
1.	2раза в год. Стартовая- на этапе поступления ребенка в дошкольную группу Финальная- на завершающем этапе освоения программы определенной возрастной группы.	1.Наблюдение; 2.Беседы 3.Анализ продуктов детской деятельности; 4.Специальных диагностических ситуаций.	1.Ориентировка в пространстве- строевые упражнения; 2.ОРУ- счет, ритм, темп, выполнение по образцу, мелкая моторика; 3.ОВД- освоение техники основных движений, координация, равновесие; 4.Развитие физических качеств- основа формирования двигательных навыков; 5.Подвижные игры- морально-волевые качества; 6.Работоспособность – удержание внимания, интерес к двигательной деятельности.

Результаты проведения диагностики физического развития ребенка фиксируются в диагностические карты (см. приложение №1).

2. Содержательный раздел

Содержание работы по физическому развитию дошкольников реализуется инструктором по физической культуре, педагогами ДОУ в соответствии с ФОП, ФГОС ДО, образовательной программой ДОО, методикой физического развития от 2 до 7 лет. МБДОУ «ЦРР – детский сад №3 «Березка» г. Новопавловска

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

2.1 Задачи физического развития детей раннего и дошкольного возраста 2-7 лет

2.1.1. Задачи физического развития детей 2-3 лет:

- обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазание, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально -ритмические упражнения;
- развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;
- поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом внебольших подгруппах;
- формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

2.1.2. Задачи физического развития детей 3-4 лет:

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

формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

2.1.3. Задачи физического развития детей 4-5 лет:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;
- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;
- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;
- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;
- укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

2.1.4. Задачи физического развития детей 5-6 лет:

- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;
- развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику, ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него

влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;

- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

2.1.5. Задачи физического развития детей 6-7 лет:

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;

- развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;

- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимодействие в команде;

- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;

- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;

- сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;

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

Формы организации двигательной деятельности:

- ✓ утренняя гигиеническая гимнастика;
- ✓ физкультурные занятия в зале и на свежем воздухе;
- ✓ физкультминутки; физкультурные паузы;
- ✓ подвижные игры; бодрящая гимнастика; динамический час;
- ✓ активный отдых (туристические прогулки и мини - походы);
- ✓ индивидуальная работа по развитию движений в зале и на прогулке;
- ✓ самостоятельная двигательная деятельность.

Так же для решения поставленных задач в каждой возрастной группе используются следующие типы занятий:

учебно-тренировочное;
сюжетное;
игровое;
тренировочное;
комплексное;
физкультурно-познавательное;
тематическое;
нетрадиционное;
контрольное.

2.2 Содержание образовательной деятельности

Рабочая программа направлена на:

- обеспечение гармоничного физического развития, приобретение опыта в различных видах двигательной деятельности, развитие психофизических качеств, формирование навыков правильной осанки, развитие координационных способностей, равновесия, мелкой моторики;
- формирование начальных представлений о видах спорта, достижениях российских спортсменов, овладение подвижными играми, играми с правилами, элементами спортивных игр и упражнений;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере, формирование ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, правилами безопасного поведения в двигательной деятельности, формирование знаний о различных видах активного отдыха.

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

2.2.1. Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 2 до 3 лет

В процессе обучения основным движениям педагог предлагает детям разнообразные упражнения

Виды деятельности	
<i>Основная гимнастика (основные движения,</i>	В процессе обучения основным движениям педагог предлагает детям разнообразные упражнения.

<i>общеразвивающие упражнения)</i>	
<i>Основные виды движений (ОВД)</i>	ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.
<i>Бросание, катание, ловля, метание:</i>	скатывание мяча по наклонной доске; - прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50- 100 см), под дугу, в воротца; - остановка катящегося мяча; - передача мячей друг другу стоя; - бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; - бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100-125 см двумя и одной рукой; - перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребенка с расстояния 1-1,5 м; - ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м.
<i>Ползание и лазанье</i>	погремушки (флажка) 3-4 м (взяв ее, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, ползание по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см; - ползание по гимнастической скамейке; - проползание под дугой (30-40 см). - влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом.
<i>Ходьба</i>	- ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; - ходьба на носках; - ходьба с переходом на бег; - на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; - ходьба с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и др.); - враспынную и в заданном направлении; - ходьба между предметами; - ходьба по кругу по одному и парами, взявшись за руки.
<i>Бег</i>	бег стайкой за педагогом, в заданном направлении

	и в разных направлениях; - между линиями (расстояние между линиями 40–30 см); - за катящимся мячом; - с переходом на ходьбу и обратно; - непрерывный бег в течение 20-30-40 сек; - медленный бег на расстояние 40–80 м.
<i>Прыжки</i>	прыжки на двух ногах на месте (10–15 раз); - с продвижением вперед, через 1-2 параллельные линии (расстояние 10-20 см); - в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20-30 см); - вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребенка на 10-15 см.
<i>Упражнение в равновесии</i>	- ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2–3 м); - по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; - по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10–15 см); - ходьба по извилистой дорожке (2-3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте.
<i>Общеразвивающие упражнения (ОРУ):</i>	): без предметов; с предметами (погремушки, мячи, кубики, платочки, малые обручи, флажки, и т.п.); у опоры (стульчик, скамейка); сидя на опоре (стульчике, скамейке)
<i>Упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса:</i>	- поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание; - выполнение хлопков руками перед собой, над головой; - махи руками вверх-вниз, вперед-назад.
<i>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:</i>	- повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребенку; - наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; - одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа; - поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине
<i>Упражнения для развития и</i>	сгибание и разгибание ног, держась за опору;

<i>укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника</i>	- приседание; - потягивание с подниманием на носки и др.
<i>Музыкально-ритмические упражнения</i>	хлопки в ладоши под музыку; - хлопки с одновременным притопыванием одной ногой; - приседание «пружинка»; - приставные шаги вперед-назад под ритм; - кружение на носочках; - подражание движениям животных
<i>Подвижные игры.</i>	Инструктор развивает и поддерживает у детей желание играть подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально - ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и т. п.).

Целевые ориентиры к концу 3-го года жизни.

В результате к концу 3-го года жизни ребёнок умеет выполнять основные движения на доступном уровне, уверенно ползает, лазает, ходит в заданном направлении, перешагивает, подпрыгивает на месте и осваивает прыжки с продвижением вперед, в длину с места, вместе с педагогом выполняет простые ОРУ, движения имитационного характера, музыкально-ритмические упражнения, ориентируется в пространстве по ориентирам, проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, инвентарём, активно участвует в несложных подвижных играх, организованных педагогом, реагирует на сигналы, взаимодействует с педагогом и другими детьми при выполнении физических упражнений, приучен к закаливающим и гигиеническим процедурам, выполняет их регулярно.

2.2.2 Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 3 до 4 лет

В процессе обучения основным движениям педагог предлагает детям разнообразные упражнения.

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

Виды деятельности	
<i>Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения)</i>	В процессе обучения основным движениям педагог предлагает детям разнообразные упражнения.
<i>Основные виды движений (ОВД)</i>	ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.
<i>Бросание, катание, ловля, метание:</i>	прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; - скатывание мяча по наклонной доске; - катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; - прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; - ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; - произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от инструктора; - бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; - подбрасывание мяча вверх и ловля его; - бросание мяча о землю и ловля его; - бросание и ловля мяча в парах; - бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояния 1,5 м; - метание вдаль; - перебрасывание мяча через сетку.
<i>Ползание и лазанье</i>	ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять ее, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); - по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; - проползание на четвереньках под 3- 4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); - ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; - влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; - подлезание под дугу, не касаясь руками пола

<i>Ходьба</i>	- ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, врассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); - на носках; - высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; - парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); - по наклонной доске; - в чередовании с бегом
<i>Бег</i>	бег группами и по одному за направляющим, врассыпную, со сменой темпа; - по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; - со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; - в чередовании с ходьбой; - убегание от ловящего, ловля убегающего; - бег в течение 50–60 сек; быстрый бег 10- 15 м; - медленный бег 120-150 м.
<i>Прыжки</i>	прыжки на двух и на одной ноге; - на месте, продвигаясь вперед на 2- 3 м; - через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); - в длину с места (не менее 40 см); - через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; - через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); - спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см)
<i>Упражнение в равновесии</i>	ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15–20 см, длина 2–2,5 м.), обычным и приставным шагом; - по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; - перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; - по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; - с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение);

	- на носках, с остановкой.
<i>Общеразвивающие упражнения (ОРУ):</i>	- без предметов, с предметами (мячи, кубики 2 цветов, кегли, обручи, и т.п.), с опорой и на опоре (стул, скамейка), из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук
<i>Упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса</i>	- поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); - переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; - махи руками; - упражнения для кистей рук.
<i>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника</i>	- потягивание, приседание, обхватив руками колени; - наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; - поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно.
<i>Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника</i>	- поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; - приседание с предметами, поднимание на носки; - выставление ноги вперед, в сторону, назад.
<i>Музыкально-ритмические упражнения</i>	Отдельные музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий. Различные формы активного отдыха и подвижные игры: - ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; - поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; - имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и т.д.)
<i>Строевые упражнения</i>	- построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; - перестроение в колонну по два, врассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

<i>Подвижные игры.</i>	сюжетные игры, имитационные упражнения; - несюжетные игры; - игры на развитие ориентировки в пространстве; - игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации; - малоподвижные игры.
<i>Спортивные упражнения</i>	Педагог и инструктор обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей. <i>Катание на санках:</i> - по прямой дорожке, друг друга, с невысокой горки. <i>Катание на трехколесном велосипеде, самокате:</i> - по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.
<i>Формирование основ здорового образа жизни</i>	Педагог и педагог поддерживает стремление ребенка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).
<i>Активный отдых</i>	- физкультурные досуги 1-2 раз в месяц, во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20–25 минут, в соответствии с КТП ДОО. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения. - дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы. В этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия).

Целевые ориентиры к концу 4-го года жизни.

- ребенок ориентируется в пространстве по зрительным и звуковым ориентирам, при совместных построениях и выполнении основных движений, в подвижных играх;
- по показу педагога принимает исходное положение, более уверенно выполняет движения, сохраняет равновесие при выполнении физических упражнений, музыкально-ритмических движений, реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое, выполняет общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;
- осваивает спортивные упражнения;
- проявляет положительное отношение к физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм, знает правила в подвижных играх, стремится к выполнению ведущих ролей в игре;
- понимает необходимость соблюдения чистоты и гигиены для здоровья, имеет сформированные полезные привычки, знает основные правила безопасного поведения в двигательной деятельности.

2.2.3 Содержание образовательной деятельности по физическому развитию детей 4-5 лет

В процессе обучения основным движениям педагог предлагает детям разнообразные упражнения

Виды деятельности	
<i>Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения)</i>	В процессе обучения основным движениям педагог предлагает детям разнообразные упражнения.
<i>Основные виды движений (ОВД)</i>	ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесии.
<i>Бросание, катание, ловля, метание:</i>	прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибающими кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см; - прокатывание обруча инструктору, удержание обруча, катящегося от инструктора; - прокатывание обруча друг другу в парах; - подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; - бросание и ловля мяча в паре;

	- перебрасывание мяча друг другу в кругу; - бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; - скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; - отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; - подбрасывание и ловля мяча не менее 3-4 раз подряд; - бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; - бросание вдаль; - попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2 -2,5м.
<i>Ползание и лазанье</i>	- ползание на четвереньках «змейкой» между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; - проползание в обручи, под дуги; - влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; - переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1-2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; - подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком.
<i>Ходьба</i>	- ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; - на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; - перешагивая предметы; - чередуя мелкий и широкий шаг, «змейкой», с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; - со сменой ведущего; - в чередовании с бегом, прыжками; - приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; - с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной).
<i>Бег</i>	- бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; - обегая предметы;

	- на месте; - бег врассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; - в парах; - по кругу, держась за руки; - со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; - непрерывный бег 1-1,5 мин; - пробегание 30-40 м в чередовании с ходьбой 2-3 раза; - медленный бег 150-200 м; бег на скорость 20 м; - челночный бег 2х5 м; - перебегание подгруппами по 5-6 человек с одной стороны площадки на другую; - бег врассыпную с ловлей и увертыванием.
<i>Прыжки</i>	- прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; - подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2-3 м; - перепрыгивание через шнур, плоский кубик (высота 5 см), через 4-6 линий (расстояние между линиями 40-50 см); - выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; - прыжки в длину с места; - спрыгивание со скамейки; - прямой галоп; - попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой.
<i>Упражнение в равновесии</i>	- ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); - ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; - ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; - пробегание по наклонной доске вверх и вниз; - ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; - кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.
<i>Общеразвивающие упражнения (ОРУ):</i>	- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром), с

	предметами и без них. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и др. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы
<i>Упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса</i>	- основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); - перекладывание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжатие и разжатие кистей рук, вращение кистями; - выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы.
<i>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника</i>	- наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; - поочередное поднимание ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках.
<i>Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника</i>	- сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; - выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; - поднимание на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.
<i>Музыкально-ритмические упражнения</i>	Музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. <i>Рекомендуемые упражнения:</i> - ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; - на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; - выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное «выбрасывание» ног, движение по кругу выполняя

	шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.
<i>Строевые упражнения</i>	- построение в колонну по одному, по два, враспынную; - построение по росту; - размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без них; - перестроение из колонны по одному в колонну по два, в движении со сменой ведущего; - из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; - повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте переступанием и в движении.
<i>Подвижные игры.</i>	Инструктор и педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре). <i>Подвижные игры:</i> - сюжетные игры, имитационные упражнения; - несюжетные игры; - игры на развитие ориентировки в пространстве; - игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации; - народные игры; - малоподвижные игры
<i>Спортивные упражнения</i>	Педагог и инструктор обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

	<i>Спортивные упражнения:</i> <i>Катание на санках:</i> - подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга. <i>Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:</i> - по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.
<i>Формирование основ здорового образа жизни</i>	Педагог и инструктор уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и др.), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.
<i>Активный отдых</i>	- физкультурные досуги и развлечения 1-2 раз в месяц, во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20–25 минут, в соответствии с КТП ДОО. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения. - дни здоровья 1 раз в квартал, в соответствии с КТП, годовым планом работы. Это прежде всего физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе. - физкультурные праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1–1,5 часов, в соответствии с КТП, годовым планом работы. Педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и

	патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.
--	--

Целевые ориентиры к концу 5-го года жизни.

В результате к концу 5 года жизни:

- ребенок осваивает разнообразные физические и музыкально-ритмические упражнения, проявляет двигательную активность и психофизические качества, демонстрирует координацию движений, развитие глазомера, ориентировку в пространстве ориентирами и без, стремиться сохранять правильную осанку;
- проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, с желанием выполняет упражнения основной гимнастики, участвует в подвижных играх и досуговой деятельности;
- проявляет настойчивость и упорство для достижения результата, стремится к победе, соблюдает правила в подвижных играх, переносит освоенные упражнения в самостоятельную двигательную деятельность;
- знает правила безопасного поведения в двигательной деятельности;
- знает об отдельных факторах, положительно влияющих на здоровье, имеет сформированные полезные привычки.

2.2.4 Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 5 до 6 лет

В процессе обучения основным движениям педагог предлагает детям разнообразные упражнения

Виды деятельности	
<i>Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения)</i>	В процессе обучения основным движениям педагог предлагает детям разнообразные упражнения.
<i>Основные виды движений (ОВД)</i>	ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесие
<i>Бросание, катание, ловля, метание:</i>	- прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); - прокатывание обруча, бег за ним и ловля; - прокатывание набивного мяча; - передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; - перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях;

	- отбивание мяча об пол на месте 10 раз; - ведение мяча 5-6 м; - метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; - метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и др.); - перебрасывание мяча из одной руки в другую; - подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину.
<i>Ползание и лазанье</i>	- ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; - переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; - ползание на животе; - ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; - лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом.
<i>Ходьба</i>	- ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; - ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты.
<i>Бег</i>	- бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; - бег с пролезанием в обруч; - с ловлей и увертыванием; - высоко поднимая колени; - между расставленными предметами; - группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; - в заданном темпе, обегая предметы;

	- мелким и широким шагом; - непрерывный бег 1,5-2 мин; - медленный бег 250-300 м; - быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; - челночный бег 2х10 м, 3х10 м; - пробегание на скорость 20 м; - бег под вращающейся скакалкой.
<i>Прыжки</i>	- подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно - ноги врозь; - на одной ноге; - подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; - подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; - спрыгивание с высоты в обозначенное место; - подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; - подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; - прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; - на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; - перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); - впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; - прыжки в длину с места; - в высоту с разбега; - в длину с разбега. <i>Прыжки со скакалкой:</i> - перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку(высота 3–5 см); - перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; - прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку.
<i>Упражнение в равновесии</i>	- ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; - стойка на гимнастической скамье на одной ноге; - поднятие на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; - пробегание по скамье; - ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; - ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой);

	- приседание после бега на носках, руки в стороны; - кружение парами, держась за руки - «ласточка».
<i>Общеразвивающие упражнения (ОРУ):</i>	- под счёт, из разных исходных положений, в разном темпе, без предметов, с мелким спортивным инвентарём. Педагог и инструктор поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и др.). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на пояс, перед грудью, за спиной). Поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.
<i>Упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса</i>	- поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); - махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; переключивание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; - поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); - сжимание и разжимание кистей.
<i>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника</i>	- поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); - махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; переключивание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; - поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); - сжимание и разжимание кистей.

<i>Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника</i>	- поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь ее затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; - наклоны вперед, касаясь ладонями пола, наклоны вправо и влево; - поднимание ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине. <i>Упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса:</i> - приседание, обхватывая колени руками; - махи ногами; поочередное поднимание и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; - захватывание предметов ступнями и пальцами ног и перекладывание их с места на место.
<i>Музыкально-ритмические упражнения</i>	Музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) инструктор включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. <i>Рекомендуемые упражнения:</i> - ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); - подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.
<i>Строевые упражнения</i>	- построение по росту, поддерживая равнение в колонне, шеренге; - построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; - перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; - размыкание в колонне на вытянутые вперед

	руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; - повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; - ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.
<i>Подвижные игры.</i>	- сюжетные игры, имитационные упражнения; - несюжетные игры; - игры на развитие ориентировки в пространстве; - игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации; - народные игры; - малоподвижные игры; - игры с элементами соревнования, игры – эстафеты. Педагог и инструктор по ФК: - обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; - воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; - развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). - способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.
<i>Спортивные упражнения</i>	Педагог и инструктор обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона. <i>Катание на санках:</i> - по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки. <i>Катание на двухколесном велосипеде, самокате:</i> - по прямой, по кругу, с разворотом с разной скоростью; - с поворотами направо и налево, соблюдая

	правила, не наталкиваясь.
<i>Спортивные игры</i>	Педагог и инструктор обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей. <i>Городки:</i> - бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); - знание 3-4 фигур. <i>Элементы баскетбола:</i> - перебрасывание мяча друг другу от груди; - ведение мяча правой и левой рукой; - забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; - игра по упрощенным правилам. <i>Бадминтон:</i> - отбивание волана ракеткой в заданном направлении; - игра с педагогом или инструктором. <i>Элементы футбола:</i> - отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; - ведение мяча ногой между и вокруг предметов; - отбивание мяча о стенку; - передача мяча ногой друг другу (3–5 м); - игра по упрощенным правилам.
<i>Формирование основ здорового образа жизни</i>	Педагог и инструктор продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и др.) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках,

	взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).
<i>Активный отдых</i>	- физкультурные праздники и досуги организуют 2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов. Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры; - досуг организуется 1–2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30–40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально - ритмические упражнения, творческие задания. Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России; - дни здоровья проводит 1 раз в квартал, в этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки;
<i>Туристские прогулки и экскурсии.</i>	Педагоги и инструктор организуют для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами – на стадион, в парк, на берег моря и др. Время перехода в одну сторону составляет 30–40 минут, общая продолжительность не более 1,5–2 часов. Время непрерывного движения 20 минут. Педагог и инструктор формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки,

	организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.
--	--

Целевые ориентиры к концу 6-го года жизни.

В результате к концу 6 года жизни:

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

2.2.5 Содержание образовательной деятельности по физическому развитию от 6 до 7 лет

Виды деятельности	
Основная гимнастика (основные движения,	В процессе обучения основным движениям педагог предлагает детям разнообразные упражнения.

<i>общеразвивающие упражнения)</i>	
<i>Основные виды движений (ОВД)</i>	ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, катание, бросание, ловля, метание, упражнения в равновесие.
<i>Бросание, катание, ловля, метание:</i>	- бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; - передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в ходьбе; - прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; - перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; - одной рукой от плеча; - передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; - метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; - метание вдаль, метание в движущуюся цель; - забрасывание мяча в баскетбольную корзину; - катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; - ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; - ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).
<i>Ползание и лазанье</i>	- ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; - на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; - влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименными разноименным способом; - перелезание с пролета на пролет по диагонали; - пролезание в обруч разными способами; - лазанье по веревочной лестнице; - выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); - влезание по канату на доступную высоту.
<i>Ходьба</i>	- ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; - выпадами, с закрытыми глазами, приставными

	шагами назад; - в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях.
<i>Бег</i>	- бег в колонне по одному, врассыпную, парами, тройками, четверками; - с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); - высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; - с захлестыванием голени назад; - выбрасывая прямые ноги вперед; - бег 10 м с наименьшим числом шагов; - медленный бег до 2-3 минут; - быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; - челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; - бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); - бег со скакалкой, бег по пересеченной местности.
<i>Прыжки</i>	- подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; - смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; - впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; - подпрыгивания вверх из глубокого приседа; - прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; - прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование. Прыжки с короткой скакалкой: - прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; - прыжки с ноги на ногу; - бег со скакалкой; - прыжки через обруч, вращая его как скакалку. Прыжки через длинную скакалку: - пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; - бегание под вращающуюся скакалку – прыжок – выбегание; - пробегание под вращающейся скакалкой парами.

<i>Упражнение в равновесии</i>	- подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; - стойка на носках; - стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; - ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; - ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую пронося прямой вперед сбоку скамейки; - ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; - ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; - прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; - ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; - кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; - после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».
<i>Общеразвивающие упражнения (ОРУ):</i>	Педагог и инструктор проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и др.). Педагог и инструктор поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно- оздоровительной работы.
<i>Упражнения для кистей рук, развития и укрепления</i>	- поднятие и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в

<i>плечевого пояса</i>	сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; - круговые движения вперед и назад; упражнения пальчиковой гимнастики. <i>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:</i> - повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; - поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине.
<i>Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника</i>	- повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; - поочередное поднимание и опускание ног лежа на спине.
<i>Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника</i>	- сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; - приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); - подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; - захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место.
<i>Ритмическая гимнастика Музыкально-ритмические упражнения</i>	упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог и инструктор включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад в сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

<i>Строевые упражнения</i>	Педагог и инструктор совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: - быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; - равнение в колонне, шеренге; - перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); - расчет на первый – второй и перестроение из одной шеренги в две; - размыкание и смыкание приставным шагом; - повороты направо, налево, кругом; - повороты во время ходьбы на углах площадки.
<i>Подвижные игры.</i>	Педагог и инструктор поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности. Подвижные игры: - сюжетные игры, имитационные упражнения; - несюжетные игры; - игры на развитие ориентировки в пространстве; - игры на развитие психофизических качеств, равновесия, координации; - народные игры; - малоподвижные игры; - игры с элементами соревнования, игры- эстафеты.
<i>Спортивные упражнения</i>	Педагог и инструктор обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и

	климатических особенностей. Катание на санках: - игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость. Катание на двухколесном велосипеде, самокате: - по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.
<i>Спортивные игры</i>	Педагог и инструктор обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей. Городки: - бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; - знание 4–5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит. Элементы баскетбола: - передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); - перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; - ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и т. п.) и с разных сторон; - забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; - ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу. Элементы футбола: - передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; - ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам. Элементы хоккея: <i>(без коньков – на снегу, на траве):</i> - ведение шайбы клюшкой, не отрывая ее от шайбы; - прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; - ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и

	между ними; - забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); - попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения. Бадминтон: - перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку. Элементы настольного тенниса: - подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); - подача мяча через сетку после его отскока от стола.
<i>Формирование основ здорового образа жизни</i>	Педагог и инструктор расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и др.), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивными инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.
<i>Активный отдых</i>	- физкультурные праздники и досуги организуют 2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов. Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением

	игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений; - досуг организуется 1–2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания. Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов; - дни здоровья проводятся 1 раз в квартал, в этот день педагог и инструктор организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки;
<i>Туристские прогулки и экскурсии.</i>	- туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок. Педагог и инструктор организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35–40 минут, общая продолжительность не более 2–2,5 часов. Время непрерывного движения 20–30 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий. Для организации детского туризма педагог и инструктор формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 г. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за

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

В процессе обучения основным движениям педагог предлагает детям разнообразные упражнения

Целевые ориентиры к концу 7 -го года жизни.

В результате к концу 7 года жизни,

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

Содержание образовательной деятельности РПФР реализуется в соответствии с ФОП, перспективным планированием обучения основным видам движений.

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

(Приложение №2 Перспективное планирование)

2.3 Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы

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

2.3.1 Основные формы организации образовательной деятельности по физическому развитию

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

- образовательная деятельность, осуществляемая в процессе организации различных видов детской деятельности;

- образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных процессов;

- самостоятельная деятельность детей;

- взаимодействие с семьями детей по реализации рабочей программы по физическому развитию;

2.3.2 Требование к организации образовательной деятельности по физическому развитию в ДОО

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

- режим двигательной активности детей в течении дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья;

- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО;

- физкультурные, физкультурно- оздоровительные, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Проведение спортивных соревнований туристических походов. Проведение туристических походов с выходом за территорию ДОО оформляются приказом заведующего ДОО, в соответствии с нормативными актами, разработанными в ДОО.

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

(Приложения № 3: План проведения досуговых мероприятий и праздников)

2.3.3 Средства реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников

При реализации рабочей программы для развития двигательной деятельности используются следующие средства: спортивное оборудование, спортивный инвентарь, демонстрационный и раздаточный материал, образно-символический материал, технические средства обучения, оздоровительное, нестандартное оборудование, оборудование для спортивных игр и упражнений.

Перечень спортивного оборудования и инвентаря для реализации двигательной деятельности (см. Приложение №4)

2.3.4 Методы реализации рабочей программы по физическому развитию дошкольников.

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

№ п/п	Название методов	Описание методов
	Вербальные методы (словесные):	- направлены на активизацию сознания ребенка, формирование более глубокого осмысления поставленных задач, выполнение физических упражнений на осознанном уровне, понимание их содержания, структуры, а также самостоятельное и творческое использование в самых разных случаях; - название упражнений, описание, объяснения, указания, распоряжения, команды, вопросы к детям, рассказ, беседа и т. д. , активизируют мышление ребенка, помогают целенаправленно воспринимать технику упражнений, способствую созданию более точных зрительных представлений о движении.
	Наглядные методы:	- способствуют формированию знаний и ощущений, касающихся движения, чувственного восприятия и развития способности к сенсорике; - наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); - наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);

		- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора, педагога).
	Практические методы:	- призваны обеспечить проверку двигательных действий дошкольника, правильность его восприятий и моторных ощущений; - применяются для создания мышечно-двигательных представлений о физических упражнениях и закрепления двигательных навыков и умений. - закрепления двигательных навыков и развитие физических качеств в изменяющихся условиях. - при выполнении физических упражнений в соревновательной форме возникает особый физиологический и эмоциональный фон, что усиливает воздействие упражнений на организм, способствует проявлению максимальных функциональных возможностей и психических сил. При этом предъявляются более высокие требования к физическим и морально-волевым качествам (решительность, честность, благородство и т. д.). <i>Соревновательный метод</i> повышает интерес к физическим упражнениям, содействует лучшему их выполнению, развивает способность применять двигательные навыки и умения в усложненных условиях.
	Информационно-рецептивный метод:	- предъявление информации, организация действий ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино - и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагогов или детей, чтение и т. д.).
	Репродуктивный метод:	- создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца инструктора, педагога, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель).

	Метод проблемного изложения:	- постановка проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений.
	Эвристический метод (частично-поисковый):	- проблемная задача делится на части – проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях).
	Исследовательский метод:	- составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания, опыты, экспериментирование).

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

2.4 Взаимодействие педагогов

Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность физического развития детей, является взаимодействие инструктора по физической культуре со всеми участниками образовательного процесса – с администрацией ДОО, воспитателями, педагогом-психологом, учителем-логопедом, музыкальным руководителем, медицинским персоналом и родителями.

Взаимодействие с администрацией ДОУ.

Заведующий и старший воспитатель обеспечивают организацию образовательного процесса в ДОО, повышение профессиональной компетенции специалистов, а также организуют взаимодействие с семьями воспитанников и различными социальными партнёрами.

Взаимодействие с воспитателями. (см. Приложение №5)

Инструктор по физической культуре оказывает консультативную помощь педагогам по различным вопросам физического развития детей. Совместно проводят педагогическую диагностику физического развития детей, планируют работу в рамках ОО «Физическое развитие», работу с родителями по данному направлению.

В образовательной деятельности инструктор проводит занятие, педагог следит за качеством выполнения ОРУ и ОВД, оказывает помощь детям при выполнении упражнений, страховку.

Взаимодействие с педагогам-психологам

Дети дошкольного возраста нуждаются в психологической помощи, поэтому 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.

В физкультурные занятия и развлечения включают игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

Взаимодействие с музыкальным руководителем.

Музыка является одним из средств физического воспитания. Она положительно воздействует на эмоции детей, создает хорошее настроение, помогает активизировать умственную деятельность, способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, освобождает инструктора от подсчета, привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике, способствует развитию внимания, чувства ритма.

Совместно с музыкальным руководителем подбирается музыкальный материал для использования на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, досугах и развлечениях, праздниках. На физкультурных занятиях закрепляются музыкально-ритмические движения, разученные на музыкальных занятиях.

Взаимодействие с учителем- логопедом

Совместно с учителем-логопедом подбирают комплексы ОРУ в сочетании речь с движением и т.п.

Взаимодействие с медицинским персоналом.

В начале учебного года, после оценки физического развития и здоровья детей, совместно с медицинской сестрой заполняются карты здоровья, физического развития детей.

2.5 Направления и задачи коррекционно-развивающей работы.

Коррекционно-развивающая работа и\или инклюзивное образование в МБДОУ «ЦРР – детский сад №3 «Березка» г. Новопавловска направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных категорий детей (целевые группы), включая детей с ООП (особые образовательные потребности), в том числе детей с ОВЗ и детей- инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении образовательной программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

КРР представляет собой комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития. КРР в ДОО осуществляют педагоги-психологи, дефектологи, логопеды, другие педагоги (воспитатели, инструктор по физкультуре, и т.д.).

Реализация КРР с обучающимися с ОВЗ (ТНР) и детьми - инвалидами согласно нозологическим группам, осуществляется в соответствии с ФАОП ДО. КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми-инвалидами (при наличии)

предусматривает предупреждение вторичных биологических и социальных отклонений в развитии, затрудняющих образование и социализацию обучающихся, коррекцию нарушений психического и физического развития средствами коррекционной педагогики, специальной психологии и медицины; формирование у обучающихся механизмов компенсации дефицитарных функций, не поддающихся коррекции, в том числе с использованием ассистивных технологий. (см. АОП МБДОУ «ЦРР – детский сад №3 «Березка» г. Новопавловска

Одним из основных механизмов реализации коррекционной работы является оптимально выстроенное взаимодействие специалистов образовательного учреждения, обеспечивающее системное сопровождение детей с ограниченными возможностями здоровья специалистами различного профиля в образовательном процессе.

2.6 Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Образовательная деятельность в ДОУ включает:

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

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

Согласно требованиям СанПиН, в режиме дня ДОУ предусмотрено время для проведения занятий.

2.10. Особенности взаимодействия с семьями дошкольников в рамках образовательной области «Физическое развитие»

Основной целью взаимодействия инструктора и родителей (законных представителей) воспитанников ДОУ является «установление доверительного делового контакта» между семьей и ДОУ.

Для достижения этой цели осуществляется дифференцированный подход в работе с семьей, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка, и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями.

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

(Приложение №6. План работы с родителями)

3. Организационный раздел

3.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Для реализации раздела ОП ДО физическое развитие в МБДОУ «ЦРР – детский сад №3 «Березка» г.Новопавловска предусмотрен спортивный зал, физкультурные центры в групповых помещениях и спортивная площадка.

РППС рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей.

При проектировании РППС учитываются местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия; возраст уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования; задачи образовательной программы для различных возрастов групп; возможности и потребности участников образовательной деятельности.

РППС соответствует требованиям ФГОС ДО, ФОП ДО и ОП ДО образовательной программе МБДОУ «ЦРР – детский сад №3 «Березка» г.Новопавловска, возрастным особенностям детей; воспитательному характеру обучения детей; требованиям безопасности и надежности.

(см. Приложение №4)

Приложение № 4

Наполняемость РППС спортивного зала, спортивной площадки МБДОУ «ЦРР – детский сад №3 «Березка» г.Новопавловска

Название физкультурного оборудования	Размеры	Количество (примерно на 25 детей)
Стенка гимнастическая	Высота 2 м.	4-6 пролётов
Футбольные ворота (стационарные)	Высота 80 см., ширина 1200 см. толщина 60 см.	2 шт.
Хоккейные ворота (переносные)	Высота 61 см., ширина 91 см. толщина 48 см.	2 шт.
Баскетбольный щит (стационарный)	Высота 1050 мм., Ширина 1800 мм.	2 шт.
Доска с крючком (наклонная)	Ширина 25-30 см., длина 1-1,5 м.	2 шт.

Бревно гимнастическое	Ребро 15-20 см.	1 шт.
Стойки и планка для прыжков в высоту	Комплект	1 шт.
Тактильная дорожка из прямых и изогнутых пластиковых элементов с выпуклой поверхностью с шипами		1 шт.
Балансир разного типа		10 шт.
Гимнастический коврик		25 шт.
Дорожка «Здоровья»		1 шт.
Название физкультурного инвентаря	Размеры	Количество
Мяч средний	Диаметр 12-15 см.	25 шт.
Мяч малый (теннисный, резиновый, массажный)	Диаметр 6-8 см.	25 шт.
Обруч большой	Диаметр 80 см.	20 шт.
Обруч средний	Диаметр 50 см.	20 шт.
Верёвочная лестница	Длина 2 м., ширина 40-50 см.	1 шт.
Координационная лестница	Длина 2 м., ширина 40-50 см.	3 шт.
Флажок (трёх цветов)	Палка 25-30 см., полотнище 20x10 см.	25 шт. каждого цвета
Канат	Диаметр 4 см., длина 2-3 м.	1 шт.
Шнур (верёвка) – длинная скакалка	Диаметр 8-10 мм., длина 6-10 м.	4 шт.
Верёвка эластичная (резинка)	Диаметр 4-6 мм., длина 6 м.	1 шт.
Косичка	Диаметр 2 см., длина 60 см.	25 шт.
Конус с отверстием	Высота 30-50 см.	20 шт.
Мешочек с песком	Вес 150 гр., 200 гр.	По 25 шт.
Щит баскетбольный с корзиной (навесной)	120x80 см.	2-4 шт.
Мишень навесная для метания	80x80 см.	2 шт.
Лента цветная	Длина 60-80 см.	50 шт.
Санки		2 пар.
Городки Бита Чурки		2 комплекта
Баскетбол	80x80 см.	2 шт.
Щит баскетбольный с корзиной	20x25 см.	25 шт.
Мяч		
Бамбинтон		
Волан		60 шт.
Ракетка		30 шт.
Сетка для бамбинтона	0,76x6 м.	1 шт.
Настольный теннис		
Шарик		60 шт.
Ракетка		30 шт.
Сетка для настольного тенниса		1 шт.
Футбол		
Футбольные ворота (стационарные)		2 шт.

Футбольные мячи		25 шт.
Хоккей		
Хоккейные ворота		2 шт.
Клюшка прямая		25 шт.
Шайба хоккейная детская		25 шт.
Музыкальный центр		1 шт.
Разметка физкультурного зала, площадки	Краска, самоклеящаяся бумага	По необходимости
Маркеры (фишки, игрушки и т.п.)		По необходимости
Нестандартный инвентарь и оборудование, сделанный своими руками		По необходимости

3.2. Материально-техническое обеспечение рабочей программы по реализации образовательной области «Физическое развитие»

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

- возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы по образовательной области физическое развитие;
- выполнение требований санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов, для обеспечения безопасного нахождения воспитанников на территории ДОУ, в групповых и других помещениях, необходимых для образовательной деятельности проведения режимных моментов, сна и отдыха.
- выполнение требований пожарной безопасности и электробезопасности;
- выполнение требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОУ.
- возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ.

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

3.3 Программы, технологии и методические пособия

1. Федеральная образовательная программа дошкольного образования, Приказ министерства просвещения от 25.11.2022г.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, (ФГОС ДОУ) Приказ Министерства образования и науки от 17.октября 2013г. №1155
3. СанПин- Санитарные правила и нормы СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021г. №2.
4. Образовательная программа МБДОУ «ЦРР – детский сад №3 «Березка» г.Новопавловска.

5. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста / Сост. Н.А. Ноткина, Н.В. Нищева, Л.И. Казьмина, Н.Н. Бойнович- СПб.: Изд-во Акцидент, 1995. 36с.
7. Федорова С.Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет.
8. - Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 3-4 лет – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
 - Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
 - Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 6-7 лет – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
 - Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова.
 - Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-4 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
 - Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 4-5 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
 - Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 5-6 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
 - Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 6-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.
 - Волошина Л.Н., Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004.
 - Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона. – М., ФиС., 1987.
 - Глосович Б., Постников А. Бадминтон для детей. М: Просвещение, 1962.
 - Гришин В. Г. «Игры с мячом и ракеткой». М.: Педагогика, 1975.
 - Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт», 2022 г.
 - Борисова М.М., Зорина Т.А., Сафронова Н.М. Обучение дошкольников игре «Городки». М.: Линка-Пресс, 2017.
 - Адашквичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва «Просвещение» 1992 г.
 - Козак О.Н., «Зимние игры для больших и маленьких», Санкт-Петербург «Союз» 1999 г.
- Э.Я. Степаненкова Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: МОЗАИКА_СИНТЕЗ, 2021, - 168с. Для обучения спортивным играм и упражнениям, музыкально-ритмическим движениям, освоения навыков туристических походов, используются следующие методические пособия:
1. Адашквичене Э.И., «Спортивные игры и упражнения в детском саду», Москва «Просвещение» 1992 г.
 2. Белая К.Ю. Формирование основ безопасности у дошкольников (3-7 лет).
 3. Борисова М.М., Зорина Т.А., Сафронова Н.М., Обучение дошкольников игре «Городки», М.: Линка -Пресс, 2017.
 4. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.

5. Волошина Л.Н. , Курилова Т.В. Игры с элементами спорта для детей.- М,: Издательство "ГНОМ и Д", 2004
6. Галицкий А., Марков О. Азбука бадминтона.- М.,Фис.,1987
7. Глосович Б., Постников А., Бадминтон для детей. М: Просвещение,1962.
8. Завьялова Т.П. Методика обучения и воспитания. Туризм в детском саду. Издательство «Юрайт»,2022г.

3.3 Режим двигательной активности

Формы работы	Виды деятельности	Количество и длительность деятельности (в мин.) в зависимости от возраста детей				
		Группа раннего возраста 2-3 года	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Физкультурные занятия	В помещении	2 зан. по 10 мин.	2 зан. по 15 мин	2 зан. по 20 мин.	2 зан. по 25 мин.	2 зан. по 30 мин.
Музыкальные занятия	Музыкальное занятие	2 зан. по 10 мин.	2 зан. по 15 мин	2 зан. по 20 мин.	2 зан. по 25 мин.	2 зан. по 30 мин.
	Культурно – досуговая деятельность. Музыкальный досуг	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
	Музыкальные праздники	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	2 раза в квартал	2 раза в квартал
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя зарядка (по желанию детей)	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.
	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.	Ежедневно 10 мин.
	Обучение спортивным упражнениям и подв. играм (ФИЗО на улице)	1 раз в неделю 10 мин	1 раз в неделю 15 мин	1 раз в неделю 20 мин	1 раз в неделю 25 мин	1 раз в неделю 30 мин
	Гимнастика в середине статических занятий	По 2 мин. на каждом статическом занятии	По 2 мин. на каждом статическом занятии	По 2 мин. на каждом статическом занятии	По 2 мин. на каждом статическом занятии	По 2 мин. на каждом статическом занятии

Активный отдых	Физкультурный досуг	-	1 раз в мес. по 20-25 мин.	1 раз в мес. по 20-25 мин.	1 раз в мес. по 30-40 мин.	1 раз в мес. по 40-45 мин.
	Физкультурный праздник (23.02, и 30 апреля)	-	-	2 раза в год, длительностью не более 1ч. – 1.5ч.	2 раза в год, длительностью не более 1.5ч.	2 раза в год, длительностью не более 1.5ч.
	День здоровья	-	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
	Туристические прогулки и экскурсии	-	-	-	Общая продолжительность прогулки 1.5ч. – 2ч.	Общая продолжительность прогулки 2ч. – 2.5ч.
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные игры на свежем воздухе и в помещении	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

**Расписание физкультурно – оздоровительной деятельности
инструктора по физической культуре
МБДОУ «ЦРР – детский сад №3 «Березка» г.Новопавловска**

Дни недели	Время занятий	Возрастная группа	Вид деятельности
понедельник	09.00 – 09.20; 09.30 – 09.50	Средняя	Физкультурное занятие
	10.10 – 10.35; 10.45 – 11.10	Старшая	Физкультурное занятие
	11.35 – 12.00	подготовительные	Спортивные игры
вторник	08.50 – 09.00	1 младшая	Физкультурное занятие
	09.00 – 09.20; 09.30 – 09.50	2 младшая	Физкультурное занятие
	10.20 – 10.50; 11.00 – 11.30	Подготовительная «А»	Физкультурное занятие
	11.40 – 12.00	Старшая группа	Коррекционная работа ОВЗ (ТНР)
Среда	09.00 – 09.20; 09.30 – 09.50	Средняя	Физкультурное занятие
	10.50 – 11.20	Подготовительная «Б»	Физкультурное занятие
	10.00 – 10.25	Старшая группа	Спортивные игры
	15.30 – 15.50 1 неделя	средняя	Развлечения 1 раз в месяц
	15.30 – 15.55 2 неделя	старшая	
	15.30 – 16.00 3 неделя	Подготовительная «А»	
	15.30 – 16.00 4 неделя	Подготовительная «Б»	
Четверг	08.50 – 09.00	1 младшая	Физкультурное занятие
	09.00 – 09.25; 09.35 – 10.00	Старшая группа	Физкультурное занятие
	10.20 – 10.50	Подготовительная «Б»	Физкультурное занятие
	11.10 – 11.25; 1 неделя	1 младшая	Развлечения (досуг) 1 раз в месяц
	11.10 – 11.40 3 неделя	2 младшая	
пятница	09.00 – 09.20; 09.30 – 09.50	2 младшая	Физкультурное занятие
	09.50 – 10.20; 10.30 – 11.00	Подготовительная «А»	Физкультурное занятие
	11.20 -11.50	подготовительная	Коррекционная работа ОВЗ (ТНР)

3.4 Кадровые условия реализации программы

Обязательная часть соответствует ФОП и ФГОС.

Постановление Правительства РФ №225 от 21 февраля 2022 года (Собрание законодательства РФ 2022 г. №9 ст.1134)

«Номенклатура должностей педагогических работников организаций осуществляющих образовательную деятельность, должностей руководителей образовательных организаций».

Приказ Министерства образования и науки РФ от 22.12.2014 г. №1601 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре» (с изменениями от 13.05.2019 г.).

Трудовой кодекс РФ от 30 декабря 2001г. №197-ФЗ (с изменениями и дополнениями).

Постановление правительства РФ от 21 апреля 1993г. №88 «Об утверждении нормативов по определению численности персонала, занятого обслуживанием дошкольных учреждений (ясли, сады, детские сады)».

Постановление правительства РФ от 14 мая 2015г. №466 «О ежедневных основных удлиненных оплачиваемых отпусках» (в редакции Постановления Правительства РФ от 7.04.2017г. №419).

Профессиональный стандарт «Инструктор – методист» Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 8 сентября 2014г. №630н.

Часть РПФР формируемая участниками образовательных отношений.

ДОО укомплектован квалифицированными кадрами, в том числе и инструктором по физической культуре.

Реализация РПФР осуществляется:

- педагогическими работниками (старшим воспитателем, инструктором по физической культуре, воспитателями в течение всего времени пребывания воспитанников в Организации);

- учебно-вспомогательными работниками в группе, в течение всего времени пребывания воспитанников в Организации;

- иными педагогическими работниками, вне зависимости от продолжительности пребывания воспитанников в Организации.

Программа предоставляет право Организации самостоятельно определять потребность в педагогических работниках и формировать штатное расписание по своему усмотрению, исходя из особенностей реализуемых образовательных программ дошкольного образования, контекста их реализации и потребности.

Существующие должности иных педагогических работников устанавливается Организацией самостоятельно в зависимости от содержания РПФР.

Реализация Программы требует от Организации осуществления управления, введения бухгалтерского учёта, финансово – хозяйственной и хозяйственной деятельности, организации необходимого медицинского обслуживания. Для решения этих задач руководителя Организации вправе заключать договора гражданско - правового характера и совершать иные действия в рамках своих полномочий.

В целях эффективной реализации РПФР Организация создаёт условия для профессионального развития педагогических кадров, в том числе и дополнительного профессионального образования.

Организация самостоятельно или с привлечением других организаций и партнёров обеспечивает консультативную поддержку руководящих педагогических работников по вопросам образования детей, в том числе реализации программы дополнительного образования спортивно - оздоровительного этапа физкультурно - оздоровительной направленности. Организация осуществляет организационно - методическое сопровождение в процессе реализации РПФР.

Примерное планирование области «Физическое развитие»

Объём недельной образовательной нагрузки составляют следующее количество ООД (образовательных ситуаций, занятий, других форм организации детских видов деятельности).

Возрастные группы	Максимально допустимый объём недельной непосредственно образовательной нагрузки	Максимально допустимое количество занятий в неделю	Максимальная продолжительность 1 занятия	Максимально допустимый объём ООД	
				1 половина дня	2 половина дня
Вторая младшая	2ч. 30 мин.	10	15 мин.	до 30мин.	
Средняя группа	3 ч. 20 мин.	10	20 мин.	до 40мин.	
Старшая группа	5 ч. 50 мин.	15	20/25 мин.	до 45мин.	до 25мин.
Подготовительная к школе группа	10 ч.	15	30 мин.	до 1ч.30мин.	до 30 мин.

Примерная структура учебного года в детском саду с 1 сентября по 31 мая:

- с 1 сентября по 12 сентября - адаптационно-диагностический период;
- с 13 сентября по 31 декабря - учебный период;
- с 1 января по 9 января - новогодние каникулы;
- с 10 января по 31 мая - учебный период;
- с 10 мая по 22 мая - диагностический период;
- с 1 июня по 31 августа летняя оздоровительная компания

Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

Организационной основой реализации комплексно - тематического принципа построения РПФР являются примерные темы (праздники, события, проекты), которые ориентированы на все направления развития ребёнка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а также вызывают личностный интерес детей к:

- явлениям нравственной жизни ребёнка;
- окружающей природе;
- миру искусства и литературы;
- традиционным для семьи, общества и государства праздничным событиям;
- событиям, формирующим чувство гражданской принадлежности ребёнка (родной город, День народного Единства, День защитника Отечества и т.д.);
- сезонным явлениям;
- народной культуре и традициям.

Тематический принцип построения образовательного процесса позволяет вести региональные культурные компоненты, учитывать приоритет Организации.

Задачами организации деятельности в данном направлении являются:

- организация культурного отдыха детей, их эмоциональный разрядки;

- развитие детского творчества различных видов деятельности, культурных практиках;
- создание условий для творческого взаимодействия детей и взрослых;
- обогащение личностного опыта детей разнообразными впечатлениями, расширения их кругозора средствами интеграции содержания различных образовательных областей.

Тематические события, праздники и мероприятия с детьми планируется педагогами (воспитателями, музыкальным руководителем, инструктором по физической культуре), в зависимости от текущих прекрасных задач, времени года, возрастными особенностями детей, интересов и потребностей дошкольников. Для организации и проведения их возможно привлечение родителей и других членов семьи, бывших выпускников Организации, учащихся музыкальных и спортивных школ, специалистов системы дополнительного образования, учреждений и социума и т.д.

Примерный перечень основных государственных, народных праздников, памятных дат в календарном плане воспитательной работы в ДОУ.
Обязательная часть соответствует содержанию ФОП, п.36.4.

Месяц/дата мероприятия	Наименование мероприятия	Форма проведения мероприятия
Январь/18 января	День снеговика	Физкультурный досуг, развлечение
Февраль/7 февраля	День зимних видов спорта	Физкультурный досуг, развлечение
Февраль/23 февраля	День защитника отечества	Физкультурный досуг, развлечение
Февраль/20-26 февраля	Масленица	Физкультурный праздник
Март/8 марта	Международный женский день	Физкультурный досуг, развлечение
Апрель/7 апреля	Всемирный день здоровья	День здоровья
Апрель/12 апреля	День космонавтики	Физкультурный досуг, развлечение
Май/9 мая	День Победы в ВОВ	Физкультурный досуг, развлечение
Июнь/1 июня	Международный день детей	Физкультурный праздник
Июнь/23 июня	Международный олимпийский день	Физкультурный досуг, развлечение
Июль/20 июля	Международный день шахмат	
Август/12 августа	День физкультурника	День здоровья
Сентябрь/27 сентября	Всемирный день туризма	Физкультурный досуг, развлечение
Октябрь/1 октября	Всемирный день ходьбы	День здоровья
Ноябрь/4 ноября	День народного единства	Физкультурный досуг, развлечение
Декабрь/9 декабря	Деньги героев Отечества	Физкультурный досуг, развлечение