

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение

«Николаевский детский сад №7»

Михайловского района Алтайского края

Принято на заседании
Педагогического
совета

протокол № 1
«01» 09 2016 г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МКДОУ

«Николаевский детский сад №7»

«01» сентября 2016 г.
Лопух
Польских



Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение

Рабочая программа

Принято на заседании Педагогического совета

по физическому воспитанию

протокол №

на 2016-2017 учебный год

« »

Авторы-составители:

с. Николаевка

2016 г.

СОДЕРЖАНИЕ		
I. Целевой раздел		3
1.	Пояснительная записка	3
1.1.	Целевые компоненты	5
II. Образовательная область «Физическое развитие»		13
2.1.	Режим дня на холодный период	14
2.2.	Режим дня на тёплый период	16
2.3.	Организация двигательного режима дошкольников МКДОУ	17
2.4.	Организация НОД на 2016-2017 учебный год	19
2.5.	Направление физического развития	20
2.6.	Принципы физического развития	21
2.7.	Методы физического развития	21
2.8.	Примерная модель двигательного режима	23
III. Содержание психолого-педагогической работы по физической культуре		24
3.1.	Здоровьесберегающие технологии	27
3.2.	Содержание психолого-педагогической работы по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни	29
3.3.	Формы организации работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие»	31
3.4.	Формы взаимодействия с семьями воспитанников	33
3.5.	Результаты образовательной деятельности	38
3.6.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик	41
3.7.	Психолого-педагогические условия реализации программы	42
IV. Организационный раздел		46
4.1.	Описание материально-технического обеспечения программы	46
4.2.	Перечень оборудования	48
4.3.	Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы.	49
4.4.	Диагностика уровня развития двигательных навыков и физической подготовленности	49
4.5.	Используемая литература	59

I. Целевой раздел

1. Пояснительная записка

Под образовательной программой педагогический коллектив МКДОУ «Николаевский детский сад №7» Михайловского района Алтайского края понимает нормативный документ, определяющий стратегические приоритеты, содержательные организационные и методические аспекты образовательного процесса. Данное видение основывается на Законе «Об образовании (ст. 14 п.5), на нормативно-управленческих документах регионального и районного управлений образования.

Образовательная программа является внутренним стандартом содержания образования для дошкольного образовательного учреждения, так как в соответствии с законом «Об образовании» МКДОУ «Николаевский детский сад №7» Михайловского района Алтайского края на основании существующих образовательных стандартов самостоятельно выбирает программы воспитания и развития детей и формирует целостный пакет таких программ, составляющих ядро образовательной программы.

Исходя из этого, образовательная программа является проектом, интегрирующим и координирующим деятельность педагогического коллектива, и основанием для мониторинга и анализа качества образовательного процесса. Кроме того, программа способствует обеспечению реализации права родителей на информацию об образовательных услугах, право на выбор образовательных услуг и право на гарантию качества получаемых услуг.

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

Физическое воспитание является важнейшей частью системы воспитания человека – это система мероприятий направлена на развитие растущего

организма. В совершенствовании системы по физическому воспитанию детей является включение физической культуры, специально организованный педагогический процесс.

Совершенствование физического воспитания детей дошкольного возраста приобрело особую значимость в связи с модернизацией образования в нашей стране. Период дошкольного детства — наиболее важный в становлении двигательных функций ребенка, особенно его физических качеств. Поэтому необходима система контроля физического развития, физической подготовленности и работоспособности детей. В процессе физического воспитания дошкольника следует создавать такие условия, в которых его физические возможности раскроются полностью. Этому может способствовать индивидуальный подход к детям, критерии его — состояние здоровья, уровни физической подготовленности и двигательной активности, половая дифференциация. Дошкольное детство — это начало познания жизни, человеческих взаимоотношений, начало формирования ребенка как личности, становление его характера. Взрослые ведут ребенка по пути познания мира, играя с ребенком.

Одним из важных вопросов улучшения физического воспитания является поиск эффективных средств и методов, с помощью которых достигается гармоничное развитие детского организма. Важным и существенным является то, что в настоящее время созданы основные правовые условия для разнообразия форм, содержания и методов работы с детьми. С повышением внимания к развитию личности ребенка связывается возможность обновления и качественного улучшения системы дошкольного физического воспитания. Наряду с поиском современных моделей воспитания, необходимо возрождать лучшие образцы народной педагогики. Разнообразить процесс физического воспитания путем нахождения новых форм развития двигательно-творческой инициативы детей позволяет сюжет.

Воспитание дошкольников, как и культуру России в целом невозможно представить без народного искусства, которое раскрывает истоки духовной жизни русского народа, наглядно демонстрирует его моральные, эстетические ценности, художественные вкусы и является частью его истории. Устное народное творчество, сказки, рассказы, стихи, песни должны найти большее отражение в содержании образования и воспитания подрастающего поколения сейчас, когда образцы массовой культуры других стран массово внедряются в жизнь, быт, мировоззрение детей. И если говорить о возможности выбора своих жизненных идеалов, эстетических

ценностей подрастающим поколением, то надо говорить и о предоставлении детям возможности знать истоки национальной культуры и искусства.

Именно на положительном эмоциональном фоне значительно увеличиваются функциональные возможности и резервы организма, вовлекаются разнообразные мышцы. Так как же сделать физкультурное занятие радостным событием и потребностью в режиме дня ребенка-дошкольника? Определенного успеха можно добиться, используя сюжет.

Игра для ребенка – является основным видом деятельности. Она выступает и как форма организации жизни детей в дошкольном учреждении, и как средство их разностороннего развития, и как метод обучения. Игре придается большое значение в социальном становлении личности ребенка, а игровые навыки рассматриваются как один из показателей его общего развития. Это комфортное проживание детства. Без игры нет детства вообще. Играя, ребенок переживает громадную радость. В игре ребенок проявляет свои мысли, чувства, желания, свою самостоятельность, творческие способности, фантазию. Ребенок должен уметь играть! Игра стимулирует творческие проявления ребёнка, будит фантазию. Творчество обогащает личность, жизнь ребенка становится более интересной и содержательной.

Игра – один из тех видов детской деятельности, которые используются взрослыми в целях воспитания дошкольников, обучения их различным действиям с предметами, способам и средствам общения.

Игровые занятия – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Именно игра способствует достижению высокой мотивации к двигательной активности у дошкольников.

Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики, являются неотъемлемой частью физического воспитания дошкольников.

1.1. Целевой компонент программы

Цели реализации основной образовательной программы целесообразно выстраивать в соответствии с компонентами образовательного процесса: целевым, содержательным, организационно-технологическим, аналитико-результативным. В этом случае дошкольная образовательная организация определяет несколько целей по реализации основной общеобразовательной программы, например:

- формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности всеми воспитанниками, в том числе детьми ... (например, с ограниченными возможностями здоровья и др.);
- организация разных видов деятельности ребенка и реализация Программы в формах, специфических для детей данных возрастных групп, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка, обеспечивающих достижение планируемых результатов освоения программы;
- организация психолого-педагогической поддержки воспитанников соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- привлечение родителей (законных представителей), педагогических работников и общественности к проектированию и развитию внутренней социальной среды дошкольной образовательной организации;
- использование образовательных возможностей района и города для развития ребенка;
- организация педагогической диагностики для обеспечения индивидуального подхода к детям, развития их склонностей и способностей.

Цель подобно вееру разветвляется в комплексе взаимосвязанных задач по реализации основной образовательной программы дошкольной образовательной организации. Формулировку задач целесообразней начать с глаголов неопределенной формы совершенного вида: «создать», «обеспечить», «сформировать», «провести» и пр., так как это определяет необходимость решения задачи в течение конкретного периода.

Приведем примеры установления взаимосвязи между целью и задачами реализации основной образовательной программы.

Цель: использование в образовательном процессе современных образовательных технологий проектного типа. Задачи:

1. Включить в комплексно-тематическое планирование темы, реализуемые путем проектной деятельности.
2. Обеспечить условия для проявления детьми самостоятельности в проектной деятельности.
3. Разработать форму портфолио проектной деятельности.
4. Привлечь родителей к работе над проектами.

Цель: организация психолого-педагогического сопровождения воспитанников на основе результатов педагогического мониторинга. Задачи:

1. Расширить игровой опыт воспитанников на основе использования инновационных технологий педагогического сопровождения детей.
2. Организовать систему индивидуальной и подгрупповой работы по воспитанию у детей эмоциональной отзывчивости.
3. Обеспечить освоение детьми из иноязычных семей навыков коммуникации на русском языке.

В последнем примере находят отражение проблемы в развитии воспитанников, выявленные в ходе мониторинга.

Важно, чтобы при проектировании программы прослеживалась линия: миссия дошкольной образовательной организации — формулирование основного и приоритетных направлений деятельности — определение целей по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования. Приоритетные направления деятельности расширяют и углубляют содержание обязательной части образовательной программы и находят далее отражение в части ООП, формируемой участниками образовательных отношений.

Задачи программы:

Программа, разработанная на основе ФГОС дошкольного образования, ориентирована на:

- охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания,

пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);

- обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования.
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ дошкольного и начального общего образования;
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности детей, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- обеспечение вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учётом образовательных потребностей и способностей детей;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Начинать решать эти задачи надо в дошкольном возрасте. Известно, что дошкольный возраст — решающий в становлении физического и психического здоровья.

Именно в этом возрасте важно сформировать у детей знания и навыки здорового образа жизни, потребность в систематических занятиях физкультурой и спортом. Оздоровление детей ведётся в ходе

непосредственно образовательной деятельности, во время игр, режимных моментов, взаимодействия с семьей.

Для повышения интереса к занятиям физическими упражнениями используют различные варианты занятий: традиционные, игровые, сюжетные, занятия тематические с использованием музыкально-ритмических движений, занятия-путешествия.

Традиционное, классическое занятие физической культурой состоит из трех частей:

- вводная часть, включает упражнения, подготавливающие организм к физической нагрузке — различные виды ходьбы, бег, прыжки, упражнения на развитие равновесия, на профилактику нарушений осанки и т.д.;
- основная часть, целью которой является обучение, закрепление и совершенствование навыков основных движений, развитие физических качеств; в основную часть входят: общеразвивающие упражнения, основные движения, подвижная игра, способствующая закреплению двигательных навыков, дающая возможность повысить эмоциональный тонус детей;
- заключительная часть предполагает проведение упражнений, игр малой подвижности для приведения организма в спокойное состояние.

В работе используются нетрадиционные подходы к построению и содержанию занятий, позволяющие постоянно поддерживать интерес к ним детей, индивидуализировать подход к каждому ребенку, разумно распределять нагрузки, учитывая уровень двигательной активности и полурольевой принцип подбора движений.

традиционность в данном случае предполагает отличие от классической структуры занятия за счет использования новых способов организации детей, нестандартного оборудования, внесения некоторых изменений в традиционную форму построения занятия, оставив неизменным главное:

- на каждом занятии физической культурой должны реализовываться задачи обучения, воспитания и развития ребенка;
- обучение основным движениям должно осуществляться по трем этапам: обучение, закрепление, совершенствование;

- содержание и методика проведения занятия физической культурой должны способствовать достижению тренирующего эффекта, достаточной моторной плотности и развитию физических качеств.

В настоящее время в работе используются следующие варианты проведения занятий физической культурой: Занятие по единому сюжету, построенному на сказочной или реальной основе. За основу берется классическая структура занятия физической культурой, содержание двигательной деятельности согласуется с сюжетом.

Тренировочное занятие — закрепление определенных видов движений. Оно обеспечивает возможность многократно повторить движение, потренироваться в технике его выполнения.

Традиционная структура занятия физической культурой может быть несколько нарушена за счет исключения общеразвивающих упражнений и увеличения времени работы над основными движениями, элементами спортивных игр при обязательном обеспечении разумной и правильной физиологической нагрузки.

Как вариант тренировочного занятия может быть использовано занятие, построенное на одном движении. Структура его построения аналогична предыдущему, но для упражнения в основных движениях отбирается только один из видов (например: лазанье), и дети упражняются в разных его видах: ползании по скамейке, лазании по гимнастической стенке, пролезании в обруч и т.д.

Круговая тренировка, принцип организации достаточно прост: вводная и заключительная часть занятия проводятся в традиционной форме. Вовремя, отведенное для общеразвивающих упражнений и основных движений, организуется собственно круговая тренировка. Для этого следует подготовить несколько групп с одинаковым спортивным инвентарем в каждой, чтобы дети одной группы могли упражняться на них одновременно, и расположить их по кругу. Каждый ребенок встает к какому-либо пособию и упражняется на нем в течение 2-х минут. Затем по сигналу педагога дети переходят по кругу к следующему пособию и так далее, пока не замкнется круг. В зависимости от степени физической нагрузки, полученной детьми на круговой тренировке, выбирается подвижная игра. Такой способ организации занятия позволяет обеспечить высокую моторную плотность занятия, дает возможность детям проявить творчество и инициативу.

В основной части круговой тренировки могут быть использованы тренажеры и массажеры. Этот вид занятий условно можно назвать занятием на тренажерах. Занятие, построенное на подвижных играх, целесообразно использовать для снятия напряжения после занятий с повышенной интеллектуальной нагрузкой, для закрепления движений в новых условиях, для обеспечения положительных эмоций. Вводная часть такого занятия может быть недолгой, т.к. подготовку организма к нагрузкам продолжит игра малой и средней подвижности.

В основную часть могут быть включены игры высокой подвижности, совершенствующие виды движений. Заключительная часть такого занятия должна обеспечить снижение нагрузки. Занятия, построенные на музыкально-ритмических движениях, нравятся детям и успешно применяются для создания бодрого настроения у детей.

Вводная часть такого занятия, как правило, состоит из разного вида ходьбы и бега под музыкальное сопровождение, выполнения танцевальных движений. Общеразвивающие упражнения проводятся в виде ритмической гимнастики. Контрольное обследование выполнения основных движений, которое проводится ежегодно в начале и в конце учебного года, проводится на диагностическом занятии. Оно построено в виде приема в школу космонавтов, спортивную школу и т. п., для чего дети проходят как бы проверку на силу, выносливость, умение выполнять основные движения. Благодаря широкому использованию циклических движений (различные виды ходьбы и бега, упражнения в прыжках и др.) практически на каждом занятии отмечается высокая моторность плотности (80-90 %). Главное - научить детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье. Только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения станут более здоровыми и развитыми не только интеллектуально, духовно, но и физически

- Принцип природосообразности – предусматривающий отношение к ребёнку как к части природы, его воспитание в единстве и согласии с природой, осуществление образования в соответствии с законами развития детского организма с учётом особенностей физического развития, состояния его здоровья;

- Принцип воспитывающего обучения - отражает необходимость обеспечения в учебном процессе благоприятных условий воспитания ребенка, его отношение к жизни, к знаниям, к самому себе. Воспитание и обучение — две стороны единого процесса формирования личности;

- Принцип гуманизации педагогического процесса - определяющий приоритет не передачи знаний, умений, а развитие самой возможности приобретать знания и умения и использовать их в жизни;

- Принцип систематичности и последовательности предполагает такой логический порядок изучения материала, при котором знания опираются на ранее полученные.

- Принцип развивающего обучения — не только приобретаются знания, формируются умения, но и развиваются все познавательные психические процессы, связанные с ощущением, восприятием, памятью, вниманием, речью, мышлением, а также волевые и эмоциональные процессы, т.е. развивается личность ребенка в целом.

Развивающий эффект обучения достигается лишь тогда, когда оно (по Л.С.Выготскому и Г.С.Костюку) сориентировано на «зону ближайшего развития». Как правило, знаниями в этом случае ребенок овладевает при незначительной помощи со стороны взрослого. Воспитатель должен помнить, что «зона ближайшего развития» зависит не только от возраста, но и от индивидуальных особенностей детей.

- Принцип индивидуального подхода – ориентирует педагога на учет индивидуальных особенностей дошкольников, связанных с их темпами биологического созревания, уровнями физического развития и двигательной подготовленности;

- Принцип воспитывающего обучения - отражающий необходимость обеспечения в учебном процессе благоприятных условий воспитания ребенка, его отношение к жизни, к знаниям, к самому себе.

В процессе физического воспитания детей дошкольного возраста необходимо решать образовательные задачи: формирование двигательных навыков и умений, развитие двигательных и физических качеств, привитие навыков правильной осанки, навыков гигиены, освоение специальных знаний.

Условно приняты следующие периоды детства: Период новорожденности - первые 3-4 недели жизни. Ребенок приспосабливается к новым условиям (у него возникает легочное дыхание, начинает функционировать пищеварительный тракт, устанавливается терморегуляция); его нервная система еще незрелая - из-за несовершенства коры головного мозга, выражены только безусловные рефлексы.

Дошкольный период - от 3 до 7 лет. Так же, как и преддошкольный, он характеризуется некоторым замедлением роста. Ребенок теряет избыточную округлость, у него крепнет мускулатура, сильно развивается скелет. К концу дошкольного периода начинается смена молочных зубов. Ребенок переходит на режим питания взрослых, становится более устойчивым к заболеваниям. Развитие детей от 3 до 7 лет. В дошкольный период как бы закладывается фундамент здоровья и полноценного физического развития.

Данная рабочая программа является нормативно - управленческим документом образовательного учреждения, характеризующей систему организации образовательной деятельности педагога в рамках образовательной области «Физическое развитие»

Рабочая программа построена на основе учёта конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей развития детей дошкольного возраста. Создание индивидуальной педагогической модели образования осуществляется в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов дошкольного образования.

II. Образовательная область «Физическое развитие»

Цель:

- 1) гармоничное физическое развитие;
- 2) формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой;
- 3) формирование основ здорового образа жизни.

Задачи:

1) Оздоровительные:

- охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организм;
- всестороннее совершенствование физических качеств;
- повышение работоспособности и закаливание.

2) Образовательные:

- формирование двигательных умений и навыков;

- овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.

3) Воспитательные:

- формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;
- разностороннее гармоничное развитие ребенка (не только физическое, но и умственное, нравственное, эстетическое, трудовое).

2.1. Режим дня на холодный период

- на основе примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой

Режимные моменты	Группа	1 младшая	2 младшая	средняя	старшая	подготовительная
	Возраст	от 2 до 3 лет	от 3 до 4 лет	от 4 до 5 лет	от 5 до 6 лет	от 6 до 7 лет
Утренний приём, осмотр, игры, общение дежурство		08.00 – 08.40	08.00 - 8.40	08.00 – 08.45	08.00 – 08.45	08.00 – 8.45
Утренняя гимнастика		08.40 – 08.45	08.40 – 08.50	08.40 – 08.50	08.40 – 08.50	08.40 – 8.50
Артикуляционная гимнастика (дыхательная гимнастика, пальчиковые игры, З.К.Р)		08.45 – 08.50	08.50 – 08.55	08.50 – 09.00	08.50 – 09.00	08.50 – 09.00
Подготовка к завтраку, завтрак		08.50 – 09.20	08.55 - 09.20	09.00 – 09.20	09.00 – 09.20	09.00 – 09.20
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей		09.20 – 9.30	09.20 – 9.30	09.20 – 09.30	09.20 – 9.30	09.20 – 09.30
Организованная образовательная деятельность		09.30 – 09.40 09.50 – 10.00	09.30 - 09.45 09.55 – 10.10	09.30 - 09.50 10.00 – 10.20	09.30 – 09.55 10.05 – 10.30 10.40 – 11.05	09.30 – 10.00 10.10 – 10.40
Игры, самостоятельная деятельность детей		09.40 – 09.50 10.00 – 10.30	09.45 - 09.55	09.50- 10.00	09.55 -10.05 10.30 – 10.40	10.00-10.10

Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, экспериментирование, общение по интересам)	10.30 – 11.30	10.10 – 11.20	10.20 – 11.30	10.30 - 11.50	10.40 - 11.50
Возвращение с прогулки.	11.30 – 11.40	11.20 – 11.55	11.30 – 11.55	11.50 – 12.05	12.00 – 12.10
Подготовка к обеду Обед	11.40 – 12.20	12.05 – 12.40	11.55 – 12.45	12.05 – 12.45	12.10 - 12.45
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры	12.20 – 12.40	12.40- 12.55	12.45 – 13.00	12.45 – 13.00	12.45 - 13.00
Дневной сон	12.40 – 15.00	12.55 - 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.00 – 15.20	15.00 - 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.15
Игры, досуги, общение и деятельность по интересам, театрализация, кукольный театр, инсценировки с игрушками, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности	15.20 – 15.35	15.20 – 15.40	15.20 – 15.50	15.20 – 16.05	15.15. – 15.45
Чтение художественной литературы	15.35 – 15.45		15.30 – 15.50	15.20 – 15.45	15.30 – 16.00
Организованная образовательная деятельность					

Подготовка к полднику, полдник	15.45 – 16.00	15.40 – 16.00	15.50 – 16.10	16.05 – 16.20	16.00 – 16.30
Игры, самостоятельная деятельность детей в центрах активности	16.00 – 16.30	16.00- 16.15	16.10 - 16.15	16.20 – 16.30	16.30 – 16.45
Подготовка к прогулке	16.30 – 16.45	16.15 – 16.45	16.15 – 16.45	16.30 – 16.45	16.45 – 16.55
Прогулка, игры, уход детей домой	16.45 – 18.00	16.45 – 18.00	16.45 – 18.00	16.45 – 18.00	16.55 – 18.00

2.2. Режим дня на тёплый период

на основе примерной основной общеобразовательной программы примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой

Режимные моменты	Группа	1 младшая	2 младшая	средняя	старшая	подготовительная
	Возраст	от 2 до 3 лет	от 3 до 4 лет	от 4 до 5 лет	от 5 до 6 лет	от 6 до 7 лет
Утренний приём на улице, осмотр, игры, общение, дежурство		08.00 - 08.40	08.00 - 08.40	08.00 – 08.45	08.00 – 08.45	08.00 – 09.00
Утренняя гимнастика		08.40 – 08.50	08.40 – 08.50	08.40 – 08.50	08.45 – 08.55	08.40 – 08.50
Подготовка к завтраку, завтрак		08.50 – 09.20	08.50 – 09.20	08.50 – 09.10	08.55 – 09.20	09.00 – 09.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, общение по интересам, экспериментирование) Организованная образовательная деятельность		9.20-11.40	9.20-11.55	09.10 - 11.50	09.20 – 12.00	9.20-12.10
Подготовка к обеду, обед		11.40 – 12.20	11.55 - 12.40	11.50 – 12.40	12.00 - 12.45	12.10 – 12.50
Подготовка ко сну, гигиенические процедуры		12.20 -12.40	12.40- 12.55	12.40 – 13.00	12.45 – 13.00	12.50 – 13.00
Дневной сон		12.40-15.00	12.55 - 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00	13.00 – 15.00
Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры		15.00-15.20	15.00 - 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.20	15.00 – 15.30
Игры, досуги, общение и деятельность по интересам, театрализация, кукольный театр, инсценировки с		15.20 – 15.45	15.20 – 15.40	15.20 – 15.45	15.20 – 15.45	15.30 – 16.00

игрушками, выбор самостоятельной деятельности в центрах активности					
Подготовка к полднику, полдник	15.45-16.00	15.40 – 16.00	15.45 – 16.00	15.45 – 16.00	16.00 – 16.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд, общение по интересам, экспериментирование) Уход детей домой.	16.00- 18.00	16.00-18.00	16.00 - 18.00	16.00 – 18.00	16.10 - 18.00

2.3. Организация двигательного режима дошкольников МКДОУ.

Составлена в соответствии с Сан ПиН п.12

Вид занятий и форма двигательной деятельности	Особенности организации	3-4 года	4-5 лет
1. Утренняя гимнастика	Ежедневно в зале или группе (летом на открытом воздухе)	5-7 мин.	5-10 мин.
2. Двигательная разминка во время перерыва между занятиями (с преобладанием статических поз)	Ежедневно	10 мин.	10 мин.
3. Физкультминутка	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий	1-3 мин.	1-3 мин.
4. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно, во время утренней прогулки	6-10 мин.	10-15 мин.
5. Дифференцированные игры-упражнения на прогулке	Ежедневно, во время вечерней прогулки,	5 мин.	8-12 мин.
6. Пробежки по массажным дорожкам в сочетании с воздушными ваннами	Ежедневно после дневного сна	5-7 мин.	5-7 мин.
7. Физические упражнения после дневного сна	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей		10-12 мин.
8. Непосредственно-организованная деятельность	3 раза в неделю	15 мин.	20 мин.
9. Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя	Продолжительности индивидуальны	
10. Неделя здоровья	4 раза в год		
11. Физкультурно-оздоровительные праздники на открытом воздухе	2-3 раза в год	40 мин.	40 мин.
12. Физкультурный досуг	1 раз в месяц	15 мин.	20 мин.

2.4. Организация НОД на 2016 – 2017 учебный год

Вторая младшая №1				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
9.45-10.00			9.45-10.00	15.15-15.30 На воздухе

Вторая младшая №2				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
9.30-9.45			9.30-9.45	15.30-15.45 На воздухе

Вторая младшая №3				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
9.30-9.45 В группе				9.15-9.30
15.35-15.50 На воздухе				

Средняя группа №1				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	пятница
	15.35-15.55 На воздухе	8.45-9.00 утренняя гимнастика под музыку	10.00-10.20 В группе	
		10.00-10.20		
		15.00-15.15 индивидуальная работа		

Средняя группа №2				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
10.00-10.20 В группе		9.30-9.50	15.35-15.55	8.45-9.00
		15.15-15.30 индивидуальная работа	На воздухе	утренняя гимнастика под музыку

Старшая группа				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	10.30-10.55	10.30-10.55	8.45-9.00	
		15.30-15.45 индивидуальная	утренняя	

		работа	гимнастика под музыку 15.10-15.35	
--	--	--------	---	--

Подготовительная №1				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
8.45-9.00 утренняя гимнастика под музыку	11.00-11.30 15.05-15.35 На воздухе	11.00-11.30 15.45-16.00 индивидуаль- ная работа		

Подготовительная №2				
Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
10.30-11.00 15.05-15.35 На воздухе	8.45-9.00 утренняя гимнастика под музыку	16.00-16.15 индивидуаль- ная работа	10.30-11.00	

2.5. Направления физического развития

<p><u>Приобретение детьми опыта в двигательной деятельности:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - связанной с выполнением упражнений; - направленной на развитие таких физических качеств как координация и гибкость; - способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики; - связанной с правильным, не наносящим вреда организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны). 	<p><u>Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.</u></p>	<p><u>Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами</u> (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)</p>
---	---	--

--	--	--

2.6. Принципы физического развития

Дидактические	Специальные	Гигиенические
<ul style="list-style-type: none"> - систематичность и последовательность; - развивающее обучение; - доступность; - воспитывающее обучение; - учет индивидуальных и возрастных особенностей; - сознательность и активность ребенка; - наглядность. 	<ul style="list-style-type: none"> - цикличность. - непрерывность - последовательность наращивания тренирующих воздействий 	<ul style="list-style-type: none"> - оздоровительная направленность всего образовательного процесса; - сбалансированность нагрузок - рациональность чередования деятельности и отдыха - возрастная адекватность - осуществление личностно - ориентированного обучения и воспитания.

2.7. Методы физического развития

Наглядный	Словесный	Практический
<ul style="list-style-type: none"> - <u>наглядно-зрительные приемы</u> (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры); - <u>наглядно-слуховые приемы</u> (музыка, песни); - <u>тактильно-мышечные приемы</u> (непосредственная помощь воспитателя). 	<ul style="list-style-type: none"> - объяснения, пояснения, указания; - подача команд, распоряжений, сигналов; - вопросы к детям; - образный сюжетный рассказ, беседа; - словесная инструкция. 	<ul style="list-style-type: none"> - Повторение упражнений без изменения и с изменениями; - Проведение упражнений в игровой форме; - Проведение упражнений в соревновательной форме.

Примерная модель физического воспитания

Формы организации	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<i>1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада</i>				
1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 минут	Ежедневно 6-8 минут	Ежедневно 8-10 минут	Ежедневно 10 минут
1.2. Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3-х минут)			
1.3. Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 6-10 минут	Ежедневно 10-15 минут	Ежедневно 15-20 минут	Ежедневно 20-30 минут
1.4. Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна			
1.5. Дыхательная гимнастика	Ежедневно после дневного сна			
1.6. Занятия на тренажерах, плавание (при наличии условий), спортивные упражнения	1-2 раза в неделю 15-20 минут	1-2 раза в неделю 20-25 минут	1-2 раза в неделю 25-30 минут	1-2 раза в неделю 25-30 минут
<i>2. Физкультурные занятия</i>				
2.1. Физкультурные занятия в спортивном зале	3 раза в неделю по 15 минут	3 раза в неделю по 20 минут	2 раза в неделю по 25 минут	2 раза в неделю по 30 минут
2.3. Физкультурные занятия на свежем воздухе	-	-	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
2.4. Ритмическая гимнастика	1 раз в неделю 15 минут	1 раз в неделю 20 минут	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
<i>3. Спортивный досуг</i>				
3.1. Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)			
3.2. Спортивные праздники	-	Летом 1 раз в год	2 раза в год	2 раза в год

3.3 Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в квартал	1 раз в месяц	1 раз в месяц	1 раз в месяц
3.4 Дни здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал

2.8. Примерная модель двигательного режима

№	Формы организации	Особенности организации
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале, длительность- 6- 15 минут
2.	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Ежедневно в течение 10 минут
3.	Динамические паузы во время совместной деятельности	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий
4.	Подвижные игры и физические упражнения	Ежедневно с учетом уровней двигательной активности (ДА) детей, длительность 10-15 минут.
5.	Самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей	Ежедневно с учетом уровней двигательной активности (ДА) детей
6.	Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время прогулки, длительность- 12- 15 мин
7.	Оздоровительный бег	2 раза в неделю, подгруппами по 5-7 человек во время утренней прогулки, длительность - 3-7 мин.
8.	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей, длительность – 5-7 мин.
9.	НОД по физической культуре 3 раза в неделю (из них в старшей и подготовительной одно на воздухе).	Длительность- 10- 30 минут
10.	Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей
11.	Физкультурно- спортивные праздники	2-3 раза в год (последняя неделя квартала)
12.	Неделя здоровья	1-2 раза в месяц на воздухе совместно со сверстниками одной-двух групп
13.	Физкультурный досуг	2- 3 раза в год
14.	Музыкальные занятия	2 раза в неделю

15.	Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	По желанию родителей и детей не более 2 раза в неделю, длительность 25- 30 мин
15.	Участие родителей в физкультурно - оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, посещения открытых занятий

III. Содержание психолого-педагогической работы по физической культуре

Первая младшая группа (от 2 до 3 лет)

Формировать умение сохранять устойчивое положение тела, правильную осанку.

Учить ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног. Приучать действовать сообща, придерживаясь определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры, менять направление и характер движения во время ходьбы и бега в соответствии с указанием педагога. Учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом (брать, держать, переносить, класть, бросать, катать). Учить прыжкам на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в длину с места, отталкиваясь двумя ногами. Подвижные игры. Развивать у детей желание играть вместе с воспитателем в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями. Способствовать развитию умения детей играть в игры, в ходе которых совершенствуются основные движения (ходьба, бег, бросание, катание). Учить выразительности движений, умению передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики; поклевать зернышки и попить водичку, как цыплята, и т. п.).

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно. Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Учить кататься на санках, садиться на

трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него. Учить детей надевать и снимать лыжи, ходить на них, ставить лыжи на место. Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх. Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком. Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезть через предметы. Учить перелезть с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево). Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку. Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди). Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу. Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору. Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры. Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий. Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп. Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении. Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе. Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве. Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам. Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны. Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать

выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

3.1. Здоровьесберегающие технологии

Медико-профилактические

- организация мониторинга здоровья дошкольников
- организация и контроль питания детей
- физического развития дошкольников
- закаливание
- организация профилактических мероприятий
- организация обеспечения требований СанПиНов
- организация здоровьесберегающей среды

Физкультурно-оздоровительные

- развитие физических качеств, двигательной активности
- становление физической культуры детей
- дыхательная гимнастика
- массаж и самомассаж
- профилактика плоскостопия и формирования правильной осанки
- воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье

Психологическая безопасность

- Комфортная организация режимных моментов
- Оптимальный двигательный режим
- Правильное распределение интеллектуальных и физических нагрузок
- Доброжелательный стиль общения взрослого с детьми
- Использование приемов релаксации в режиме дня
- Целесообразность в применении приемов и методов

Оздоровительная направленность воспитательно - образовательного процесса

- Учет гигиенических требований
- Создание условий для оздоровительных режимов

- Бережное отношение к нервной системе ребенка
- Учет индивидуальных особенностей и интересов детей
- Предоставление ребенку свободы выбора
- Создание условий для самореализации
- Ориентация на зону ближайшего развития

№	Виды	Особенности организации
Медико-профилактические		
Закаливание в соответствии с медицинскими показаниями		
1.	умывание после дневного сна (мытьё рук до локтя)	Дошкольные группы ежедневно
2.	ходьба босиком	Все группы ежедневно
3.	облегченная одежда	Все группы ежедневно
Профилактические мероприятия		
1.	витаминотерапия	2 раза в год (осень, весна)
2.	витаминизация	3-х блюд ежедневно
3.	употребление фитонцидов (лук, чеснок)	Осенне-зимний период
4.	полоскание рта после еды	ежедневно
5.	чесночные бусы	ежедневно, по эпидпоказаниям
Медицинские		
1.	мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2.	плановые медицинские осмотры	2 раза в год
3.	антропометрические измерения	2 раза в год
4.	профилактические прививки	По возрасту
5.	кварцевание	По эпидпоказаниям
6.	организация и контроль питания детей	ежедневно
Физкультурно - оздоровительные		
1.	корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие)	ежедневно
2.	зрительная гимнастика	ежедневно
3.	пальчиковая гимнастика	ежедневно
4.	дыхательная гимнастика	ежедневно
5.	элементы точечного массажа	средняя, старшая, подготовительная, не реже 1 раза в неделю
6.	динамические паузы	ежедневно
Образовательные		
1.	привитие культурно-гигиенических навыков	ежедневно

3.2. Содержание психолого-педагогической работы по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни

Первая младшая группа (от 2 до 3 лет)

Формировать у детей представления о значении разных органов для нормальной жизнедеятельности человека: глаза — смотреть, уши — слышать, нос — нюхать, язык — пробовать (определять) на вкус, руки — хватать, держать, трогать; ноги — стоять, прыгать, бегать, ходить; голова — думать, запоминать.

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними. Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека. Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы. Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать

представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»). Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях. Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека. Формировать потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим). Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе. Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

3.3. Формы организации работы с детьми по образовательной области «Физическое развитие»

Содержание	Возраст	Совместная деятельность	Образовательная деятельность, реализуемая в ходе режимных моментов	Самостоятельная деятельность
<p>1. Основные движения: -ходьба; бег; бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p> <p>2. Общеразвивающие упражнения</p> <p>3. Подвижные игры</p> <p>4. Спортивные упражнения</p>	2-7 лет,	<p>Во время совместной деятельности по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее</p> <p>Во время совместной деятельности по физическому воспитанию:</p>	<p>Утренний отрезок времени Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: -классическая -сюжетно-игровая -тематическая -полоса препятствий Подражательные движения</p> <p>Прогулка Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения</p> <p>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</p>	<p>Игра Игровое упражнение Подражательные движения</p>

<p>5.Активный отдых</p>		<p>-тематические комплексы -сюжетные -классические -с предметами подражательный комплекс</p> <p>Физ.минутки Динамические паузы</p>	<p>Гимнастика после дневного сна: - коррекционная -оздоровительная -сюжетно-игровая -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения</p>	<p>Сюжетно-ролевые игры Дидактические,</p>
<p>6. Формирование начальных представлений о ЗОЖ</p>		<p>Обучающие игры по инициативе воспитателя (сюжетно-дидактические), развлечения, ОБЖ, минутка здоровья</p>	<p>Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья, Неделя здоровья Объяснение, показ, дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал, досуг, театрализованные игры.</p>	<p>сюжетно-ролевые игры</p>

3.4. Формы взаимодействия с семьями воспитанников

1. Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским работником ДООУ и родителями. Ознакомление родителей с результатами.
2. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка.
3. Формирование банка данных об особенностях развития и медико-педагогических условиях жизни ребёнка в семье с целью разработки индивидуальных программ физкультурно-оздоровительной работы с детьми, направленной на укрепление их здоровья.
3. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДООУ и семье:
 - Зоны физической активности,
 - Закаливающие процедуры,
 - Оздоровительные мероприятия и т.п.
4. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.
5. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ.
6. Тренинг для родителей по использованию приёмов и методов оздоровления (дыхательная и артикуляционная гимнастика, физические упражнения и т.д.) с целью профилактики заболевания детей.
7. Согласование с родителями индивидуальных программ оздоровления, профилактических мероприятий, организованных в ДООУ.
8. Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма.
9. Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п.
10. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.
11. Консультативная, санитарно-просветительская и медико-педагогическая помощь семьям с учётом преобладающих запросов родителей на основе связи ДООУ с медицинскими учреждениями.
12. Подбор и разработка индивидуальных программ (комплексов упражнений) для укрепления свода стопы, профилактики плоскостопия, осанки, зрения и т.д. с целью регулярного выполнения дома и в ДООУ.
13. Организации «круглых столов», дискуссий с элементами практикума по вопросам физического развития и воспитания детей.
14. Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДООУ.

15. Педагогическая диагностическая работа с детьми, направленная на определение уровня физического развития детей. Ознакомление родителей с результатами диагностических исследований. Отслеживание динамики развития детей.

16. Определение и использование здоровьесберегающих технологий.

17. Правовое просвещение родителей на основе изучения социокультурного состояния родителей с целью повышения эффективности взаимодействия семьи и ДООУ, способствующего укреплению семьи.

2. Планируемые результаты освоения программы (целевые ориентиры)

Планируемые результаты освоения программы конкретизируют требования Стандарта к результатам освоения Программы, представленных в виде целевых ориентиров дошкольного образования.

- Ребёнок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности; ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства.
- Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и порадоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты.
- Активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.
- Ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и, прежде всего, в игре; ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам.
- Ребёнок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребёнка складываются предпосылки грамотности.

- У ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.
- Ребёнок проявляет любознательность, задаёт вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать.
- Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живёт.
- Знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.
- Ребёнок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

- Совместное проведение родительских собраний.
- Проведение дней открытых дверей.
- Посещение уроков и адаптационных занятий родителями.
- Привлечение родителей к организации детских праздников, спортивных соревнований.

В современных условиях дошкольное образовательное учреждение является единственным общественным институтом, регулярно и неформально взаимодействующим с семьей, то есть имеющим возможность оказывать на неё определенное влияние.

В основу совместной деятельности семьи и дошкольного учреждения заложены следующие принципы:

- открытость дошкольного учреждения для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- уважение и доброжелательность друг к другу;
- дифференцированный подход к каждой семье;
- равно ответственность родителей и педагогов;

Задачи:

- 1) формирование психолого- педагогических знаний родителей;
- 2) приобщение родителей к участию в жизни ДОУ;
- 3) оказание помощи семьям воспитанников в развитии, воспитании и обучении детей;
- 4) изучение и пропаганда лучшего семейного опыта.

Система взаимодействия с родителями включает:

- ознакомление родителей с результатами работы ДОО на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни ДОО;
- ознакомление родителей с содержанием работы ДОО, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
- целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах;
- обучение конкретным приемам и методам воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности на семинарах-практикумах, консультациях и открытых занятиях.

Взаимодействия ДОУ с родителями

-Участие родителей в управлении ДОО взаимодействия ДОУ с родителями

-Наглядно-информационный блок: (стенды; папки-передвижки; выставки; дни открытых дверей; выпуск газеты «Детский сад - весёлая страна»; местное телевидение, тематические выставки; памятки, буклеты для родителей;

открытые просмотры совместной деятельности; экскурсии по ДОО; фотовыставки.

-Информационно-аналитический блок (анкетирование; беседы, опросы; наблюдения; интервьюирование).

Формы взаимодействия с родителями

Консультации; беседы; родительские гостиные; семинары-практикумы; педагогические гостиные;

игровые тренинги; семейные клубы; библиотека для родителей; создание совместных проектов; страничка для родителей на сайте ДОО; практикумы, творческие мастерские.

-Досуговый блок – (праздники, развлечения; конкурсы, викторины, выставки; Дни Здоровья).

При работе с детьми планируются формы организации образовательного процесса:

Занятия тренировочного типа, которые направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др. Используется стандартное и нестандартное оборудование.

Контрольно-проверочные занятия, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений (бег на скорость на 10 м с хода, прыжки в длину с места, метание мешочка вдаль, бросание мяча вверх и ловля его, бросание набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками и т.д).

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по

шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Групповой способ. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Формы организации непосредственно-образовательной деятельности:

- в дошкольных группах - подгрупповые, фронтальные.

3.5. Результаты образовательной деятельности

Достижения ребенка («Что нас радует»)	Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей
<p>ребенок интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.);</p> <p>при выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений, быстро реагирует на сигналы;</p> <p>с большим желанием вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, проявляет инициативность;</p>	<p>малыш не интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с разными физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячами и др.</p> <p>ребенок без особого желания вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, не инициативен;</p> <p>малыш не самостоятелен в двигательной деятельности, не стремится к получению</p>

<p>стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям;</p> <p>переносит освоенные простые новые движения в самостоятельную двигательную деятельность.</p>	<p>положительного результата в двигательной деятельности;</p> <p>в контрольной диагностике его результаты ниже возможных минимальных.</p>
---	---

Стандарт является ориентиром для независимой оценки качества дошкольного образования (Закон РФ «Об образовании», ст. 95).

Содержание общеобразовательной Программы должно охватывать:

- коммуникативно-личностное развитие;
- познавательно-речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- физическое развитие [ФГОС].

ФГОС дошкольного образования выделяет ряд важных принципов, которым должна соответствовать программа ДОУ. Одним из них является принцип интеграции образовательных областей в соответствии с их возможностями и спецификой.

В образовательной области «Физическое развитие» главной задачей является гармоничное развития у воспитанников физического и психического здоровья.

Для ДОУ появляется новая проблема: важно не просто проводить занятия по здоровьесберегающим технологиям, а создать единый процесс взаимодействия педагога и воспитанников, где гармонично переплетаются разные образовательные области. В конечном итоге каждый ребенок получит представления о здоровье человека как главной ценности, которая необходима ему для полноценной жизни [Журнал «Современное дошкольное образование»].

Реализация процесса интеграции, на наш взгляд, невозможна без взаимодействия педагогического коллектива и родителей воспитанников. Поэтому во всех дошкольных образовательных учреждениях должны разрабатываться соответствующие виды планирования воспитательно – образовательного процесса, которые помогли бы решить задачи интеграции образовательных областей [Сомкова О. Н.]. Задачи образовательных областей должны решаться в разнообразных видах деятельности, при этом участники образовательного процесса должны взаимодействовать друг с другом.

В каждой из образовательных областей в разных видах деятельности педагог может обратить внимание детей на те или иные правила сохранения здоровья. В ходе

непосредственно образовательной деятельности, наблюдения, исследовательской деятельности, при чтении художественной литературы педагог может рассматривать проблемы культуры здоровья человека, правил безопасного поведения. Все это оказывает большое влияние на развитие представлений детей о здоровье.

В практику работы детских садов, на наш взгляд, должна внедряться проектная деятельность по здоровью и физическому здоровью детей, а также рассматриваться вопросы по организации свободной двигательной деятельности детей во время прогулки.

Работа по оздоровлению и физическому воспитанию детей должна строиться на основе ведущей деятельности детей дошкольного возраста – игровой, а двигательно-игровая деятельность – это основа воспитания, оздоровления, развития и обучения детей дошкольного возраста [Трубайчук Л.В.]. Только благодаря применению игровой деятельности и правильно сформированной системе физкультурно-оздоровительной работы, на наш взгляд, можно добиться снижения уровня заболеваемости у детей.

Образовательная область «Физическое развитие» должна быть направлена, главным образом, на достижение важнейшей цели – формирование представлений у дошкольников о здоровом образе жизни. Важнейшая роль в физическом воспитании ребенка по-прежнему принадлежит воспитателям и инструкторам. Именно их умение методически правильно организовать и провести занятия, нестандартные подходы к выбору форм и средств их проведения – важнейшие компоненты развития интереса к занятиям, формирования у ребенка необходимых привычек, двигательных умений и навыков.

Только такое слияние видов деятельности обеспечивает познание своего организма, допускает осознание у воспитанников уровня ответственности по отношению к своему здоровью, воспитывает потребность ведения здорового образа жизни, первые формирует предпосылки учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность ребенка в будущем.

3.6. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

	Образовательные области	Виды детской деятельности	Формы образовательной деятельности
Физическое развитие	«Физическая культура»	Двигательная, коммуникативная, познавательно-исследовательская, игровая, музыкально-художественная.	Подвижные игры, игровые упражнения, спортивные игры и упражнения, двигательная активность на прогулке, физкультурные занятия (Игровые, соревновательные, контрольно-диагностические), гимнастика, физкультминутки,

			игры-имитации, физкультурные досуги и праздники, эстафеты, соревнования, дни здоровья, туристические прогулки, экскурсии, реализация проектов.
	«Здоровье»	Двигательная, игровая, продуктивная, коммуникативная, трудовая, познавательная-исследовательская, музыкально-художественная, чтение худ.литературы.	Игровые упражнения, упражнения на развитие мелкой моторики, дидактические игры, гимнастика после сна, закаливающие процедуры, двигательная активность на прогулке, беседы, игровые проблемные ситуации, викторины, реализация проектов.

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Традиции, сложившиеся в МКДОУ:

№ п/п	Мероприятие	Тема	Периодичность	Сроки
1	«Малые олимпийские игры»	Оценка индивидуального развития детей	1 раз в год	Январь,
2	Спортивные соревнования	«Папа, мама, я - спортивная семья»	1 раз в год	Май
3	Дни здоровья		2 раза в год	Ноябрь, апрель
5	День защитников Отечества		1 раз в год	Февраль
6	День семьи	Посвященное Международному Дню семьи	1 раза в год	ноябрь май

7	Участие воспитанников в районных мероприятиях среди воспитанников ДОУ		ежегодно	В теч.года
---	---	--	----------	------------

Способы и направления поддержки детской инициативы

Программа обеспечивает полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, а именно: в сферах социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям. Указанные требования направлены на создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды, которая:

- 1) гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;
- 2) обеспечивает эмоциональное благополучие детей;
- 3) способствует профессиональному развитию педагогических работников;
- 4) создает условия для развивающего вариативного дошкольного образования;
- 5) обеспечивает открытость дошкольного образования;
- 6) создает условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности.

3.7 Психолого-педагогические условия реализации программы

- 1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- 2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);
- 3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;

Условия, необходимые для создания социальной ситуации развития детей, соответствующей специфике дошкольного возраста, предполагают:

1. Обеспечение эмоционального благополучия через:

-непосредственное общение с каждым ребенком;

-уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям;

2. Поддержку индивидуальности и инициативы детей через:

-создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;

-создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;

-недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.);

3. Установление правил взаимодействия в разных ситуациях:

-создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национально-культурным, религиозным общностям и социальным слоям, а также имеющими различные (в том числе ограниченные) возможности здоровья;

-развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих разрешать конфликтные ситуации со сверстниками;

-развитие умения детей работать в группе сверстников;

4. Построение вариативного развивающего образования, ориентированного на уровень развития, проявляющийся у ребенка в совместной деятельности со взрослым и более опытными сверстниками, но не актуализирующийся в его индивидуальной деятельности (далее - зона ближайшего развития каждого ребенка), через:

-создание условий для овладения культурными средствами деятельности;

-организацию видов деятельности, способствующих развитию мышления, речи, общения, воображения и детского творчества, личностного, физического и художественно-эстетического развития детей;

-поддержку спонтанной игры детей, ее обогащение, обеспечение игрового времени и пространства

-оценку индивидуального развития детей;

5. взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов

совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.

- Детское игровое экспериментирование
- Создание интеллектуально-игровой среды
 - Проектирование
 - Игровое моделирование
- Переход к новым активным методам обучения (ориентироваться скорее на процесс получения знаний детьми, чем на знания как таковые)
 - Формирование поискового стиля мышления
 - Формирование интереса к познанию и исследованию
 - Развитие у детей доказательного типа рассуждений.

Четвертый год жизни. 2-я младшая группа.

Приоритетная сфера инициативы — ***продуктивная деятельность.***

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- Создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка.
- Рассказывать детям об их реальных, а также возможных в будущем достижениях.
- Отмечать и публично поддерживать любые успехи детей.
- Всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять ее сферу.
- Помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей.
- Поддерживать стремление научиться делать что-то и радостное ощущение возрастающей умелости.
- В ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять ему действовать в своем темпе.
- Не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Использовать в роли носителей критики только игровые персонажи, для которых создавались эти продукты.
- Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности.
- Учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям.
- Уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков.
 - Создавать положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку; проявлять деликатность и тактичность.

4-5 лет

Приоритетная сфера инициативы — **познание окружающего мира.**

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- Поощрять желание ребенка заниматься физической культурой, спортом, участия в спортивных развлечениях, праздниках.
- Негативные оценки можно давать только поступкам ребенка и только один на один, а не на глазах у детей.
- Недопустимо диктовать детям, как и во что они должны играть; навязывать им сюжеты игры. Развивающий потенциал игры определяется тем, что это самостоятельная, организуемая самими детьми деятельность.
- Участие взрослого в играх детей полезно при выполнении следующих условий: дети сами приглашают взрослого в игру или добровольно соглашаются на его участие; сюжет и ход игры, а также роль, которую взрослый будет играть, определяют дети, а не педагог; характер исполнения роли также определяется детьми.
- Привлекать детей к украшению спортивного зала к праздникам, обсуждая разные возможности и предложения.
- Побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнения взрослых.

Пятый год жизни. Средняя группа.

Приоритетная сфера инициативы — **внеситуативно-личностное общение.**

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- Создавать положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку.
- Уважать индивидуальные вкусы и привычки детей.
- Поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу).
- Создавать условия для разнообразной самостоятельной деятельности детей.
- При необходимости помогать детям в решении проблем организации игры.
- Создавать условия и выделять время для дополнительных занятий спортом,

Шестой год жизни (старшая группа)

Приоритетная сфера инициативы — **научение.**

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- Вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования двигательной активности детей.

- Спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, и т.п. Создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников.

- Обращаться к детям с просьбой показать педагогу и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого.

- Поддерживать чувство гордости за свои успехи и удовлетворения его результатами.

- Создавать условия для разнообразной спортивной деятельности детей.

- При необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры.

- Реализовывать пожелания и предложения детей.

- Создавать условия и выделять время для дополнительной двигательной активности детей по их интересам.

IV. Организационный раздел.

4.1. Описание материально-технического обеспечения программы

Общие принципы размещения материалов

В физкультурно-музыкальном зале расположена большая часть физкультурного оборудования. Эффективность использования оборудования значительно повышается при рациональном его размещении. Расстановка разных предметов оборудования зависит от их габаритов и предназначения. Гимнастическая стенка устанавливается стационарно, прочно крепится к стене. Целесообразно приобретать её с дополнительными пособиями: лесенка с зацепами, доски, горка-скат. Канаты, шесты, веревочные лестницы укрепляются на потолке с помощью специальных приспособлений: крюков, монорельса и т. п. Крупные предметы оборудования (мягкие модули, гимнастические скамейки, бумы, кубы и т. д.) размещаются вдоль стен помещения.

Для досок, лестниц с зацепами предусматривается место, где они могут быть подвешены или положены таким образом, чтобы не мешать детям проявлять свою двигательную активность.

Мелкое физкультурное оборудование (мячи, кольца, мешочки с грузом, кубики, булавы и т. д.) целесообразно хранить в секционных шкафах, на специальных полках, стеллажах, в выдвижных ящиках, расположенных также вдоль стен физкультурного зала. Обручи, шнуры, скакалки лучше всего разместить на стенах в разных местах зала на специальных крюках. Для растягивания сеток (для игр с мячом), натягивания шнуров, резинок (для

подвешивания мелких предметов, для подлезания, перепрыгивания) удобны крепления в виде скоб и зажимов. Их следует расположить попарно на разных уровнях противоположных стен.

Желательно иметь передвижной "Физкультурный уголок" — тележку с разными пособиями: плоские обручи, резиновые кольца, геометрические фигуры и т. д.

Оборудование должно быть расположено таким образом, чтобы дети могли свободно подходить к нему и самостоятельно им пользоваться. Середину зала желательно всегда оставлять свободной для проведения подвижных игр и упражнений с использованием разных пособий.

Для игр и занятий по физической культуре детям первой младшей группы необходимо иметь базовый комплект физкультурного оборудования в групповой комнате, так как при большом количестве групп малыши редко попадают на занятия в физкультурный зал. Кроме того, оборудование для малышей не всегда подходит.

Для хранения переносного оборудования, мелких игровых пособий желательно иметь дополнительную комнату, расположенную недалеко от физкультурного зала, что позволит освободить место для двигательной активности детей.

При наличии свободного помещения необходимо создать тренажерный зал, где будут расположены детские тренажеры сложного и простейшего типа.

Для подвижных игр в зале необходимо иметь физкультурный передвижной уголок, лабиринт игровой, "Парашют", мини-стадион.

4.2. Перечень оборудования

№	Наименование	Кол-во
1.	Стеллаж	1 шт
2.	Корзина пластиковая	3 шт.
3.	Магнитофон	1 шт.
4.	Обруч	30 шт.
5.	Скамейка	1 шт.
6.	Маты	3шт.

7.	Мячи разные	20шт.
8.	Модуль «Туннель»	2 шт.
9.	Скакалка	25 шт.
10.	Кольца баскетбольные	2 шт.
11.	Погремушки	28 шт.
12.	Мячи большие	4 шт.
13.	Таз для мытья игрушек	2 шт.
14.	Стойка	1 шт.

15.	Палки пластиковые спортивные	20 шт.
16.	Шары пластиковые	25 шт.
17.	Кубики пластиковые	25 шт.
18.	Ребристая доска	2 шт.

4.3. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы область «Физическое развитие»

Целевые ориентиры	Образовательная область	Методы
<i>ая и мелкая моторика; он подвижен, чьими движениями, может контролировать ими.</i>	Физическое развитие	Общероссийская физическое разви определения физич Г.Лесковой, Н Ноткиной, Н Ноткиной плавательных уме дошкольного возраст
<i>навления о здоровом образе жизни. образ жизни как ценность</i>		

4.4. Диагностика уровня развития двигательных навыков и физической подготовленности.

Педагогический анализ знаний и умений детей (диагностика) проводится 2 раза в год: первоначальная - сентябрь, итоговое обследование - май. Оценка физической подготовленности осуществляется по методике Г. Лесковой, Н. Ноткиной, по трех балльной шкале: максимальное выполнение ребенком нормативов оценивается в 3 балла; 2 балла - выполняет установленные нормативы не в полном объеме; 1 балл - не выполняет установленные нормативы.

Показатели бега. Бег на скорость (10 метров)

Возраст	Пол	Показатели бега. Бег на скорость (10 метров)	
		Высокий уровень	Средний уровень
4	М	<	3,2
	Д	<	3,4
5	М	<	3,1
	Д	<	3,2
6	М	<	2,9
	Д	<	3,1
7	М	<	2,8
	Д	<	2,9

Пятого года жизни:
 1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.
 2. Руки согнуты в локтях.
 3. Выраженный вынос бедра маховой ноги.
 4. Ритмичный бег.

Бег на скорость (30 метров)

Возраст	Пол	Бег на скорость (30 метров)	
		Высокий уровень	Средний уровень
5	М	8,3-7,9	8,4-8,1
	Д	8,8-8,3	8,9-8,4
6	М	7,6-7,5	7,7-7,4
	Д	8,2-7,8	8,3-7,9
7	М	7,2-6,8	7,3-7,0
	Д	7,5-7,3	7,6-7,3

Шестого - седьмого года жизни:

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.
2. руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперед - внутрь.
3. Быстрый вынос бедра маховой ноги.
4. Опускание толчковой ноги с носка с выраженным распрямлением в суставах.
5. Прямолинейность, ритмичность бега.

Предварительная работа:

До проведения проверки движений инструктор размечает беговую дорожку; до линии старта и после линии финиша должно быть 5-6 метров. В конце беговой дорожки помещается яркий ориентир (флажок, натянутая лента и т.д.) Инструктор знакомит детей с командами («На старт», «Внимание», «Марш»), правилами выполнения задания: начинать бег строго по сигналу, возвращаются к линии старта только по краю беговой дорожки. Целесообразно организовывать бег парами: в этом случае появляется элемент соревнования, повышающий интерес, мобилирующий силы детей. Даются две попытки с интервалом отдыха 2-3 мин. Фиксируется лучший результат.

Челночный бег (3*10м) сек.

	Д	<	11,6	>
	Д	<	11,3	>
	Д	<	10,1	>

Методика обследования.

Шестого - седьмого года жизни:

Широкий стремительный шаг чередуется с резким торможением в конце при движении по прямой и частыми шагами на поворотах. Перед сменой направления шаги становятся более частыми и короткими, колени согнуты, чтобы сохранить равновесие. Движения рук естественные, помогающие движению по прямой и на повороте.

Предварительная работа: До проведения проверки движений инструктор размечает беговую дорожку; (3*10 м) до линии старта и после линии финиша должно быть 5-6 метров. В начале и в конце беговой дорожки помещается яркий ориентир (флажок, конус, модуль и.т.д.) Инструктор знакомит детей с командами («На старт», «Внимание», «Марш»), правилами выполнения задания: начинать бег строго по сигналу, возвращаются к линии старта только по краю беговой дорожки. Целесообразно организовывать бег парами: в этом случае появляется элемент соревнования, повышающий интерес, мобилизующий силы детей. Даются две попытки с интервалом отдыха 2-3 мин. Фиксируется лучший результат.

	Д	70,0 и >	60,0-69,0	59,0 и <
	Д	87,0 и >	76,2-86,5	75,0 и <
	Д	100,0 и >	88,0-99,6	87,0 и <
	Д	114,0 и >	98,0-113,4	97,0 и <

Методика обследования

Пятого года жизни:

1. Исходное положение: ноги стоят параллельно на ширине ступни; полуприседание с наклоном туловища; руки слегка отведены назад;
2. Толчок: двумя ногами одновременно; мах руками вперед-вверх.
3. Полет: руки вперед - вверх; туловище и ноги выпрямлены.
4. Приземление: одновременно на обе ноги, с пятки на носок, мягко, положение рук свободное.

Шестого - седьмого года жизни:

1. Исходное положение: ноги стоят параллельно на ширине ступни, туловище наклонено вперед; руки свободно отодвинуты назад.
2. Толчок: двумя ногами одновременно (верх - вперед); выпрямление ног: резкий мах руками вперед верх.

3. Полет: туловище согнуто, голова вперед; вынос полусогнутых ног вперед; движение рук вперед верх.
4. Приземление: одновременно на обе ноги, вынесенные вперед, с переходом с пятки на всю ступню; колени полусогнуты, туловище слегка наклонено; руки движутся свободно вперед- в стороны; сохранение равновесия при приземлении.

		4,8	3,4	2,0
	Д	пр.	3,4	2,4
		лев	2,8	1,8
		4,7	4,2	3,0
	Д	5,9	4,4	3,5
		4,5	3,5	2,5
		8,9	7,9	4,4
	Д	8,3	5,4	3,3
		5,7	4,7	3,0
		10,8	6,8	5,0
	Д	11,8	8,3	
		8,0	5,6	

Дети пятого года

1. Исходное положение: стоя лицом к

ноги на ширине плеч, левая впереди; правая рука держит предмет на уровне груди.

2. Замах: поворот туловища вправо, сгибая правую ногу; одновременно правая рука идет вниз назад; поворот в направлении броска, правая рука - верх - вперед.
3. Бросок: резкое движение руки вдаль - вверх; сохранение заданного направления полет предмета.
4. Заключительная часть: сохранение равновесия.

Дети шестого - седьмого года жизни:

1. Исходное положение: стоя лицом в направлении броска, ноги на ширине плеч, левая - впереди, правая на носок; правая рука с предметом на уровне груди, локоть вниз.
2. Замах: поворот вправо, сгибая правую ногу и перенося на неё вес тела, левую на носок; одновременно разгибая правую руку, размашисто отвести её вниз - назад - в сторону, перенос веса на левую ногу, поворот груди в направлении броска, правый локоть вверх, спина прогнута - «положение натянутого лука».
3. Бросок: продолжая переносить вес тела на левую ногу, правую руку с предметом резко выпрямить хлещущим движением кисти бросить предмет вдаль - вверх; сохранять заданное направление полета предмета.
4. Заключительная часть: шаг вперед (или приставить правую ногу), сохранение равновесия.

Методика обследования.

жизни:

положение: стоя
направлению броска,

Бросок набивного мяча (1 кг.) из - за головы, стоя (см.)

Пол	Высокий уровень	Средний уровень	
М	>	160,0	

	Д	>	145,5	
	Д	>	150,0	
	Д	>	170,0	
	Д	>	209,0	

Методика обследования.

1. Исходное положение: ноги на ширине плеч, руки подняты вверх и согнуты так, чтобы предмет находился за головой;
2. Податься всем туловищем вперед;
3. Туловище и руки отклоняются назад, ноги сгибаются в коленях;
4. Туловище и ноги выпрямляются, подняться на носки, руки выпрямить вперед - вверх и сделать бросок.

	Д	>	2,0	<
	Д	>	6,8	<
	Д	>	7,6	<
	Д	>	7,9	<

Методика обследования.

1. Исходное положение: стоя на гимнастической скамейке, ноги, на ширине ступни, руки опущены вниз.
2. Наклон вперед вниз, опустить руки ниже уровня скамейки, ноги не сгибать, зафиксировать результат.

Показатели ходьбы.**Пятого года жизни:**

- Прямое ненапряженное положение туловища и головы.
- Свободное движение руками от плеча.
- Шаг ритмичный, но еще не стабильный и тяжеловатый.
- Соблюдение направления с опорой на ориентиры и без них.

Шестого - седьмого года жизни:

1. Хорошая осанка.
2. Свободное движение рук от плеча со сгибанием в когтях.
3. Шаг энергичный, ритмичный, стабильный.
4. Выраженный перекал с пятки на носок, небольшой разворот стоп.
5. Активное сгибание и разгибание ног в коленных суставах (амплитуда небольшая).
6. Умение соблюдать различные направления, менять их.

Показатели лазания по гимнастической стенке,
(высота - 3 метра)

Методика обследования**Пятого года жизни:**

1. Одновременность постановки руки и ноги на рейку.
2. Ритмичность движений.
3. Уверенность, но присутствует страх высоты.
4. Не освоен чередующийся шаг.

Шестого - седьмого года жизни:

1. Знают одноименный и разноименный способ.
2. Координация движений соответствует выбранному способу.
3. Одновременная постановка руки и ноги на рейку.
4. Ритмичность движений.

5. Умеет перелезть с одного пролета на другой по диагонали.
6. Уверенно поднимается до самого верха.
1. Не попускает реек, отсутствует страх высоты.

Качественная характеристика уровней развития физических качеств(детей 5-го года жизни)

Высокий уровень(15 и более баллов): Ходит, сохраняя вертикальное положение туловища, в точно заданном направлении, плечи развернуты, дыхание ритмичное, четко выполняет команды инструктора, сохраняет правильную осанку Бежит дистанцию 10 м меньше чем за 3, сек, движения рук и ног во время бега согласованы, ритмичны, дыхание ровное. Свободно лазает по гимнастической стенке произвольным способом, не пропуская реек, сохраняя осанку, движения рук и ног согласованы. Прыгает в длину с места 70,0 и более см, мягко приземляясь на обе ноги. Метает мешочек вдаль правой и левой рукой: м-5,5 м, д-5,2 м.

Средний уровень: (от 8 до 14 баллов):Ходит прямо, сохраняя направление движения по ориентиру, осанка немного нарушена, темп движений замедленный. Бегаёт на скорость 10 м за 3,2 сек.Движения рук и ног согласованы, но бег неритмичный, допускает незначительные ошибки. Лазает по гимнастической стенке произвольным способом, темп движения замедлен, допускает незначительные ошибки. Прыгает в длину с места (58,0-60,0см). Метает мешочек вдаль-м-4,1; д-3,4.

Низкий уровень: (ниже 8 баллов)Во время ходьбы осанка нарушена, движения не ритмичны, не сохраняет заданного направления движения, темп выполнения медленный, команды инструктора выполняет с трудом (по показу). Бегаёт на скорость 10 м, более, чем за 3, 4 сек. Во время бега

движения рук и ног не согласованы, дыхание не ровное, не сохраняется осанка. Лазает по гимнастической стенке с трудом, движения рук и ног не согласованы, испытывает чувство страха. Прыгает в длину с места 57,0 см и меньше. Метает мешочек вдаль правой и левой рукой 1,8-2.5 м.

Качественная характеристика уровней развития физических качеств(детей 6-го года жизни)

Высокий уровень (33 балла и более): ходит, сохраняя вертикальное положение туловища, плечи развернуты, живот подтянут, дыхание ритмичное, бегаёт на скорость 10 м за м- меньше 3,1 сек, д-меньше 3,2 сек; 30 м-м-8,3-7,9; выполняет челночный бег меньше чем за м-11,3 ск, д-11.6 сек. Бег легкий, прыгает в длину с места-м-92,0 см, д- 87,0 и более.Энергичный замах и толчок двумя ногами, мягко приземляется на обе ноги, сохраняя устойчивое равновесие. Выполняет прыжок в длину с разбега-167 см и более, выполняет прыжок в высоту с разбега-м-65 см, д-62 см и более, согласуя движения рук и ног. Приземляется мягко на пятки с последующим перекатом на всю ступню. Лазает по гимнастической стенке одноименным способом и разноименным способом, не пропуская реек, свободно и уверенно переходит с пролета на пролет, движения рук и ног скоординированы. Сохраняя правильную осанку, метает вдаль правой и левой рукой мешочек-7.5 м и более; выполняет бросок набивного мяча стоя из-за головы-1 кг на 168 см и более; самостоятельно принимает и.п., рассчитывая силу и направление броска. Гибкость- ниже уровня опоры более, чем-м-3,8, д-6,8.

Средний уровень: (от 17 до 32 баллов): ходит, сохраняя правильную осанку по указанию инструктора, дыхание не ритмичное, шаг тяжелый. Бегаёт на скорость 10 м , более, чем за 3,2 сек, 30 м-9,2 сек.Выполняет челночный бег за 11.3-11,6 сек, бег на ритмичность,

осанка не сохраняется. Прыгает в длину с места-м-77,1-91,6 м, д-76,1-86,5 м. Исходное положение принимает с помощью инструктора, замах слабый, приземление мягкое, но не сохраняет равновесие. Прыгает в длину с разбега (1250140 см) выполняет прыжки в высоту с разбега- 54,4 см. движения рук и ног немного не согласованы, затрудняется в выборе толчковой ноги. Лазают по гимнастической стенке одноименным и разноименным способом не уверенно, движения рук и ног не согласованы, испытывает небольшой страх высоты. Метает мешочек вдаль правой и левой рукой вдаль-5 м и более, замах слабый, не рассчитывает силу и направление броска, выполняет бросок набивного мяча из-за головы-145 см и более. Гибкость ниже уровня опоры на 3,8-6,8 см.

Низкий уровень: (менее 17 баллов): ходит, не сохраняя вертикальное положение туловища, осанка нарушена, движения УК и ног неритмичны, бегают на скорость 10 м более, чем за 3,2 сек; 30 м- за 10,2 сек. Выполняет челночный бег за 13,5 сек и более, принимает и.п. с помощью инструктора, замах слабый. Прыгает в длину с разбега-100см и более, разбег слабый, движения рук и ног не ритмичные. Выполняет прыжки в высоту с разбега-40 см и более, приземляясь на обе ноги, не сохраняет устойчивое равновесие. Лазают по гимнастической стенке удобным для него способом, испытывает страх высоты, движения рук и ног не согласованы, метает мешочек в даль правой и левой рукой-3,9 см, не рассчитывает силу и направление броска. Гибкость-до уровня опоры или выше.

Качественная характеристика уровней развития физических качеств(детей 7-го года жизни)

Высокий уровень(33 балла и более): ходит, сохраняя вертикальное положение туловища, плечи развернуты, живот подтянут, дыхание ритмичное, знает и четко выполняет изученные виды ходьбы, бежит на скорость: 10 м- за: менее 2,9 сек; д —за 3,1 сек.; 30 м за: м-7.5-7.6 сек, д-8,2-7,8 сек. Выполняет челночный бег за: м- 11.2 сек, д-11, 3 сек. Бег легкий. Прыгает в длину с места-м-101,0 см и более, д-100,0 и более Энергичный замах и толчок двумя ногами, мягко приземляется на обе ноги, сохраняя устойчивое равновесие. Выполняет прыжок в длину с разбега-240 см и более, выполняет прыжок в высоту с разбега-м-70 см, д- 65 см.. Согласует движения рук и ног и маховой ноги, приземляется мягко на пятки с последующим перекатом на всю ступню. Лазают по гимнастической стенке одноименным и разноименным способами, не пропускает рейки, свободно и уверенно переходит с пролета на пролет. Движения рук и ног скоординированы, сохраняет

правильную осанку. Метает вдаль правой и левой рукой мешочек на 9,8 см и более; выполняет бросок набивного мяча стоя из -за головы-1 кг на 210 см и более. Самостоятельно принимает и.п., рассчитывает силу и направление броска. Гибкость - ниже уровня опоры, больше м-3,9 см, д-7,6 см.

Средний уровень: (от 17 до 32 баллов): ходит, сохраняя правильную осанку по указанию инструктора, дыхание не ритмичное, шаг тяжеловатый. Бегают на скорость-10 м более чем за 2,9 сек, 30 м -более чем за 7,6 сек. Выполняет челночный бег-11,2, бег не ритмичный, осанка не сохраняется. Прыгает в длину с места-м-86,3 см, д-88,0 см, и.п.принимает с помощью инструктора. Замах слабый, приземление мягкое, но не сохраняет равновесие. Прыгает в длину с разбега-200-225 см. Выполняет прыжки в высоту с разбега-60-65.5 см, движения рук и ног не много не согласованы, затрудняется в выборе толчковой

ноги. Лазает по гимнастической стенке одноименным и разноименным способами не уверенно, движения рук и ног не согласованы, испытывает небольшой страх высоты. Метает мешочек правой и левой рукой- 7,9—5,3 см и более, замах слабый, не рассчитывает силу и направление броска, выполняет бросок набивного мяча из-за головы-150 см и более. Гибкость ниже уровня опоры (3,9-7.6 см)

Низкий уровень: (ниже 17 баллов): ходит, не сохраняя вертикальное положение туловища, осанка нарушена, движения рук и ног не ритмичны, бежит: на скорость 10 м - более, чем за 3. 2 сек; на скорость 30 м- за 18,3-8,5 сек. Выполняет челночный бег за 12, 5 сек и более, бег не ритмичный, тяжелый, не стремительный. Прыгает в длину с места-85 см и менее, принимает и.п. с помощью инструктора, замах слабый. Прыгает в длину с разбега-180 и менее см, разбег слабый, движения рук и ног не ритмичные. Выполняет прыжки в высоту с разбега- 50 см и более, приземляется на обе ноги, не сохраняя устойчивое равновесие, лазает по гимнастической стенке удобным для него способом, испытывает страх высоты, движения рук и ног не согласованы, метает мешочек вдаль правой и левой рукой на 4,4см, не рассчитывает силу и направление броска. Гибкость - до уровня опоры и выше

4.5. Используемая литература

	<i>Физическое развитие</i>
Пензулаева Л.И.	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет Мозаика-Синтез, 2015
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. Для работы с детьми 5-6 лет. Старшая группа. Мозаика-Синтез, 2015
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. Младшая группа. Для занятий с детьми 3-4 лет. Мозаика-Синтез 2016

Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа. Для занятий с детьми 6-7 лет. Мозаика-Синтез, 2016
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. Средняя группа. Для занятий с детьми 4-5 лет. Мозаика-Синтез, 2015
Желобкович Е.Ф.	Физкультурные занятия в детском саду. 2-я младшая группа. Москва, 2012
	<i>Познавательное развитие</i>
Дыбина О.В.	Ознакомление с предметным и социальным окружением. Подготовительная к школе группа Мозаика-Синтез, 2016
Дыбина О.В.	Ознакомление с предметным и социальным окружением. Старшая группа Мозаика-Синтез, 2016
Пензулаева Л.И.	Оздоровительная гимнастика 3-7 лет
Голицына Н.С.	Нетрадиционные занятия физкультуры в ДОУ
Соломенникова Н.М. Машина Т.М.	Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет(фитбол гимнастика)
Е.К.Воронова	Формирование двигательной активности детей 5-7 лет «Игры –эстафеты»
Соломенникова Н.М.	Организация спортивного досуга дошкольников 4-7 лет
	Спортивные праздники и физкультурные досуги в ДОУ.
Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать М.: Просвещение, 1983.	Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная группа
Н.Н.Кожухова, Л.А.Рыжкова, М.М.Самодурова; под ред. С.А.Козловой. - М.:Академия,2002.	Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях
Т.И.Осокина.- М.: Просвещение, 1986	Физическая культура в детском саду
под ред. Васильевой М.- М.: Просвещение, 1986	Программа воспитания и обучения в детском саду

