

Приложение № 12
к основной общеобразовательной программе –
образовательной программе дошкольного образования
МАДОУ-детского сада №106

Рабочая программа
основной общеобразовательной программы - образовательной
программы дошкольного образования по физическому развитию

Срок реализации: 2022/2023 учебный год
Составитель: Скурихина Е.А.,
инструктор по физической культуре

Содержание

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы.....	4
1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы	5
1.1.3. Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей старшего дошкольного возраста.....	6
1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы	7
1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по реализации рабочей программы.....	8

2. Содержательный раздел.

2.1. Описание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие», с описанием вариативных форм, способов, методов и средств реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов....	10
2.2. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.....	25
2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы.....	26
2.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	26

3. Организационный раздел.

3.1. Материально-техническое обеспечение рабочей программы.....	28
3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения, воспитания.....	31
3.3. Модель организации образовательного процесса.....	34
3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.....	35
3.5. Особенности организации развивающей предметно пространственной среды.....	36

I. Целевой раздел.

1. 1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по физическому развитию детей дошкольного возраста (далее - Программа) составлена на основе образовательной программы дошкольного образования МАДОУ-детского сада № 106 (далее – Учреждение).

Программа разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции от 7 мая 2013года);
- Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года №78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области»
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 года №1155;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013года № 1014;
- Устав Учреждения;
- Основная общеобразовательная программа – образовательная программа дошкольного образования Учреждения.

Программа определяет содержание образовательной деятельности по приобщению к двигательной культуре детей дошкольного возраста с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие».

Содержательной основой разработки обязательной части Программы является основная образовательная программа дошкольного образования Учреждения и учебно-методический комплект комплексной образовательной программы дошкольного образования «Истоки».

Часть Программы, формируемая участниками образовательных отношений, составлена с учетом образовательных потребностей, интересов детей и членов их семей. Эта часть разработана на основе образовательной программы с учетом специфики национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность с детьми дошкольного возраста «СамоЦвет» (О. А. Трофимова, О. В. Толстикова, Н. В. Дягилева, О.

В. Закревская), а также парциальной программы и технологии физического воспитания детей 3-7 лет «Играйте на здоровье» (автор Л.Н.Волошина).

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы.

Цель обязательной части - создание условий, обеспечивающих воспитание здорового, физически совершенного, гармонически и творчески развитого человека; формирование ценностного отношения к двигательной культуре.

Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих задач:

- ☐ охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- ☐ развитие таких двигательных качеств как общая выносливость, ловкость, сила, быстрота, гибкость, а также координационных способностей;
- ☐ обогащение двигательного опыта разнообразными видами физических упражнений и подвижных игр;
- ☐ формирование умения выполнять знакомые движения легко, свободно, ритмично и согласованно, ориентируясь в пространстве и сохраняя равновесие;
- ☐ формирование осознанного использования приобретенных двигательных навыков в различных условиях;
- ☐ формирование некоторых норм здорового образа жизни;
- ☐ побуждение к проявлению морально-волевых качеств таких, как настойчивость, взаимопомощь, сотрудничество, ответственность.

Цель части, формируемой участниками образовательных отношений - формирование начал культуры здорового образа жизни на основе национально-культурных традиций, обучение играм с элементами спорта.

Задачи:

- ☐ вызвать устойчивый интерес к играм с элементами спорта;
- ☐ обогащать двигательный опыт посредством ознакомления со спортивными упражнениями и играми народов Среднего Урала;
- ☐ развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала;
- ☐ развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений в традиционных для Урала спортивных играх и упражнениях;
- ☐ формировать интерес к физической культуре, к народным подвижным играм, к спортивным событиям города и страны.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию и реализации программы

Программа строится в соответствии с основными принципами дошкольного образования:

1. *Полноценное проживание ребенком всех этапов детства, обогащение (амплификация) детского развития.* Все содержание программы направлено на обеспечение каждому ребенку возможности содержательно прожить все периоды дошкольного детства, на реализацию *принципа развивающего образования*, в соответствии с которым целью дошкольного образования является развитие ребенка;

2. Построение образовательной деятельности на основе *индивидуальных особенностей* каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования. ООП ДО реализует личностный подход, который предполагает отношение к каждому ребенку как к самостоятельной ценности, принятие его таким, каков он есть. Личностный подход предусматривает утверждение в образовательном процессе субъект-субъектных (партнерских) отношений между взрослыми и детьми, гибкое реагирование педагога на образовательные потребности детей;

3. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, *признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений*;

4. *Поддержка инициативы детей* в различных видах деятельности;

5. *Сотрудничество с семьей*;

6. *Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства*;

7. *Формирование познавательных интересов и познавательных действий* ребенка в различных видах деятельности;

8. *Возрастная адекватность* дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

9. *Учет этнокультурной ситуации* развития детей. Приобщение детей к культуре своего народа (родной язык, произведения национальных поэтов, художников, скульпторов, традиционная архитектура, народное декоративно-прикладное искусство);

10. *Учет гендерной специфики* развития детей дошкольного возраста.

Наряду с общепедагогическими дидактическими **принципами** (сознательности и активности, наглядности и доступности и др.), имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

1. *Принцип оздоровительной направленности*, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и

двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

2. *Принцип разностороннего и гармоничного развития личности*, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.

3. *Принцип гуманизации и демократизации*, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора форм, средств и методов физического развития и видов спорта, *принципа комфортности* в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

4. *Принцип индивидуализации* позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя *принцип возрастной адекватности физических упражнений*.

5. *Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования я нагрузок и отдыха*, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

6. *Принцип единства с семьей*, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах, праздниках и походах.

1.1.3. Значимые для разработки и реализации рабочей программы характеристики, в том числе характеристика особенностей физического развития детей дошкольного возраста.

В разработке Программы учитывается характеристика возрастных возможностей и особенностей физического развития детей дошкольного возраста, данная авторами комплексной образовательной программы дошкольного образования «Истоки» и образовательной программы дошкольного образования «СамоЦвет».

Характеристика индивидуальных особенностей развития детей, воспитывающихся в дошкольной организации.

Списочный состав (на 02.09.2022 г.) - 255 детей дошкольного возраста.

182 в возраст от 3 до 7 лет, из них: мальчиков – 112, девочек – 98:

дети с 3 до 4 лет – 47, из них мальчиков – 25; девочек – 22.

дети с 4 до 5 лет – 27; из них мальчиков – 14; девочек – 13.

дети с 5 до 6 лет - 56; из них: мальчиков - 31; девочек – 25.

дети 6 – 7 лет – 55, из них мальчиков – 24; девочек – 31.

У 37 детей, занимающихся на логопедическом пункте, отмечены различные нарушения общей и мелкой моторики, координации движений. При составлении Программы учитывались результаты педагогической диагностики (сентябрь 2022г.) физической подготовленности воспитанников средних и старших групп.

Образовательная деятельность по физическому развитию осуществляется исходя из особенностей холодного и теплого времени года нашего региона. В холодный период непрерывная образовательная двигательная деятельность проводится в соответствии с рекомендациями СанПиНа: старшие и подготовительные к школе группы - в зале 2 раза в неделю, на воздухе 1 раз в неделю; младшие и средние группы – 3 раза в неделю в зале. В зависимости от состояния погоды вносятся коррективы в физкультурно-оздоровительную работу.

В Учреждении воспитываются, в основном дети из семей коренных народов Урала (русские, башкиры, татары). Отражение национально – культурных особенностей обеспечивается через включение в образовательную деятельность традиционных для данных народов подвижных игр, игр-аттракционов и развлечений.

1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы.

Планируемые результаты освоения Программы по физическому развитию воспитанников представлены в виде показателей физического развития ребенка к концу 4-го года, 5-го года, 6-го года и 7-го года.

4-ый год жизни. Физически развитый, владеет основными движениями (ходьба, бег, прыжки на месте и с продвижением вперед) У ребенка сформирована соответствующая возрасту координация движений. Воспроизводит простые движения по показу взрослого. Проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, стремится к самостоятельности в двигательной деятельности. Имеет простейшие представления о важности соблюдения правил личной гигиены, занятий физической культурой, прогулки для здоровья.

5-ый год жизни. Развиты основные физические качества (ловкость, быстрота, сила, гибкость, выносливость). Владеет основными движениями. Сохраняет статическое равновесие; подбрасывает и ловит мяч двумя руками; прыгает в длину с места; бросает мяч вдаль двумя руками. Хорошо владеет своим телом, активен, с интересом участвует в подвижных играх. Инициативен, радуется своим успехам в физических упражнениях. Владеет элементарными навыками здорового образа жизни.

6-ой год жизни. Развиты основные физические качества (ловкость, быстрота, сила, гибкость, выносливость). Владеет основными движениями в соответствии с возрастом. Инициативен, радуется своим успехам. Проявляет интерес к физической культуре, ежедневным занятиям, подвижным и спортивным играм, к некоторым спортивным событиям в стране.

7-ой год жизни. Владеет основными движениями в соответствии с возрастом. В двигательной деятельности проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу и гибкость, а также элементы творчества. Стремится к физическому совершенствованию, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта. Использует приобретенные двигательные навыки в различных условиях. Владеет элементарными навыками здорового образа жизни.

1.3. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по реализации рабочей программы.

Оценивание качества образовательной деятельности, в том числе по физическому развитию воспитанников определяется требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», а также ФГОС ДО, в котором определены государственные гарантии качества образования.

Система оценки образовательной деятельности, предусмотренная Программой, предполагает оценивание качества условий образовательной деятельности, включая психолого-педагогические, материально-технические, информационно-методические.

Программой также предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

– педагогические наблюдения и педагогическую диагностику физической подготовленности, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации; – листы оценки результатов освоения Программы.

Оценка индивидуального физического развития воспитанников осуществляется в системе, разработанной к комплексной образовательной

программе дошкольного образования «Истоки» (научный руководитель Л.А.Парамонова). Реализуется следующим образом: целевые ориентиры, представленные во ФГОС ДО конкретизируются в содержании показателей физического развития на конец каждого года и психологического возраста (к 5 годам и 7 годам).

Оценка индивидуального развития детей в рамках педагогической диагностики физической подготовленности проводится два раза в год по разработанному инструментарию (автор М.А.Рунова).

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) предусмотрено использовать исключительно для решения следующих образовательных задач:

1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории и (или) профессиональной коррекции особенностей его развития);

2) оптимизации работы с группой детей.

Система оценки качества предоставляет материал для рефлексии педагогической деятельности и для работы над Программой. Результаты оценивания качества образовательной деятельности формируют доказательную основу для изменений рабочей программы, корректировки образовательного процесса и условий образовательной деятельности.

Раздел 2. Содержательный.

2.1. Описание образовательной деятельности по образовательной области «Физическое развитие», с описанием вариативных форм, способов, методов и средств реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Дошкольный возраст является важнейшим периодом формирования здоровья и психофизического развития ребенка. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируются те двигательные качества, навыки и умения ребенка, которые служат основой его нормального физического и психического развития.

В ходе реализации Программы обеспечивается индивидуально-дифференцированный подход к организации физического развития детей, что является основополагающим критерием эффективности оздоровительной и развивающей работы.

Цель физического развития детей дошкольного возраста - формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

Основные направления реализации образовательной области «Физическое развитие»:

- развитие двигательной деятельности;
- оздоровление;
- формирование ценностей здорового образа жизни; - формирование саморегуляции в двигательной сфере.

Задачи физического развития.

Обязательная часть:

- способствовать приобретению 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);

- создавать условия для приобретения опыта совершенствования культуры движений, правильной техники их выполнения, в том числе соблюдение заданного темпа в беге и ходьбе, перестроениях, лазанье и ползание, бросание и ловля мяча, метание в цель, соотнесение движений друг с другом в более

сложных упражнениях и играх, точное выполнение упражнения и движения в разном темпе и ритме с сохранением равновесия, координации и ориентации в пространстве;

- формировать начальные представления о некоторых видах спорта, овладевать подвижными играми с правилами;
- способствовать становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- приобщать к ценностям здорового образа жизни, создавать условия для овладения его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании), формировать полезные привычки.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений:

- развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала;
- формировать полезные привычки здорового образа жизни с использованием местных природных факторов; познакомить с определенными качествами полезных продуктов;
- развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений в традиционных для Урала спортивных играх и упражнениях;
- развивать двигательные навыки и физические качества посредством спортивных игр;
- развивать представления ребенка о пользе закаливания, режиме жизни, о зависимости между особенностями климата Среднего Урала, погодных условий.

Задачи по возрастам.

Обязательная часть.

Четвертый год жизни	Пятый год жизни	Шестой год жизни	Седьмой год жизни
1.Формирование правильной осанки, гармоничного телосложения; развитие мелкой моторики; 2. Обогащение двигательного опыта разнообразными видами физических упражнений и подвижных игр. Содействие правильному выполнению движений в соответствии с образцом взрослого (правильное положение тела, заданное направление); способствование развитию произвольности выполнения двигательных действий; 4. Формирование умения выполнять знакомые движения легко и свободно, ритмично и согласованно, ориентируясь в пространстве и сохраняя равновесие. 5. Приобщение детей к отдельным элементам 6. Формирование начал полезных привычек.	1. Формирование умений правильно выполнять основные движения. 2. Развитие элементов произвольности во время выполнения двигательных заданий. 3. Развитие координации, ориентировки в пространстве, чувства равновесия, ритмичности, глазомера. 4. Стимулирование естественного процесса развития физических качеств ловкости, быстроты, силы, гибкости, выносливости. 5. Воспитание личностных качеств (активность, самостоятельность, инициатива). 6. Знакомство с некоторыми правилами охраны своего здоровья. 7. Формирование начальных представлений о необходимости выполнения правил личной гигиены. 8. Создание условий для выполнения всех видов движений, вызывающих у детей мышечное и эмоциональное чувство радости.	1. Формирование интереса к физической культуре, к ежедневным занятиям и подвижным играм; к некоторым спортивным событиям в стране. 2. Содействие постепенному освоению техники движений, разнообразных способов их выполнения. 3. Развитие физических качеств: ловкость, быстрота, сила, гибкость, общая выносливость. 4. Воспитание положительных черт характера, нравственных и волевых качеств: активность, настойчивость, самостоятельность, смелость, честность, взаимопомощь, выдержка и организаторские навыки. 5. Формирование некоторых норм здорового образа жизни.	1.Совершенствование техники выполнения движений; 2.Формирование осознанного использования приобретенных двигательных навыков в различных условиях. 3. Развитие физических качеств. 4.Побуждение детей к проявлению морально-волевых качеств: настойчивости в преодолении трудностей при достижении цели, взаимопомощи сотрудничества, ответственности, способствует развитию у детей произвольности. 5.Развитие самоконтроля и самооценки в процессе организации разных форм двигательной активности. 6.Поддержка стремления детей к улучшению результатов выполнения физических упражнений

Задачи по возрастам.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Четвертый год жизни	Пятый год жизни	Шестой год жизни	Седьмой год жизни
1. Способствовать освоению ребенком простейших правил народных подвижных игр. 2. Знакомить со спортивными упражнения народов Среднего Урала, обогащая его двигательный опыт. 3. Воспитывать потребность вступать в общение с взрослым и сверстниками при выполнении спортивных упражнений, в народных подвижных играх. 5. Создать условия для активного накопления ребенком первичных представлений о строении тела человека, его основных частях, их назначении. 6. Формировать общее представление об элементах спортивной игры. 7. Обогащать двигательный опыт за счет имитационных упражнений с элементами спортивных игр.		1. Развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала. 2. Формировать полезные привычки здорового образа жизни с использованием местных природных факторов. 3. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений в традиционных для Урала спортивных играх и упражнениях. 4. Развивать представления ребенка о пользе закаливания, режиме жизни, о зависимости от особенностей климата Среднего Урала и погодных условий. 5. Формировать элементарные приемы игры в хоккей, баскетбол, теннис, футбол. 6. Повышать двигательную активность	

Принципы физического развития

Дидактические:

- систематичность и последовательность;
- развивающее обучение;
- личностно-ориентированное обучение и воспитание;
- доступность;
- воспитывающее обучение;
- учет индивидуальных и возрастных особенностей;
- сознательность и активность ребенка;

- наглядность.

Специальные:

- непрерывность;
- последовательность наращивания тренирующих воздействий;
- цикличность.

Гигиенические:

- сбалансированность нагрузок;
- рациональность чередования деятельности и отдыха;
- возрастная адекватность;

- оздоровительная направленность всего образовательного процесса.

Средства физического развития

К средствам физического развития и оздоровления детей относятся:

- Гигиенические факторы (режим занятий, отдыха, сна и питания), которые способствуют нормальной работе всех органов и систем и повышают эффективность воздействия физических упражнений на организм;
- Естественные силы природы (солнце, воздух, вода), которые формируют положительную мотивацию детей к осуществлению двигательной активности, повышают адаптационные резервы и функциональные возможности организма, увеличивает эффект закаливания и усиливает эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка;
- Физические упражнения, которые обеспечивают удовлетворение естественной биологической потребности детей в движении, способствуют формированию двигательных умений и навыков, физических качеств, развитию способности оценивать качество выполняемых движений.

Обязательная часть:

- двигательная активность, занятия физкультурой;
- эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода);
- психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий).

Часть, формируемая участниками образовательных отношений:

- подвижные игры народов Урала;
- спортивные игры (баскетбол, футбол, хоккей).

Формы физического развития

Обязательная часть:

- физкультурные занятия;
- утренняя гимнастика;
- подвижные игры;
- физкультурные упражнения на прогулке;
- физкультминутки;
- корригирующая гимнастика;
- гимнастика пробуждения;
- оздоровительная гимнастика;
- развлечения, праздники;
- самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений:

- физкультурные занятия по обучению спортивным играм;

- подвижные игры народов Урала;
- спортивные игры и соревнования;
- пешие походы.

Методы физического развития

Наглядные:

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений и сигналов;
- вопросы к детям;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.

Практические:

- повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- проведение упражнений в игровой форме;
- проведение упражнений в соревновательной форме.

Содержание деятельности по возрастам.

Четвертый год жизни.

Обязательная часть.

Ходьба: в колонне, по кругу, парами друг за другом, в разных направлениях; врассыпную на носках; высоко поднимая колени; «змейкой», с остановкой (по сигналу воспитателя).

Бег: в колонне, по кругу по одному и парами (держась за руки); непрерывный бег длительностью до 1 минуты; быстрый бег до 10—20 м; бег в медленном темпе до 160 м.

Ползание, лазание: ползание на четвереньках по прямой (6 м); под предметами и вокруг них; ходьба на четвереньках; подлезание под предметы, перелезание через них; пролезание в обруч; лазание по лесенке-стремянке, гимнастической стенке удобным для ребенка способом.

Прыжки: на месте; с продвижением вперед (2—3 м), через линии, невысокие предметы; в длину с места (до 40 см); спрыгивание с высоты (10—15 см) на мат или в яму с песком, удерживая равновесие.

Катание, бросание и ловля, метание: катание мячей, шаров в определенном направлении; между предметами и с попаданием в предметы (расстояние до 1,5 м); подбрасывание и ловля мяча двумя руками; ловля мяча после удара об

пол (2—3 раза подряд); метание предметов в горизонтальную цель снизу и от груди двумя руками или одной рукой (правой и левой); в вертикальную цель и на дальность правой и левой руками (расстояние до 2 метров).

Для развития равновесия и координации движений с детьми педагог проводит следующие общеразвивающие упражнения — для рук и плечевого пояса: поднимание рук перед собой, вверх, в стороны; опускание рук вниз, вращение кистями рук; сжимание, разжимание пальцев рук; хлопки перед собой, над головой; — для туловища: повороты вправо, влево; наклоны вперед, в стороны; выполнение разнообразных движений руками, ногами, туловищем в положении сидя и лежа; — для ног: движения выпрямленной ноги вперед, в сторону, назад на носок; приседание, полуприседание, с опорой.

Упражнения в построении и перестроении: в колонну, в круг, в шеренгу (с помощью воспитателя, по ориентирам); повороты направо, налево. Ритмические (танцевальные) движения.

Подвижные игры: «Проползи — не задень», «Мыши в кладовой» (на развитие гибкости); «Кто дальше бросит», «Лягушки», «Поймай комара», «Зайчата», «Через ручеек» (на развитие силы мышц); «Бегите к флажку», «Автомобиль» (на развитие выносливости); «Сбей булаву», «Подбрось — поймай», «Пробеги как мышка, пройди как мишка», «Жмурки», «Поймай — прокати», «Пройди — не задень» (на развитие ловкости); «Лохматый пес», «Найди свой домик» (на развитие быстроты). **Часть, формируемая участниками образовательных отношений.**

Имитационные упражнения с элементами спортивных игр.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Обучение спортивным играм (программа «Играйте на здоровье»).

Футбол

Задачи обучения:

1. Познакомить детей с названием и особенностями игры в футбол (играем с мячом ногами).
2. Формировать элементарные для футбола действия с мячом (удары по неподвижному мячу ногой, остановка движущегося мяча).
3. Воспитывать интерес к действиям с мячом, желание играть вдвоем, втроем.
4. Развивать координационные способности, ловкость, глазомер.
5. В процессе овладения действиями с мячом совершенствовать технику ходьбы, бега.

Хоккей

Задачи обучения:

1. Познакомить детей с клюшкой и шайбой, простейшими действиями с ними;
2. Учить водить клюшку, не отрывая ее от поверхности; ударять по неподвижной шайбе и останавливать шайбу клюшкой;
3. Развивать координационные способности, ориентировку в пространстве;
4. Воспитывать желание получить положительные результаты; выполнять простейшие требования безопасной игры;
5. Закладывать предпосылки последующих совместных действий со сверстниками в игре хоккей.

Баскетбол

Задачи обучения:

1. Формировать многообразие действий с мячом (катание, бросание, ловля, перебрасывание, забрасывание из положений – сидя, стоя на коленях, стоя);
2. Воспитывать интерес к играм с мячом, желание играть вдвоем, втроем;
3. Развивать согласованность движений, глазомер;
4. В процессе освоения действий с мячом развивать основные движения – ходьбу, бег, прыжки.

5. Подвижные игры народов Урала:

- русские: «У медведя во бору», «Стадо», «Пчелки и ласточка», «Жмурки», «Пятнашки»
- татарские: «Лисичка и курочка»,
- удмуртские: «Серый заяц».

Пятый год жизни.

Обязательная часть.

Ходьба: в разных направлениях; на пятках, на носках, высоко поднимая колени, приставными шагами в стороны, вперед, назад; чередуя ходьбу с бегом и другими движениями; с остановкой на сигнал, с поворотами, со сменой ведущего. Ходьба со сменой темпа и направления; сменой положений рук; на ограниченной, наклонной поверхности; сохраняя равновесие. Бег: в колонне, по кругу — по одному и парами (дети не держатся за руки). Бег на носках; широким шагом; с забрасыванием голени назад; с обеганием предметов; со сменой направления и темпа; с ускорением и замедлением; с ловлей и увертыванием; с преодолением препятствий; с сохранением равновесия после внезапной остановки; челночный (2— 3х5м.).

Непрерывный бег до 1,5 мин; быстрый бег на 30 м; со средней скоростью 40—60 м; бег в медленном темпе по пересеченной местности на расстояние до 200—240 м.

Ползание, лазание: проползание на четвереньках по прямой до 10 м; между предметами; по наклонной поверхности; на животе по гимнастической

скамейке, подтягиваясь руками; лазание по лесенке-стремянке; гимнастической стенке вверх и вниз приставным и чередующимся шагами; передвижение по рейкам гимнастической стенки приставным шагом вправо и влево.

Прыжки: с продвижением вперед (на 2—3 м); с поворотом вправо, влево; на одной ноге (правой, левой). Прыжки с короткой скакалкой (произвольно); спрыгивание с высоты 20—30 см на мат или в яму с песком. Прыжки в длину с места не менее 70 см.

Катание, бросание и ловля, метание: ловля мяча после удара о пол, о стену; отбивание мяча правой или левой рукой; прокатывание по полу обычных и набивных мячей (весом 0,5 кг.).

Для развития равновесия и координации движений педагог проводит с детьми следующие общеразвивающие упражнения: — для рук и плечевого пояса: попеременное и одновременное поднимание рук перед собой, вверх, в стороны; размахивание руками вперед — назад; сведение рук за спиной; сгибание и разгибание; круговые движения прямыми и согнутыми в локтях руками; хлопки руками над головой, за спиной. — для туловища: наклоны, повороты, прогибание, выгибание спины в упоре стоя на коленях в сочетании с различными движениями рук, ног; перевороты со спины на живот и обратно. — для ног: поочередное поднимание прямой, согнутой ноги вперед, в сторону, назад; приседание, полуприседание без опоры, с разным положением рук; удержание ног под углом одновременно и поочередно в положениях сидя, лежа; сгибание, разгибание, разведение ног; оттягивание носков, сгибание стоп, вращение стопами.

Упражнения в построении и перестроении: самостоятельное построение в колонну, подгруппами и всей группой, в круг, в пары, в шеренгу; перестроение в звенья.

Ритмические (танцевальные) движения.

Подвижные игры на формирование важнейших двигательных качеств: «Лошадки», «Ловишки», «Мышки в норках», «Котята и щенята» (на развитие гибкости); «Подпрыгни повыше», «Лягушки», «По дорожке на одной ножке», «Подбрось повыше» (на развитие силы мышц) «Гуси-лебеди», «Пятнашки», «Найди себе пару» (на развитие выносливости); «По узкой дорожке», «Пилоты», «Попади в цель», «Прокати в ворота», «Перелет птиц», «Кольцеброс» (на развитие ловкости); «Перемени предмет», «Кто быстрее до флажка», «Не опоздай», (на развитие быстроты).

Часть, формируемая участниками образовательных отношений.
Скольжение по ледяным дорожкам: скольжение по короткой ледяной дорожке с помощью взрослого; скольжение по горизонтальной ледяной дорожке,

оттолкнувшись с места и после короткого разбега (3—5 шагов) с помощью взрослого.

Обучение спортивным играм.

Хоккей

Задачи обучения:

1. Познакомить детей со стойкой хоккеиста, расширить представления о действиях с клюшкой и шайбой;
2. Учить вести шайбу, не отрывая клюшку; забивать шайбу с места в ворота, закрепить передачу шайбы в парах;
3. Создавать условия, обеспечивающие получение положительного результата в действиях с клюшкой и шайбой в парах;
4. Укреплять уверенность в своих действиях, активность, инициативность в игре; обеспечить соблюдение правил безопасной игры;
5. Развивать реакцию на движущийся объект, точность, быстроту.

Баскетбол

Задачи

обучения:

1. Познакомить детей с названием и инвентарем для игры в баскетбол, создавать общее представление о действиях в этой игре (стойка, передача мяча, ведение мяча на месте и в движении);
2. Создавать ситуации, побуждающие к коллективным действиям с мячом;
3. Воспитывать целеустремленность, желание достичь положительного результата, доброжелательное отношение друг к другу;
4. Развивать координацию движений, точность, ловкость.

Футбол

Задачи обучения:

1. Познакомить детей с условиями для игры в футбол;
2. Создать представление об элементах техники игры в футбол (удары по неподвижному мячу, остановка мяча, ведение мяча, удар по воротам);
3. Учить игровому взаимодействию;
4. Развивать координационные способности, точность, выносливость.

Подвижные игры народов Урала.

- русские: «У медведя во бору» Стадо», «Пчелки и ласточка», «Жмурки», «Пятнашки»;

- татарские: «Лисичка и курочка», «Жмурки», «Займи место», «Кто первый»,

«Кто дальше бросит?», «Мяч по кругу», «Продаем горшки»;

- чувашские: «Кто вперед возьмет флажок», «Рыбаки»; - башкирские: «Юрта»;
- удмуртские: «Серый зайка».

Шестой год жизни.

Содержание образовательной работы.

Ходьба: в разных построениях (в колонне по одному, по два); обычным, гимнастическим шагом; приставными шагами вперед, в стороны, назад; перекатом с пятки на носок; в разном темпе; сохраняя равновесие на уменьшенной, подвижной опоре и на одной ноге после остановки. Бег: в колонне по одному и по два; выбрасывая прямые ноги вперед, забрасывая голени назад; по прямой и наклонной поверхностям; в сочетании с другими движениями; с преодолением препятствий в естественных условиях; с разной скоростью — медленно, быстро, в среднем темпе; непрерывный бег 1,5—2 мин; со средней скоростью 60—100 м; медленный бег на 320 м по пересеченной местности; челночный бег 3х10 м; бег наперегонки, с ловлей и увертыванием.

Прыжки: подпрыгивание на месте разными способами: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге; прыжки сериями по 20—30 прыжков (2—3 раза); прыжки с продвижением вперед на двух и на одной ноге, с ноги на ногу; через линии, невысокие предметы; прыжки в длину с места не менее 80—90 см; в длину с разбега; в высоту с разбега; через короткую скакалку, вращая ее вперед; на двух ногах, с междускоками, с ноги на ногу; через длинную скакалку (неподвижную, качающуюся).

Бросание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками; одной рукой; с хлопками и другими заданиями; перебрасывание мячей друг другу из разных исходных положений; через сетку; отбивание мяча об пол, об землю на месте и с продвижением вперед; прокатывание набивных мячей (весом 1 кг); метание мяча, мешочка с песком в горизонтальную и вертикальную цели (расстояние 3—4 м); метание вдаль правой и левой рукой как можно дальше.

Ползание и лазание: ползание на четвереньках по ограниченной поверхности; проползание под несколькими препятствиями; ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками; лазание по гимнастической стенке, лестнице вверх, вниз; лазание по веревочной лестнице; чередование ползания с другими видами движений.

Для развития равновесия и координации движений педагог проводит с детьми следующие общеразвивающие упражнения: — для рук и плечевого

пояса: поднимание, разведение, сгибание, выпрямление рук из разных положений; махи; вращения; выполнение движений одновременно двумя руками и поочередно; медленно, быстро; вращение кистями рук; разведение и сведение пальцев рук; — для туловища: повороты вправо, влево; наклоны вперед, в стороны, назад; подтягивание ног к груди; лежа на спине одновременное поднимание обеих ног и опускание их; движение ногами как при езде на велосипеде; группировка; перекаты; перевороты со спины на живот; лежа на животе, прогибание; — для ног: многократное поднимание на носки; сгибание, разгибание ног; махи вперед, в стороны, назад; выпады вперед, в сторону; сгибание, выпрямление, вращение стоп; сгибание пальцев ног с захватыванием мелких предметов. Общеразвивающие упражнения выполняются с использованием различных физкультурных пособий (шнуров, лент, обручей 115 разных размеров, гимнастических палок, мячей мелких и крупных, набивных — 0,5—1 кг, гимнастических скамеек, стенок и др.). Упражнения в построении и перестроении. Построение в колонну по одному, по два, в несколько колонн, кругов; перестроение из одной колонны в несколько, на месте, на ходу; повороты на месте налево, направо переступанием и в движении — на углах. Равнение в колонне на вытянутые руки вперед; в шеренге и в круге — на вытянутые руки в стороны.

Для мотивации детей к выполнению движений педагог использует разные приемы: соревновательные элементы, образные сравнения (бегаем как спортсмены, прыгаем, как смелые цирковые артисты и т.п.).

Подвижные игры: «Ловишки», «Затейники», «Дрессированные лошадки», «Кто скорее доберется до флажка», «Охотники и обезьяны», «Послушный шарик», «Охотники и зайцы», «Подвижная цель» (для развития гибкости); «Кто лучше прыгнет», «Из кружка в кружок», «Кто сделает меньше прыжков», «Пожарные на учении», «Брось за флажок» (для развития силы мышц); «Мышеловка», «Встречные перебежки», «Пятнашки», «Мяч капитану», «За мячом» (для развития выносливости); «Парный бег», «Сделай фигуру», «Белые медведи», «Совушка», «Быстрее по местам», «Ловишки-журавлики», «Не оставайся на полу», «Классы», «Прыжки со скакалкой», «Кто скорее», «Успей пробежать», «Попади в обруч» (для развития ловкости); «Мы веселые ребята», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Караси и щука», «День и ночь», «Бездомный заяц», «Два мороза» (для развития быстроты реакции).

Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Скольжение по ледяным дорожкам: скольжение после разбега.

Обучение спортивным играм.

Хоккей

Задачи обучения:

1. Познакомить детей с увлекательной игрой в хоккей, необходимым для неё инвентарем, достижениями русских хоккеистов. Вызвать интерес и желание научиться играть в хоккей;

2. Учить подбирать клюшку и держать её правильно; вести шайбу разными способами: стоя на месте, по кругу, вправо и влево, не отрывая её от клюшки, вокруг предмета и между ними (кегли, кубики и т.д.);

Бросать шайбу в ворота с места – расстояние 2-3 м., увеличивать силу броска и расстояние. Ударять по неподвижной шайбе с удобной для ребенка стороны. Забивать шайбу в ворота после ведения. Развивать точность, глазомер, быстроту, выносливость, координацию движений;

3. Обучать правилам безопасной игры, действиям вдвоем, втроем. Воспитывать выдержку, взаимопонимание.

Баскетбол *Задачи обучения:*

1. Познакомить с игрой в баскетбол, историей ее возникновения; учить простейшим видам парного взаимодействия;

2. Разучить элементы техники игры в баскетбол: стойка, ведение мяча на месте, в движении; бросок, ловля мяча; добиваться точности и качества в их выполнении;

3. Способствовать развитию координации движений, глазомера, быстроты, ловкости.

Футбол

Задачи обучения:

1. Познакомить дошкольников с игрой в футбол, историей ее возникновения.

2. Формировать простейшие технико-тактические действия с мячом: ведение, удар, передача мяча, обводка; разучить индивидуальную тактику.

3. Развивать координацию движений, выносливость, быстроту, ловкость.

Подвижные игры народов Урала.

- русские: «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки», «Заря зарница», «Птицелов», «Фанты»;

- башкирские: «Липкие пеньки», «Медный пень», «Палка-кидалка», «Стрелок», «Юрта»;

- татарские: «Жмурки», «Займи место», «Кто первый», «Кто дальше бросит?», «Мяч по кругу», «Перехватчики», «Продам горшки», «Серый волк», «Скок-перескок», «Спутанные кони», «Тимербай», «Хлопушки», «Ловишки»;

- удмуртские: «Водяной», «Догонялки», «Игра с платочком», «Охота на лося» «Раю – раю»;

- марийские: «Биляша», «Катание мяча»;

- чувашские: «Штаидерт», «Кто вперед возьмет флажок», «Тумадуй», «Хищник в море», «Луна или солнце».

Седьмой год жизни.

Содержание образовательной работы.

Ходьба: в колонне по одному, по два, четверками; в кругу, в шеренге; ходьба обычным, гимнастическим, скрестным шагом; приставными шагами вперед, в стороны, назад; в приседе; с выпадами; спиной вперед, сохраняя направление и равновесие; в разном темпе. Ходьба, сохраняя равновесие на уменьшенной, подвижной опоре.

Бег: выбрасывая прямые ноги вперед, забрасывая голени назад; с преодолением препятствий в естественных условиях; непрерывный бег 2—3 мин; в умеренном темпе 80—120 м (2—4 раза в чередовании с ходьбой); медленный бег на 400 м; быстрый бег 20 м (2—4 раза с перерывами); челночный бег 3—5х10 м; бег на скорость — 30 м, наперегонки, с ловлей и увертыванием.

Прыжки: подпрыгивания на месте разными способами — с поворотом кругом, смещая обе ноги вправо-влево; в сочетании с различными положениями и движениями рук; прыжки сериями по 20—30 прыжков (2—3 раза); боком вправо и влево; вверх из глубокого приседа; боком с опорой руками на предмет; прыжки в длину с места не менее 100 см; в длину с разбега, в высоту с разбега; через длинную скакалку (вращающуюся) и через короткую скакалку разными способами. Прыжки через большой обруч как через скакалку. Бросание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (10—15 раз подряд); одной рукой (5—6 раз подряд); с одновременным выполнением заданий (с хлопками и др.); перебрасывание мячей друг другу из разных исходных положений; через сетку; отбивание мяча об пол, о землю на месте и с продвижением вперед (6—8 раз); перекидывание набивных мячей весом 1 кг; метание в горизонтальную и вертикальную цели (расстояние 4—5 м), в движущуюся цель; метание вдаль правой и левой рукой не менее 5—8 м.

Ползание и лазание: ползание на животе, спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну. Влезание на лестницу и спуск с нее в разном темпе, сохраняя координацию движений, используя одноименный и разноименный способы лазания; лазание по веревочной лестнице.

Для дальнейшего развития равновесия и координации движений педагог проводит с детьми следующие общеразвивающие упражнения: — для рук и плечевого пояса: выполнение движений попеременно; однонаправленно и

разнонаправленно; в разных плоскостях. — для туловища: вращения из разных исходных положений; перевороты со спины на живот и обратно; лежа на животе, прогибание и приподнимание плеч, разводя руки в стороны. — для ног: удерживание под углом согнутой и прямой ноги; отведение, приведение ног; перенос веса тела с одной ноги на другую, в положении присев ноги врозь.

Упражнения в построении и перестроении. Построение в колонну по одному, по два, в несколько колонн; перестроение из одной шеренги в две; из одного круга — в два; остановка после ходьбы. Умение делать повороты во время движения на углах площадки.

Подвижные игры: «Перемени предмет», «Ловля обезьян», «Паучки», «Альпинисты», «Стоп», «Змейка» (на развитие гибкости); «С кочки на кочку», «Кто сильнее», «Десять передач», «Передал — садись» (для развития силы мышц); «Перенеси предметы», «Выставка картин», «Кузнечики», «Бегунки — прыгунки», «Перелет птиц» (на развитие выносливости); «Быстро возьми — быстро положи», «Ловишка, схвати ленту», «Кто скорее докатит обруч до флажка», «Удочка», «Кто самый меткий», «Забей в ворота», «Летающие тарелки» (на развитие ловкости); игры-эстафеты различного содержания «Догони свою пару», «Третий лишний», «Пустое место» (на развитие быстроты).

Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Скольжение по ледяным дорожкам: скольжение после разбега стоя.

Обучение спортивным играм.

Хоккей

Задачи обучения:

1. Разучить с детьми правила игры в хоккей, развивать умение действовать правильно, учить играть командами;
2. Учить вести шайбу клюшкой толчками; бросать шайбу после ведения, увеличивать скорость движения и расстояние до цели. Ударять по медленно скользящей шайбе справа и слева, развивать скоростно-силовые качества, глазомер;
3. Побуждать детей к самостоятельной организации игры.

Примечание: обучение элементам игры хоккей проводится без коньков.

Баскетбол

Задачи обучения:

1. Разучить правила игры, познакомить с площадкой, действиями защитников, нападающих;
2. Помочь детям в овладении основами игры, совершенствовать технику ведения, передачи, бросков мяча; формировать стремление достигать

положительных результатов; воспитывать целеустремленность, выдержку, уверенность, решительность в действиях;

3. Развивать точность, координацию движений, быстроту реакции, силу, глазомер.

Футбол

Задачи обучения:

1. Познакомить с правилами игры, игровым полем, разметкой;
2. Закрепить способы действий с мячом в футболе, учить их взаимодействовать с другими игроками, ориентируясь в игровом пространстве; совершенствовать моторику;
3. Формировать потребность и желание играть в футбол самостоятельно; развивать двигательную активность. .

Подвижные игры народов Урала.

- русские: «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки», «Заря зарница», «Птицелов», «Фанты»;
 - башкирские: «Липкие пеньки», «Медный пень», «Палка-кидалка», «Стрелок», «Юрта»;
 - татарские: «Жмурки», «Займи место», «Кто первый», «Кто дальше бросит?», «Мяч по кругу», «Перехватчики», «Продам горшки», «Серый волк», «Скок-перескок», «Спутанные кони», «Тимербай», «Хлопушки», «Ловишки»;
 - удмуртские: «Водяной», «Догонялки», «Игра с платочком», «Охота на лося» «Раю – раю»;
 - марийские: «Биляша», «Катание мяча»;
 - чувашские: «Штаидерт», «Кто вперед возьмет флажок», «Тумадуй», «Хищник в море», «Луна или солнце».
- + Азербайджанские игры ...

2.2. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Использование культурных практик в содержании образования вызвано объективной потребностью расширить социальные и практические компоненты содержания образования. Культурные практики ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах двигательной деятельности. В культурных практиках создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей.

К культурным практикам относятся: *игровая, познавательно-исследовательская деятельность и коммуникативная практика.*

Игровая деятельность. Дети осваивают разные виды игр: хороводные, подвижные, народные, спортивные, дидактические. В процессе игр формируются и закрепляются основные виды движений, происходит развитие физических качеств таких, как быстрота, ловкость, координация движений, а также нравственно-волевых качеств (смелость, находчивость, взаимовыручка, выдержка).

2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы.

Создание условий направленных на поддержку детской инициативности, соответствующих особенностям дошкольного возраста, предполагает:

- обеспечение эмоционального благополучия, через непосредственное общение с каждым ребенком, выражение чувства радости, своего отношения к ним;
- уважительное отношение к двигательным потребностям и интересам, к самовыражению культуры движений, к уверенности собственных возможностей;
- предоставление игрового пространства, времени для осуществления замыслов в сфере двигательной деятельности разной направленности; поощрение поиска вариативности двигательных действий, способов организации, более сложных игровых заданий, их комбинаций в подвижных играх, спортивных играх и упражнениях;
- привлечение детей к составлению программы спортивных досугов и праздников, их организации и проведению;
- оказание поддержки и помощи в решении выбора участников совместной двигательной деятельности, проблем игровых ситуаций, принятия выполнения более сложных правил взаимодействия двигательной активности.

2.4. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

Задачи психолого-педагогической поддержки семей и повышения компетентности родителей:

- оказывать родителям (законным представителям) дифференцированную психолого-педагогическую помощь в семейном воспитании детей, в том числе, по вопросам физического развития;
- способствовать повышению компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования детей, охраны и укрепления их физического и психического здоровья, развития их индивидуальных способностей;
- вовлекать родителей и других членов семей воспитанников непосредственно в образовательную деятельность Учреждения;
- поддерживать образовательные инициативы родителей в сфере физического развития детей.

В основу совместной деятельности заложены следующие **принципы**:

- единый подход к процессу воспитания ребёнка;
- открытость для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагога и родителей;
- дифференцированный подход к каждой семье;
- равно ответственность родителей и педагога.

Содержание взаимодействия с семьями воспитанников по физическому развитию.

Изучение семей воспитанников. Выявление готовности к сотрудничеству. Ознакомление с программами, реализуемыми в Учреждении. Повышение психолого-педагогической культуры и обогащение опыта по вопросам физического развития детей дошкольного возраста. Вовлечение родителей в образовательный процесс по физическому развитию детей дошкольного возраста. Информирование о ходе и результатах образовательной деятельности по физическому развитию, в том числе физкультурно-оздоровительной работы.

Формы и методы взаимодействия с семьями воспитанников.

- Индивидуальные беседы, консультации.
- Мастер-классы по обогащению родительского опыта в вопросах укрепления здоровья детей.
- Родительские собрания.
- Фотовыставки.
- Детско-родительские проекты.
- Совместная деятельность детей и родителей (спортивные развлечения, праздники, пешие походы).
- День Открытых Дверей, открытые просмотры образовательных мероприятий.
- Наглядная информация в уголках для родителей, а также рассылка в родительские чаты информационных брошюр.
- Публикации на сайте МАДОУ-детского сада №106 <https://106.tvoysadik.ru/>.

3. Организационный раздел.

3.1. Материально-техническое обеспечение рабочей программы

Зал №1

№ п/п	Наименование	Количество
1.	Лестница-стремянка двусторонняя	1
2.	Лестница двусторонняя двойная	1
3.	Доски на крючках	3
4.	Шест деревянный	1
5.	Шведская стенка	1
6.	Тренажеры	3
7.	Гимнастическая скамейка (высота 30 см.)	2
8.	Ветрячки	23
9.	Мячи надувные	6
10.	Набор в сумке: конусов и реек	1
11.	Бревно гимнастическое (мягкое)	1
12.	Кольцо для баскетбола	2
13.	Щит для метания	2
14.	Корзины металлические для мячей	2
15.	Стойка для оборудования (сборная)	1
16.	Сетка для волейбола	1
17.	Дорожка ортопедическая из дерева	1
18.	Мягкий модуль светофор	2
19.	Дорожка самодельная сборная из ковриков для гимнастики со следами рук и ног	1
20.	Дуги из дерева для подлезания	8
21.	Ходули	2
22.	Палки гимнастические, длинной (1.50м.)	3
23.	Палки гимнастические, средние (1м.)	7
24.	Палки гимнастические (по 60 см.)	23
25.	Батут на пружинах	2
26.	Шлем на голову	1
27.	Щитки футбольные на ноги	2
28.	Футбольные ворота моментальной установки	2

29.	Хоккейные ворота	1
30.	Хоккейные шайбы	19
31.	Хоккейные клюшки	19
32.	Тоннель	2
33.	Кони - прыгуны	2
34.	Обручи обтянутые камуфляжной тканью	1
35.	Обручи большие	4
36.	Обручи малые	20
37.	Конусы	17
38.	Мешочки из кожзаменителя с наполнителем (150гр.)	15
39.	Скакалки	30
40.	Кегли пластиковые с цифрами	21
41.	Кегли мягкие набор (6 кегль и 1 мяч)	1
42.	Кегли красные	14
43.	Шары для кегль	4
44.	Султанчики (самодельные)	42
45.	Флажки разноцветные	45
46.	Флажки большие красные	8
47.	Флажки большие красные	9
48.	Кубики крупные (разноцветные)	17
49.	Кубики для ОРУ (самодельные, разноцветные)	10
50.	Платочки красные	36
51.	Платочки разноцветные с рисунком	30
52.	Платочки (желтые, зеленые, красные)	5
53.	Платочки для игры «День и ночь» (белые – 16, черные – 15)	31
54.	Ленты на кольцах	49
55.	Канат (3-4 м.)	1
56.	Веревки для упражнений (40-50 см.)	8
57.	Мячи надувные	6
58.	Теннисные ракетки для большого тенниса	2
59.	Мячи для мягкого бассейна пластиковые	11
60.	Мячи большого тенниса	38

61.	Мячи настольного тенниса	3
62.	Мячи мягкие для метания	14
63.	Мячи малые резиновые	30
64.	Мячи разноцветные из кожзаменителя	2
65.	Мячи футбольные	3
66.	Мячи баскетбольные	1
67.	Мячи (прыгуны) для фитбол гимнастики	10
68.	Мячи большие для фитбол гимнастики	4
69.	Мячи без поддува резиновые	31
70.	Мяч волейбольный	1
71.	Набивные мячи (1кг.)	2
72.	Мячи средние с рисунком	4
73.	Мячи резиновые (розовые, сиреневые, оранжевые)	19
74.	Мяч из искусственного меха большой	5
75.	Мяч из искусственного меха средние	1
76.	Символы олимпиады 2014 (медведь, леопард, заяц)	3
77.	Рули из пенки	
78.	Серсо (самодельные)	3
79.	Серсо деревянный крестовой	1
80.	Надувные круги	4
81.	Игрушки мягкие (медведь розовый, медведь коричневый, заяц сумка, кролик механический, заяц розовый, заяц белый, лев, утенок, собака сумка, телепузик, змейка, чиж, лось, поросенок, микки Маус).	14
82.	Погремушки для ОРУ	30

Зал №2

№ п/п	Наименование	Количество
1.	Фишки напольные	11
2.	Обручи средние	7
3.	Обручи малые	9
4.	Коврики для фитнеса	19
5.	Гимнастическая скамейка (высота 20 см.)	1
6.	Дорожка ортопедическая цветная (пластик)	1

7.	Дуги из дерева для подлезания	4
8.	Мешочки из кожзаменителя с наполнителем (150гр.)	18
9.	Скакалки	20
10.	Канат (3-4 м.)	1
11.	Мячи для мягкого бассейна пластиковые	29
12.	Мячи средние с рисунком	4
13.	Мячи резиновые цветные с рисунком (230мм.)	4
14.	Мячи резиновые (розовые, желтые)	5
15.	Мячи резиновые (розовые, сиреневые, оранжевые)	14
16.	Мяч-массажер с шипами малый	1

Перечень оборудования на спортивной площадке №1		
№	Наименование	количество
1	Баскетбольные кольца	2
2	Гимнастическая стенка	1
3	Турник	3
4	Рукоход	1
5	Мишень (выносная)	2
6	Лабиринт	1

Перечень оборудования на спортивной площадке №2		
№	Наименование	количество
1	Баскетбольные кольца	2
2	Лабиринт	1
3	Бревно (бум)	1
4		

3.2. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения, воспитания.

Перечень методической литературы по ОО «Физическое развитие».

I. Физическое развитие:

1.1 Образовательная программа «Истоки».

1.2 Волосенко Н.Э. «Фитбол-гимнастика физического воспитания детей дошкольного возраста» - Детство-Пресс 2018г.

- 1.3 Голицина Н.С. «Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении» М. 2006 г.
- 1.4 Голицина Н.С., Шумова И.М. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей» - Скрипторий, 2007г.
- 1.5 Горбатенко О.Ф., Попова Г.П. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ: для старших дошкольников» - «Учитель», 2008г.
- 1.6 Зарецкая Н.В. «Танцы для детей среднего дошкольного возраста» - Айрис-Пресс, 2008 г.
- 1.7 Жданкина Е.Ф. «Корригирующая гимнастика в профилактике сколиоза у детей дошкольного возраста» - ГОУ ВПО УПИ, 2006г.
- 1.8 Жданкина Е.Ф. «Корригирующая гимнастика в профилактике осанки у детей дошкольного возраста» - ГОУ ВПО УПИ, 2006г.
- 1.9 Занозина А.Е., Гришанина С.Е. «Перспективное планирование физкультурных занятий с детьми 6-7 лет» - Линка-Пресс, 2008.
- 1.10 Картушина М.Ю. «Зеленый огонек здоровья. (старшая группа)» - Детство-Пресс, 2005г.
- 1.11 Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. «Развивающая педагогика оздоровления» - Линка-Пресс 2000г.
- 1.12 Моргунова О.Н. «Планы-конспекты НОД с детьми 2-7 лет в ДОУ, образовательная область «Физическая культура» - Воронеж, 2013г.
- 1.13 Мулаева Н.Б. «Конспекты- сценарии занятий по физической культуре для дошкольников» - Детство-Пресс, 2010г.
- 1.14 Николаева Н.И. «Школа мяча» - Детство-Пресс 2012г.
- 1.15 Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Младшая группа» - Мозаика-Синтез, 2014г.
- 1.16 Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Средняя группа» - Мозаика-Синтез, 2014г.
- 1.17 Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Старшая группа» - Мозаика-Синтез, 2014г.
- 1.18 Пензулаева Л.И. «Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа» - Мозаика-Синтез, 2014г.
- 1.19 Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду. Подготовительная к школе группа детского сада» - Мозаика-Синтез, 2011г.
- 1.20 Полтавцева Н.В., Гордова Н.А. «Физическая культура в дошкольном детстве» - Просвещение, 2006г.
- 1.21 Степаненкова Э.В. «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка» - Академия 2001г.
- 1.22 Хокинс Д., Пирсон А. «Школа мгновенной реакции, ловких движений, быстрых ног и сильных рук» - Издательство Астрель, 2010г.
- 1.23 Подольская Е.И. «Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет» - Учитель 2008г.
- 1.24 Рунова М.А. «Дифференцированные занятия по физической культуре с детьми 5-7 лет» - Просвещение, 2005г.

1.25 Сайкина Е.Г., Кузьмина С.В. «Фитбол-Аэробика для дошкольников «Танцы на мячах»» - Детство-Пресс 2018г.

1.26 Сулим Е.В. «Зимние занятия по физкультуре с детьми 5-7 лет» - Москва 2011г.

1.27 Тарасова Т.А. «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста» - ТЦ Сфера 2005г.

1.28 Токаева Т.Э. «Парная гимнастика 3-6 лет» - Учитель 2009г.

1.29 Харченко Т.Е. «Утренняя гимнастика в детском саду для детей 3-5 лет» - Мозаика-Синтез. 2008г.

1.30 Чевычелова Е.А. «Зрительная гимнастика для детей 2-7 лет» - Учитель 2013г.

II. Подвижные и спортивные игры.

2.1. Борисова М.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения» -М. 2016 2.2. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры которые лечат. Для детей от 3 до 5 лет» - М. 2010

2.3. Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры которые лечат. Для детей от 5 до 7 лет» - М. 2019

2.4. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. «Игры с элементами спорта для детей 3-4 лет» - М. 2004

2.5. Голованова А.С. «Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников» - С-П. 2007

2.6. Железнова Е.Ф. «150 эстафет для детей дошкольного возраста» - М. 2010

2.7. Железнова Е. Р. «Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников» - С-П. 2015

2.8. Левченко А.Н., Матысов В.Ф. «Игры которых не было» - М. 2007

2.9. Литвинова м.Ф. «Подвижные игры и игровые упражнения» -М. 2005

2.10. Меренцев г. «Самые веселые игры на улице» - М. 2010

2.11. Миняева Светлана «Подвижные игры дома и на улице» - М.2008

2.12. Пензулаева Л.И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3-5 лет» - М. 2011

2.13. Силантева С.В. «Подвижные игры на каждый день для укрепления здоровья детей» - С-П. 2012

2.14. Степоненко Э.Я. «Сборник подвижных игр для детей от 2-7 лет» - М. 2013 2.15. Сочеванова Е.А. «Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет» - С-П. 2008

2.16. Юрченко Е.М. «Вся жизнь ИГРА» -Новосибирск 2008

III. Активный отдых.

3.1. Бочарова Н.И. «туристические прогулки в детском саду» -М. 2004

3.2. Болонова Г.П., Болонова Н.А. «сценарии спортивно театрализованных праздников» - М. 2005

3.3. Зарецкая Н. «Сценарий праздников для детского сада» - М. 2007

3.4. Картушина М.Ю. «Сценарий оздоровительных досугов для детей 6-7 лет» - М. 2004

3.5. Картушина М.Ю. «Праздники здоровья для детей 3-4 лет. Сценарий для ДОУ» - М. 2008

3.6. Кирилов Ю.А. «Сценарий физкультурных досугов и спортивных праздников для детей массовых групп детского сада от 3-до 7 лет» - С-П. 2012

3.7. Кирилов Ю.А. «Навстречу олимпиаде. Физкультурные досуги для детей старшего дошкольного возраста» - С-П. 2014

3.8. Лысова В.Я., Яковлева Т.С. «Спортивные праздники и развлечения старший дошкольный возраст» - М. 2000

3.9. Луконина Н., Чардова Л. «Физкультурные праздники в детском саду» - М. 2007

3.10. Фомина Н.А. «Сказочный театр физической культуры» - Волгоград 2011

3.11. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Лечебно-профилактический танец «ФИТНЕС-ДАНС»» - С-П. 2010

3.12. Харченко Т.Е. «Спортивный праздник в детском саду» - М. 2013

3.13. Щербаков А. П. «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении» М. 1999

3.3. Модель организации образовательного процесса

План непрерывной образовательной деятельности по реализации
Программы по физическому развитию

Дни недели	Время/ возрастные группы	
Понедельник	9.00 – 9. 20	Средняя группа №1
	9.35 – 10.00	Старшая группа №4
	11.45 – 12.15	Подготовительная группа №3 (улица)
	15.15 – 15.45	Подготовительная группа №2
Вторник	9.00 – 9. 15	Младшая группа №6
	9.30 – 9.45	Младшая группа №7
	9.55– 10.20	Старшая группа №8
	15.15 – 15.45	Подготовительная группа №3
Среда	9.00 - 9.15	Младшая группа №6
	9.30 - 9.50	Средняя группа №1
	11.50 – 12.15	Старшая группа №8 (улица)
	15.15 – 15.45	Подготовительная группа №7
Четверг	9.00 – 9.20	Средняя группа №1
	9.35 – 10.00	Старшая группа №4
	11.45 – 12.15	Подготовительная группа №2 (улица)

Пятница	9.00 - 9.15	Младшая группа №6
	9.25 - 9.40	Младшая группа №7
	9.50-10.15	Старшая группа №5

3.4. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Годовой план график вариативных форм активного отдыха

2022/2023 учебный год

Месяц	Тема недели	Направления воспитательной работы	Возрастная группа
Сентябрь	День знаний	Духовно-нравственное	Все группы
	«Кросс Нации»	Физкультурно-оздоровительное	Старший дошкольный возраст
Октябрь	«Мой веселый мяч»	Физкультурно-оздоровительное	Младший дошкольный возраст
	«Золотая осень»	Физкультурно-оздоровительное	Старший дошкольный возраст
Ноябрь	«Подвижные игры народов мира»	Физкультурно-оздоровительное	Все группы
Декабрь	«Хоккей – командная игра»	Физкультурно-оздоровительное	Старший дошкольный возраст
	«Катерина-Санница»	Духовно-нравственное	Все группы
Февраль	«Лыжня России»	Патриотическое	Старший дошкольный возраст
	«Будем Родине служить»	Патриотическое	Все группы
Апрель	«Спорт нам поможет здоровье умножить»	Физкультурно-оздоровительное	Все группы
Май	Мама, папа я – дружная семья	Духовно-нравственное	Все группы
Июнь	Здравствуй, лето	Духовно-нравственное	Все группы
Август	«Веселые старты»	Физкультурно-оздоровительное	Все группы

3.5. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Среда развития ребенка – это пространство его жизнедеятельности, это те условия, в которых протекает жизнь дошкольного детства.

Развивающая предметная среда – система материальных объектов, функционально-моделирующая содержание, создающая условия для деятельности ребенка, обеспечивающая зону ближайшего развития и ее перспективу.

Таким образом, в дошкольном учреждении должна быть создана развивающая предметно-пространственная среда в соответствии с направлениями развития ребенка образовательной области «Физическое развитие».

Следовательно, для двигательной деятельности необходимо:

- ✓ наличие физкультурного зала и спортивной площадки;
- ✓ игрового пространства в групповых комнатах и на игровых площадках;
- ✓ условное зонирование для подвижных игр, спортивных игр и упражнений, для «полосы препятствий», беговых дорожек;
- ✓ оснащение спортивным оборудованием (стационарным и переносным), инвентарем, пособиями и атрибутами;
- ✓ достаточное их количество и разнообразие;
- ✓ соответствие возрастным возможностям детей, их потребностям и интересам;
- ✓ обеспечение безопасности мест расположения, размещения, хранения и пользование оборудование, пособий.

Все это позволит ребенку:

- приобретать опыт двигательной деятельности, овладевая основными движениями, подвижными играми, спортивными играми и упражнениями;
- формировать саморегуляцию в двигательной сфере и осваивать ценности здорового образа жизни.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575791

Владелец Баранова Юлия Александровна

Действителен с 02.03.2022 по 02.03.2023