



Департамент образования администрации города Нижнего Новгорода

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 432»
(МБДОУ «Детский сад № 432»)

ПРИНЯТА
на Педагогическом совете
протокол от 24.08.2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад №
432» от 28.08.2023 № 91/1
Крюк В.Г. _____

**Рабочая программа
инструктора по физической культуре
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад № 432»**

Разработал:
инструктор
по физической культуре:
Сочнева И.М.

город Нижний Новгород
2023 год

Содержание

1.	Целевой раздел	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1.	Цели и задачи реализации Программы	3
1.1.2.	Принципы и подходы к формированию Программы	3
1.1.3.	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенности развития детей раннего и дошкольного возраста	4
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	5
2.	Содержательный раздел	9
2.1.	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка. Образовательная область «Физическое развитие»	9
2.2.	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы. Образовательная область «Физическое развитие»	19
2.3.	Особенности организации двигательной деятельности обучающихся	32
2.4.	Способы и направления поддержки детско инициативы	32
2.5.	Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников	35
2.6.	Иные характеристики содержания Программы Направления деятельности инструктора по физической культуре	36
3.	Организационный раздел	38
3.1.	Описание материально-технического обеспечения Программы	38
3.2.	Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	38
3.3.	Распорядок и режим дня	42
3.4.	Учебный план	43
3.5.	Календарный учебный график	45
3.6.	Комплексно - тематическое планирование	46
3.7.	Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	46
3.8.	Особенности организации развивающей предметно - пространственной среды	47

I. Целевой раздел рабочей программы

Пояснительная записка

Рабочая программа инструктора по физической культуре (далее – Программа) по реализации Образовательной программой дошкольного образования Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 432» (далее – Учреждение) разработана в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»,
- На основе ФООП ДО (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении Федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847),
- и другими действующими нормативными документами в сфере образования.

1.2. Цели и задачи реализации программы

Цели Программы - создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком раннего и дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности воспитанников.

Задачи:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период раннего и дошкольного детства независимо от пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических особенностей;
- обеспечение преемственности основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования;
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными возможностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с 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 воспитанников, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Принципы и подходы к формированию Программы

Программа разработана на основе Конституции, законодательства РФ и с учетом Конвенции о правах ребенка, в основе которых заложены следующие **международные принципы**:

1. Поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека; самоценность детства - понимание детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду.
2. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых

(родителей (законных представителей), педагогических работников ДОО и детей).

3. Уважение личности ребенка.

4. Реализация Программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности.

Программа сформулирована в соответствии с основными **принципами дошкольного образования:**

1. Принцип полноценного проживания ребенком дошкольного возраста, обогащение детского развития.

2. Принцип развивающего образования.

3. Принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание Программы соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики).

4. Принцип построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования.

5. Принцип содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.

6. Принцип поддержки инициативы детей в различных видах деятельности.

7. Принцип сотрудничества с семьей.

8. Принцип культуросообразности, учет национальных ценностей и традиций в образовании, приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.

9. Принцип формирования познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности.

10. Принцип возрастной адекватности дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).

11. Комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса.

12. Принцип учета интеграции образовательных областей.

В основу Программы положены **методологические подходы:**

- **Личностно-ориентированный подход** предусматривает организацию образовательного процесса с учетом того, что развитие личности ребенка является главным критерием его эффективности. Механизм реализации личностно-ориентированного подхода - создание условий для развития личности на основе изучения ее задатков, способностей, интересов, склонностей с учетом признания уникальности личности, ее интеллектуальной и нравственной свободы, права на уважение.

- **Индивидуальный подход** составляет гибкое использование педагогом различных форм и методов воспитания по отношению к каждому ребенку. Индивидуальный подход необходим каждому ребенку, т.к. помогает ему осознать свою индивидуальность, научиться управлять своим поведением, эмоциями, адекватно оценивать собственные сильные и слабые стороны.

- **Компетентностный подход**, в котором основным результатом образовательной деятельности становится формирование готовности воспитанников самостоятельно действовать в ходе решения актуальных задач.

- **Диалогический подход**, предусматривающий становление личности, развитие его творческих возможностей, самосовершенствование в условиях равноправных взаимоотношений с другими людьми, построенных по принципу диалога, субъект-субъектных отношений.

- **Средовой подход**, предусматривающий использование возможностей развивающей предметно-пространственной среды образовательного учреждения в воспитании и развитии личности ребенка.

Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенности развития детей раннего и дошкольного возраста

При разработке программы учитывались следующие значимые характеристики:

географическое месторасположение; информация об Учреждении; социокультурная среда; характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста.

Географическое месторасположение: Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 4» расположено в Автозаводском районе города Нижнего Новгорода (микрорайон Соцгород). Автозаводский район города Нижнего Новгорода расположен в заречной части города, является самым большим по численности населения районом города. Климат умеренно-континентальный.

Характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста **Возрастные особенности детей в возрасте от 4 до 5 лет:**

Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - стр. 248 - 250.

Возрастные особенности детей в возрасте от 5 до 6 лет:

Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - стр. 250 - 252.

Возрастные особенности детей в возрасте от 6 до 7 лет:

Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - стр. 252 - 254.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

Средняя группа (4 - 5 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:
- сформировано представление о частях тела и органах чувств человека, их значении для жизни и здоровья человека
- формируется потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов
- имеет представления о здоровом образе жизни (о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания); устанавливает связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием
Физическая культура:
- ходит и бежит с согласованными движениями рук и ног; бежит легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком
- ползает, пролезает, подлезает, перелезает через предметы; перелезает с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево)
- энергично отталкивается и правильно приземляется в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед; в прыжках в длину и высоту с места сочетает отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохраняет равновесие
- развивается умение прыгать через короткую скакалку
- принимает правильное исходное положение при метании; отбивает мяч о землю правой и левой рукой, бросает и ловит его кистями рук (не прижимая к груди)
- проявляет активность в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.
- проявляет самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр
- выполняет действия по сигналу
- в соответствии с возрастом развиты быстрота, сила, ловкость, пространственная ориентировка
Обучение плаванию:
- ориентируется в воде с открытыми глазами

- лежит на груди (на воде)
- лежит на спине (на воде)
- плавает с доской при помощи движений ног способом кроль на груди

Старшая группа (5 - 6 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:
- имеет представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма; в том числе об индивидуальных особенностях здоровья
- имеет представления о составляющих здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье; проявляет интерес к физической культуре и спорту, желание заниматься ими
- знаком с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке
Физическая культура:
- сформировано умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры; бегать наперегонки, с преодолением препятствий
- лазает по гимнастической стенке, меняя темп
- прыгает в длину, в высоту с разбега, правильно разбегается, отталкивается и приземляется в зависимости от вида прыжка
- сочетает замах с броском при метании, подбрасывает и ловит мяч одной рукой, отбивает его правой и левой рукой на месте и ведет при ходьбе
- владеет элементами спортивных игр, игр с элементами соревнования, игр-эстафет
- самостоятельно организует знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество
Обучение плаванию:
- скользит на груди (на воде)
- скользит на спине (на воде)
- плавает с пенопластовой доской при помощи движений ног способом кроль на груди
- плавает произвольным способом

Подготовительная группа (6 - 7 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:
- имеет представления о рациональном питании; о значении двигательной активности в жизни человека; об активном отдыхе; о пользе закаливающих процедур
Физическая культура:
- сохраняет правильную осанку в различных видах деятельности
- соблюдает заданный темп в ходьбе и беге
- сочетает разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега
- выполняет активное движение кисти руки при броске
- перелезает с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали
- быстро перестраивается на месте и во время движения, равняется в колонне, шеренге, кругу; выполняет упражнения ритмично, в указанном темпе
- самостоятельно организует подвижные игры, придумывает собственные игры, варианты игр, комбинирует движения
- проявляет интерес к физической культуре и спорту
Обучение плаванию:
- выполняет упражнение «Торпеда» на груди и спине
- плавает кролем на груди в полной координации
- плавает кролем на спине в полной координации
- плавает произвольным способом

Проведение индивидуального учета результатов освоения обучающимися Программы Педагогическая диагностика.

Инструктор по физической культуре проводит педагогическую диагностику результатов освоения обучающимися Образовательной программы дошкольного образования Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 432» (образовательная область «Физическое развитие»), основанной на методе наблюдения.

Результаты наблюдения отражаются в «Картах индивидуального учета результатов освоения обучающимися Основной образовательной программы дошкольного образования Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 432» (далее - Карта), где также указываются рекомендации по выстраиванию индивидуальной траектории развития каждого ребенка по всем возрастным группам.

Оценка результатов освоения Образовательной программы дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 432» проводится инструктором по физической культуре ежегодно 1 раз в год (3-4 неделя апреля).

Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его индивидуальной образовательной траектории),
- оптимизации работы с группой детей.

Диагностика физической подготовленности детей позволяет выявить уровень развития движений и физических качеств ребенка и соответствие их возрастным нормам.

На основании результатов тестирования изучаются особенности моторного развития детей, разрабатываются необходимые средства и методы их физического воспитания, раскрываются неравномерности в развитии двигательных функций. Это дает возможность установить причины отставания или опережения в усвоении программы, наметить педагогические приемы, способствующие оптимизации двигательной активности детей в условиях дошкольного учреждения.

Возрастно-половые показатели развития двигательных качеств у дошкольников

Виды движений	Возраст детей (годы)							
	4 года		5 лет		6 лет		7 лет	
	Дев.	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.	Мал.
Бег 30 м. (сек.)	10.7-8.7	10.5-8.8	9.8-8.3	9.2-7.9	7.8-7.5	7.8-7.0	7.2-6.1	7.2-6.0
Челночный бег 10м.х3			12.9-11.1с	12.8-11.1	11.3-10.0	11.2-9.9	10.0-9.9	9.8-9.5
Прыжки через скакалку			2-5раз	1-3	3-20	3-15	15-45	7-21
Прыжок в длину с места (см.)	60-88	64-92	77-103	82-107	92-121	95-132	97-129	112-140
Бросок набивного мяча (1кг)	110-190 см	125-205	140-230	165-260	175-300	215-300	220-350	270-400
Метание теннисного мяча (м)	2-6	3-7	4-9	5-9	6-10	7-12	8-11	11-15
Наклон туловища вперед на скамейке	3-7	1-4	4-8	2-7	4-8	3-6	4-8	3-7
Подъем из положения лежа на спине (раз)	4-14	6-15	10-15	11-17	11-20	12-25	14-28	15-30
Бег без учета времени (м)	100	100	200	200	300	300	1000	1000
Равновесие Стойка на	5.2-8.1	3.3-5.1	15-28	12-20	30-40	25-35	45-60	35-42

одной ногое (сек)								
----------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

Данные, приведенные в таблице, сводные и взяты из методических рекомендаций «Контроль физического состояния детей дошкольного возраста» под редакцией Т.А.Тарасовой ТЦ «Сфера» М – 2006.

2. Содержательный раздел

Описание образовательной деятельности.

Образовательная область «Физическое развитие»

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.).

Основные цели и задачи: Образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - с.131

Содержание психолого-педагогической работы:

Средняя группа (4-5 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - с.132-133.

Физическая культура: Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - с.135-136.

Старшая группа (5-6 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - с.133.

Физическая культура: Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - с.136.

Подготовительная к школе группа (6-7 лет)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - с.133-134.

Физическая культура: Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - с.137.

Возрастная группа	Организованная образовательная деятельность		Образовательная деятельность в ходе режимных моментов и самостоятельная деятельность детей/ Методическое обеспечение
Развитие движений			
4 - 5 лет	-	<p>Беседа И.М.Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников». Для работы с детьми 2-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. - с.52-62.</p> <p>Детская художественная литература по теме «Здоровый образ жизни» И.М.Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников». Для работы с детьми 2-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. - с.89-90.</p> <p>Проблемные ситуации И.М.Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников». Для работы с детьми 2-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. - с.90-91.</p>	
5 - 6 лет	-	<p>Беседа И.М.Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников». Для работы с детьми 2-7 лет.- М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. - с.52-62.</p> <p>Детская художественная литература по теме «Здоровый образ жизни» И.М.Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников». Для работы с детьми 2-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. - с.89-90.</p> <p>Проблемные ситуации И.М.Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников». Для работы с детьми 2-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. - с.90-91.</p>	
6 - 7 лет	-	<p>Беседа И.М.Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников». Для работы с детьми 2-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. -с.52-62.</p> <p>Детская художественная литература по теме «Здоровый образ жизни»</p>	
		<p>И.М.Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников». Для работы с детьми 2-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. - с.89-90</p> <p>Проблемные ситуации И.М.Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников». Для работы с детьми 2-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. - с.90-91.</p>	
Физическая культура			
4 - 5 лет	Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». Средняя группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. Физическая культура в помещении (из расчета 2 занятия в неделю; всего 72 занятия в год).		Подвижные игры: Э.Я.Степаненкова «Сборник подвижных игр». – М.: Мозаика-Синтез, 2015. - с.50-70. М.М.Борисова
	СЕНТЯБРЬ Занятие № 1 (1) - с.19-20	Занятие № 37 (19) - с.61-62 Занятие № 38 (20) - с.62	

	<p>Занятие № 2 (2) - с.20 Занятие № 3 (4) - с.21-22 Занятие № 4 (5) - с.23 Занятие № 5 (7) - с.24-25 Занятие № 6 (8) - с.25 Занятие № 7 (10) - с.26-28 Занятие № 8 (11) - с.28-29 ОКТАБРЬ Занятие № 9 (13) - с.30-32 Занятие № 10 (14) - с.32 Занятие № 11 (16) - с.33-34 Занятие № 12 (17) - с.34 Занятие № 13 (19) - с.35 Занятие № 14 (20) - с.35-36 Занятие № 15 (22) - с.36-37 Занятие № 16 (23) - с.37-38 НОЯБРЬ Занятие № 17 (25) - с.39-40 Занятие № 18 (26) - с.40 Занятие № 19 (28) - с.41-42 Занятие № 20 (29) - с.42 Занятие № 21 (31) - с.43-44 Занятие № 22 (32) - с.44 Занятие № 23 (34) - с.45-46 Занятие № 24 (35) - с.46 ДЕКАБРЬ Занятие № 25 (1) - с.48-49 Занятие № 26 (2) - с.49 Занятие № 27 (4) - с.50-51 Занятие № 28 (5) - с.51 Занятие № 29 (7) - с.52-53 Занятие № 30 (8) - с.54 Занятие № 31 (10) - с.54-56 Занятие № 32 (11) - с.56 ЯНВАРЬ Занятие № 33 (13) - с.57-58 Занятие № 34 (14) - с.58-59 Занятие № 35 (16) - с.59-60 Занятие № 36 (17) - с.60</p>	<p>Занятие № 39 (22) - с.63-64 Занятие № 40 (23) - с.64 ФЕВРАЛЬ Занятие № 41 (25) - с.65-66 Занятие № 42 (26) - с.66 Занятие № 43 (28) - с.67-68 Занятие № 44 (29) - с.68 Занятие № 45 (31) - с.69-70 Занятие № 46 (32) - с.70 Занятие № 47 (34) - с.70-71 Занятие № 48 (35) - с.71-72 МАРТ Занятие № 49 (1) - с.72-73 Занятие № 50 (2) - с.73-36 Занятие № 51 (4) - с.74-75 Занятие № 52 (5) - с.75-76 Занятие № 53 (7) - с.76-77 Занятие № 54 (8) - с.77 Занятие № 55 (10) - с.78 Занятие № 56 (11) - с.79 АПРЕЛЬ Занятие № 57 (13) - с.80-81 Занятие № 58 (14) - с.81 Занятие № 59 (16) - с.82-83 Занятие № 60 (17) - с.83 Занятие № 61 (19) - с.84-85 Занятие № 62 (20) - с.85 Занятие № 63 (22) - с.86 Занятие № 64 (23) - с.87 МАЙ Занятие № 65 (25) - с.88-89 Занятие № 66 (26) - с.89 Занятие № 67 (28) - с.89-90 Занятие № 68 (29) - с.90 Занятие № 69 (31) - с.91-92 Занятие № 70 (32) - с.92 Занятие № 71 (34) - с.92-93 Занятие № 72 (35) - с.93</p>	<p>«Малоподвижные игры и игровые упражнения». – М.: Мозаика - Синтез, 2015 (игры для детей 4 – 5 лет). Утренняя гимнастика: Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3 – 7 лет». – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – с.32-61. Физкультминутки: В.И.Ковалько «Азбука физкультминуток для дошкольников». – М.: Вако, 2005. Гимнастика после сна Т.Е.Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников». - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2019. – с.17-35 Спортивные праздники и развлечения В.Я. Лысова «Спортивные праздники и развлечения для дошкольников». Младший и средний дошкольный возраст. - М.: Аркти, 2000.</p>
<p>4 – 5 лет</p>	<p>А.А.Чеменева, Т.В.Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» - СПб., ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011. Обучение плаванию (из расчета 1 занятие в неделю; всего 36 занятий в год).</p> <p>СЕНТЯБРЬ Занятие №1 (1) - разминка на суше: с.177 - 178 Занятие №2 (2) - разминка на суше: с.179 - 180 Занятие №3 (3) - разминка на суше: с.181 - 182 Занятие №4 (4) - разминка на суше: с.183 – 184 ОКТАБРЬ Занятие №5 (1) - с.177 Занятие №6 (1) - с.177 Занятие №7 (2) - с.178 Занятие №8 (2) - с.178 НОЯБРЬ</p>	<p>ЯНВАРЬ Занятие №17 (7) - с.188 Занятие №18 (7) - с.188 Занятие №19 (8) - с.190 Занятие №20 (8) - с.190 ФЕВРАЛЬ Занятие №21 (9) - с.192 Занятие №22 (9) - с.192 Занятие №23 (10) - с.194 Занятие №24 (10) - с.194 МАРТ Занятие №25 (11) - с.196 Занятие №26 (11) - с.196 Занятие №27 (12) - с.198 Занятие №28 (12) - с.198</p>	

	<p>Занятие №9 (3) - с.180 Занятие №10 (3) - с.180 Занятие №11 (4) - с.182 Занятие №12 (4) - с.182 ДЕКАБРЬ Занятие №13 (5) - с.184 Занятие №14 (5) - с.184 Занятие №15 (6) - с.186 Занятие №16 (6) - с.186</p>	<p>АПРЕЛЬ Занятие №29 (13) - с.200 Занятие №30 (13) - с.200 Занятие №31 (14) - с.202 Занятие №32 (14) - с.202 МАЙ Занятие №33 (15) - с.204 Занятие №34 (15) - с.204 Занятие №35 (16) - с.206 Занятие №36 (16) - с.206</p>	
5 - 6 лет	<p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». Старшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. Физическая культура в помещении (из расчета 1 занятие в неделю; всего 36 занятий в год).</p>	<p>Занятие № 19 (19) - с.63-64 Занятие № 20 (22) - с.65-66 ФЕВРАЛЬ Занятие № 21 (25) - с.68-69 Занятие № 22 (28) - с.70-71 Занятие № 23 (31) - с.71-72 Занятие № 24 (34) - с.73-74 МАРТ Занятие № 25 (1) - с.76-77 Занятие № 26 (4) - с.79-80 Занятие № 27 (7) - с.81-82 Занятие № 28 (10) - с.83-84 АПРЕЛЬ Занятие № 29 (13) - с.86-87 Занятие № 30 (16) - с.88-89 Занятие № 31 (19) - с.89-91 Занятие № 32 (22) - с.91-93 МАЙ Занятие № 33 (25) - с.94-95 Занятие № 34 (28) - с.96-97 Занятие № 35 (31) - с.98-99 Занятие № 36 (34) - с.100-101</p>	<p>Подвижные игры: Э.Я.Степаненкова «Сборник подвижных игр». – М.: Мозаика-Синтез, 2015. - с.71-119. М.М.Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения». – М.: Мозаика-Синтез, 2015 (игры для детей 5 – 6 лет). Утренняя гимнастика: Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3 – 7 лет». – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – с.62-94. Физкультминутки: В.И.Ковалько «Азбука физкультминуток для дошкольников». – М.: Вако, 2005. Гимнастика после сна Т.Е.Харченко «Бодрая гимнастика для дошкольников». - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2019. – с.36-47 Спортивные праздники и развлечения: В.Я. Лысова «Спортивные праздники и развлечения для дошкольников». Старший дошкольный возраст. - М.: Аркти, 2000.</p>
5 - 6 лет	<p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». Старшая группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. Физическая культура на воздухе (из расчета 1 занятие в неделю; всего 36 занятий в год).</p>	<p>Занятие № 19 (21) - с.65 Занятие № 20 (24) - с.66-67 ФЕВРАЛЬ Занятие № 21 (27) - с.69-70 Занятие № 22 (30) - с.71 Занятие № 23 (33) - с.73 Занятие № 24 (36) - с.75 МАРТ Занятие № 25 (3) - с.78-79 Занятие № 26 (6) - с.80-81 Занятие № 27 (9) - с.83 Занятие № 28 (12) - с.85 АПРЕЛЬ Занятие № 29 (15) - с.87 Занятие № 30 (18) - с.89 Занятие № 31 (21) - с.91 Занятие № 32 (24) - с.93-94</p>	

	<p>Занятие № 14 (6) - с.52-53 Занятие № 15 (9) - с.54-55 Занятие № 16 (12) - с.57-58 ЯНВАРЬ Занятие № 17 (15) - с.61 Занятие № 18 (18) - с.63</p>	<p>МАЙ Занятие № 33 (27) - с.96 Занятие № 34 (30) - с.97-98 Занятие № 35 (33) - с.99-100 Занятие № 36 (36) - с.101-102</p>	
5 – 6 лет	<p>А.А.Чеменева, Т.В.Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» - СПб., ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011. Обучение плаванию (из расчета 1 занятие в неделю; всего 36 занятий в год).</p>		
	<p>СЕНТЯБРЬ Занятие №1 (1) - разминка на суше: с.208 - 209 Занятие №2 (2) - разминка на суше: с.210 - 212 Занятие №3 (3) - разминка на суше: с.213 - 214 Занятие №4 (4) - разминка на суше: с.215 – 217 ОКТЯБРЬ Занятие №5 (1) - с.208 Занятие №6 (1) - с.208 Занятие №7 (2) - с.210 Занятие №8 (2) - с.210 НОЯБРЬ Занятие №9 (3) - с.213 Занятие №10 (3) - с.213 Занятие №11 (4) - с.215 Занятие №12 (4) - с.215 ДЕКАБРЬ Занятие №13 (5) - с.217 Занятие №14 (5) - с.217 Занятие №15 (6) - с.220 Занятие №16 (6) - с.220</p>	<p>ЯНВАРЬ Занятие №17 (7) - с.222 Занятие №18 (7) - с.222 Занятие №19 (8) - с.224 Занятие №20 (8) - с.224 ФЕВРАЛЬ Занятие №21 (9) - с.226 Занятие №22 (9) - с.226 Занятие №23 (10) - с.229 Занятие №24 (10) - с.229 МАРТ Занятие №25 (11) - с.231 Занятие №26 (11) - с.231 Занятие №27 (12) - с.233 Занятие №28 (12) - с.233 АПРЕЛЬ Занятие №29 (13) - с.235 Занятие №30 (13) - с.235 Занятие №31 (14) - с.237 Занятие №32 (14) - с.237 МАЙ Занятие №33 (15) - с.239 Занятие №34 (15) - с.239 Занятие №35 (16) - с.241 Занятие №36 (16) - с.241</p>	
6 -7 лет	<p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». Подготовительная к школе группа. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. Физическая культура в помещении (из расчета 1 занятие в неделю; всего 36 занятий в год)</p>		<p>Подвижные игры: Э.Я.Степаненкова «Сборник подвижных игр». – М.: Мозаика-Синтез, 2015. - с.120-142. М.М.Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения». – М.: Мозаика-Синтез, 2015 (игры для детей 6 – 7 лет). Утренняя гимнастика: Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3 – 7 лет». – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. – с.95-125. Физкультминутки: В.И.Ковалько «Азбука физкультминуток для дошкольников». – М.: Вако, 2005.</p>
	<p>СЕНТЯБРЬ Занятие № 1 (1) - с.9-10 Занятие № 2 (4) - с.11-13 Занятие № 3 (7) - с.15-16 Занятие № 4 (10) - с.16-17 ОКТЯБРЬ Занятие № 5 (13) - с.20-21 Занятие № 6 (16) - с.22-23 Занятие № 7 (19) - с.24-25 Занятие № 8 (22) - с.27-28 НОЯБРЬ Занятие № 9 (25) - с.29-32 Занятие № 10 (28) - с.32-34 Занятие № 11 (31) - с.34-36 Занятие № 12 (34) - с.37-38 ДЕКАБРЬ Занятие № 13 (1) - с.40-41 Занятие № 14 (4) - с.42-43</p>	<p>Занятие № 19 (19) - с.54-56 Занятие № 20 (22) - с.57-58 ФЕВРАЛЬ Занятие № 21 (25) - с.59-60 Занятие № 22 (28) - с.61-62 Занятие № 23 (31) - с.63-64 Занятие № 24 (34) - с.65-66 МАРТ Занятие № 25 (1) - с.72-73 Занятие № 26 (4) - с.74-75 Занятие № 27 (7) - с.76-78 Занятие № 28 (10) - с.79-80 АПРЕЛЬ Занятие № 29 (13) - с.81-82 Занятие № 30 (16) - с.83 Занятие № 31 (19) - с.84-86 Занятие № 32 (22) - с.87-88 МАЙ</p>	

	<p>Занятие № 15 (7) - с.45-46 Занятие № 16 (10) - с.47-48 ЯНВАРЬ Занятие № 17 (13) - с.49-51 Занятие № 18 (16) - с.52-53</p>	<p>Занятие № 33 (25) - с.88-89 Занятие № 34 (28) - с.90-91 Занятие № 35 (31) - с.92-93 Занятие № 36 (34) - с.95-96</p>	<p>Гимнастика после сна Т.Е.Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников». - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2019.</p> <p>Спортивные праздники и развлечения В.Я. Лысова «Спортивные праздники и развлечения для дошкольников». Старший дошкольный возраст. - М.: Аркти, 2000.</p>
6 - 7 лет	<p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». Подготовительная к школе группа. - М., МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.</p> <p>Физическая культура на воздухе (из расчета 1 занятие в неделю; всего 36 занятий в год).</p>	<p>Занятие № 19 (7л.п.) – с.69 / (21) - с.56 Занятие № 20 (8л.п.) – с.69 / (24) - с.58 ФЕВРАЛЬ (л.п.- лыжная подготовка / или в зависимости от погодных условий обычное занятие по ФК на воздухе) Занятие № 21 (9л.п.) – с.69 / (27) - с.60-61 Занятие № 22 (10л.п.) – с.69 / (30) - с.62-63 Занятие № 23 (9л.п.) – с.69 (33) - с.64-65 Занятие № 24 (10л.п.) – с.69 / (36) - с.66 МАРТ Занятие № 25 (3) - с.78-79 Занятие № 26 (6) - с.80-81 Занятие № 27 (9) - с.83 Занятие № 28 (12) - с.85 АПРЕЛЬ Занятие № 29 (15) - с.87 Занятие № 30 (18) - с.89 Занятие № 31 (21) - с.91 Занятие № 32 (24) - с.93-94 МАЙ Занятие № 33 (27) - с.96 Занятие № 34 (30) - с.97-98 Занятие № 35 (33) - с.99-100 Занятие № 36 (36) - с.101-102</p>	
6 - 7 лет	<p>А.А.Чеменева, Т.В.Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» - СПб., ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011.</p> <p>Обучение плаванию (из расчета 1 занятие в неделю; всего 36 занятий в год).</p>	<p>ЯНВАРЬ Занятие №17 (7) - с.256 Занятие №18 (7) - с.256 Занятие №19 (8) - с.258 Занятие №20 (8) - с.258 ФЕВРАЛЬ Занятие №21 (9) - с.260</p>	
	<p>СЕНТЯБРЬ Занятие №1 (1) - разминка на суше: с.243 - 244 Занятие №2 (2) - разминка на суше: с.245 - 246 Занятие №3 (3) - разминка на суше: с.247 - 248</p>		

<p>Занятие №4 (4) - разминка на суше: с.249 – 251</p> <p>ОКТАБРЬ</p> <p>Занятие №5 (1) - с.242</p> <p>Занятие №6 (1) - с.242</p> <p>Занятие №7 (2) - с.245</p> <p>Занятие №8 (2) - с.245</p> <p>НОЯБРЬ</p> <p>Занятие №9 (3) - с.247</p> <p>Занятие №10 (3) - с.247</p> <p>Занятие №11 (4) - с.249</p> <p>Занятие №12 (4) - с.249</p> <p>ДЕКАБРЬ</p> <p>Занятие №13 (5) - с.252</p> <p>Занятие №14 (5) - с.252</p> <p>Занятие №15 (6) - с.254</p> <p>Занятие №16 (6) - с.254</p>	<p>Занятие №22 (9) - с.260</p> <p>Занятие №23 (10) - с.263</p> <p>Занятие №24 (10) - с.263</p> <p>МАРТ</p> <p>Занятие №25 (11) - с.265</p> <p>Занятие №26 (11) - с.265</p> <p>Занятие №27 (12) - с.267</p> <p>Занятие №28 (12) - с.267</p> <p>АПРЕЛЬ</p> <p>Занятие №29 (13) - с.269</p> <p>Занятие №30 (13) - с.269</p> <p>Занятие №31 (14) - с.271</p> <p>Занятие №32 (14) - с.271</p> <p>МАЙ</p> <p>Занятие №33 (15) - с.273</p> <p>Занятие №34 (15) - с.273</p> <p>Занятие №35 (16) - с.275</p> <p>Занятие №36 (16) - с.275</p>	
---	--	--

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

Образовательная область «Физическое развитие»			
4 - 5 лет			
Формы	Способы	Методы	Средства
<p>Организованная образовательная деятельность:</p> <p>- Физическая культура в помещении</p> <p>- обучение плаванию.</p>	<p>Фронтальный</p>	<p>Наглядные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - показ и демонстрация физических упражнений, - использование наглядных пособий, - использование зрительных ориентиров. <p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - название упражнений, - описание, объяснение, - комментирование хода выполнения упражнения, - указание, команды, распоряжение, - художественное слово, - использование звуковых сигналов. <p>Практические:</p>	<p>Физическая культура в помещении:</p> <ul style="list-style-type: none"> - кегли среднего размера, - мячи (разного размера), - кольцеброс, - дуги (воротники), - обручи (разного размера), - цветные платочки, - ленточки цветные, - флажки, - кубики пластмассовые, - мяч массажный, - мешочек с грузом малый, - гантели пластмассовые, - палка гимнастическая, - скакалка короткая, - шнуры длинный и короткие, цветные, - вертикальные/горизонтальные мишени, - маски, медальки для подвижных игр, - нестандартное физкультурное оборудование. <p>Обучение плаванию:</p> <ul style="list-style-type: none"> - игрушки плавающие, - мячи,
		<ul style="list-style-type: none"> - выполнение движений, - повторение упражнений, - проведение упражнений в игровой форме. 	<ul style="list-style-type: none"> - надувные круги, - обруч, - доски для плавания, - нарукавники, - удочка с мячом на леске, - шайбы (камешки цветные).

<p>Образовательная деятельность в ходе режимных моментов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - утренняя гимнастика - подвижные игры - физкультурные развлечения - праздники - «День здоровья» 	<p>Фронтальный</p>	<p>Наглядные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - рассматривание иллюстраций, схем выполнения упражнений. <p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - художественное слово, - название упражнений, - описание, объяснение, - комментирование хода выполнения упражнения, - указание, команды, распоряжение. <p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подвижные игры и упражнения, - дидактические игры с элементами движений, - игровая проблемная ситуация. 	<p>Физическая культура:</p> <ul style="list-style-type: none"> - кегли среднего размера, - мячи (разного размера), - кольцоброс, - дуги (воротники), - обручи (разного размера), - цветные платочки, - ленточки цветные, - флажки, - кубики пластмассовые, - мяч массажный, - мешочек с грузом малый, - гантели пластмассовые, - палка гимнастическая, - скакалка короткая, - шнуры длинный и короткие, цветные, - вертикальные/горизонтальные мишени, - маски, медальки для подвижных игр, - нестандартное физкультурное оборудование. <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дидактические игры на тему ЗОЖ, - тематические картинки (предметные и сюжетные), - учебно-наглядные пособия «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», «Распорядок дня», - фотоальбом «Мама, папа, я - спортивная семья».
<p>Самостоятельная деятельность детей</p>	<p>Подгрупповой Индивидуальный</p>	<p>Наглядные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - рассматривание иллюстраций, схем выполнения упражнений. <p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - общение в процессе деятельности. <p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подвижные игры и упражнения, - дидактические игры с элементами движений. 	<p>Физическая культура:</p> <ul style="list-style-type: none"> - кегли среднего размера, - мячи (разного размера), - кольцоброс, - дуги (воротники), - обручи (разного размера), - цветные платочки, - ленточки цветные, - флажки, - кубики пластмассовые, - мяч массажный, - мешочек с грузом малый, - гантели пластмассовые, - палка гимнастическая, - скакалка короткая, - шнуры длинный и короткие, цветные, - вертикальные/горизонтальные мишени, - маски, медальки для подвижных игр,

			<ul style="list-style-type: none"> - нестандартное физкультурное оборудование. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: - дидактические игры на тему ЗОЖ, - тематические картинки (предметные и сюжетные), - учебно-наглядные пособия «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», «Распорядок дня», - фотоальбом «Мама, папа, я - спортивная семья».
5 - 6 лет			
Формы	Способы	Методы	Средства
<p>Организованная образовательная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - физическая культура в помещении, - физическая культура на воздухе, - обучение плаванию 	Фронтальный подгрупповой	<p>Наглядные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - показ и демонстрация физических упражнений, - использование наглядных пособий, - использование зрительных ориентиров, - показ схем выполнения движений. <p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - название упражнений, - описание, объяснение, - комментирование хода выполнения упражнения, - указание, команды, распоряжение, - художественное слово. <p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение движений, - повторение упражнений, - проведение упражнений в игровой и соревновательной форме. 	<p>Физическая культура в помещении:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дорожки профилактические, - гимнастические палки, - мячи большие, средние, малые, - мячи футбольные, волейбольные, баскетбольные, - мячи с ручками, - скакалки, - веревки, шнуры, - флажки разных цветов, - обручи разного размера, - атрибуты для проведения подвижных игр, - дуги (воротики), - ленты цветные короткие, - кегли средние и мелкие, - кольцоброс, - гантели пластмассовые, с утяжелением, - вертикальные/горизонтальные мишени, - мишени на ковровиновой основе с набором мячиков (дротиков) на липучках, - тематические альбомы «Спорт»; «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», - дидактические игры спортивной тематики, - схемы выполнения движений, - кольцо для игры в мини-баскетбол, - мешочки с грузом малые, - эмблемы, медали. <p>Физическая культура на воздухе:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мячи большие, средние, малые, - мяч баскетбольный, - мяч футбольный, - скакалки, - флажки разных цветов, - обручи, - атрибуты для проведения подвижных игр, - дуги (воротики),

			<ul style="list-style-type: none"> - ленты цветные короткие, - кегли, кольцеброс, - вертикальные / горизонтальные мишени, - ракетки для игры в бадминтон, воланчики, - ракетки для игры в теннис, теннисные мячи, - городки, - летающие тарелки, - лыжи, - клюшки, шайбы, - санки, - схемы выполнения движений, - кольцо для игры в баскетбол, - эмблемы, медали. <p>Обучение плаванию:</p> <ul style="list-style-type: none"> - игрушки плавающие, - мячи, - надувные круги, - обруч, - доски для плавания, - нарукавники, - удочка с мячом на леске, - шайбы (камешки цветные).
<p>Образовательная деятельность в ходе режимных моментов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - утренняя гимнастика - подвижные игры - физкультурные развлечения - праздники - «День здоровья» 	<p>Фронтальный Подгрупповой Индивидуальный</p>	<p>Наглядные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - показ и демонстрация физических упражнений, - использование наглядных пособий, - использование зрительных ориентиров, - показ схем выполнения движений. <p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - название упражнений, - описание, объяснение, - комментирование хода выполнения упражнения, - указание, команды, распоряжение, - художественное слово. <p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение движений, - повторение упражнений, - проведение упражнений в игровой и соревновательной форме. 	<p>Физическая культура в помещении:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дорожки профилактические, - гимнастические палки, - мячи большие, средние, малые, - мячи футбольные, волейбольные, баскетбольные, - мячи с ручками, - скакалки, - веревки, шнуры, - флажки разных цветов, - обручи разного размера, - атрибуты для проведения подвижных игр, - дуги (воротники), - ленты цветные короткие, - кегли средние и мелкие, - кольцеброс, - гантели пластмассовые, с утяжелением, - вертикальные/горизонтальные мишени, - мишени на ковровиновой основе с набором мячиков (дротиков) на липучках, - тематические альбомы «Спорт»; «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», - дидактические игры спортивной тематики, - схемы выполнения движений, - кольцо для игры в мини-баскетбол, - мешочки с грузом малые, - эмблемы, медали.

			<p>Физическая культура на воздухе:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мячи большие, средние, малые, - мяч баскетбольный, - мяч футбольный, - скакалки, - флажки разных цветов, - обручи, - атрибуты для проведения подвижных игр, - дуги (воротики), - ленты цветные короткие, - кегли, кольцеброс, - вертикальные / горизонтальные мишени, - ракетки для игры в бадминтон, воланчики, - ракетки для игры в теннис, теннисные мячи, - городки, - летающие тарелки, - лыжи, - клюшки, шайбы, - санки, - схемы выполнения движений, - кольцо для игры в баскетбол, - эмблемы, медали. <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дидактические игры («Как оказать первую помощь», «Валеология», «Правильное питание»), - тематические альбомы «Спорт»; «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», - книжки-самоделки, фотоальбомы «Мы за здоровый образ жизни», «Моя спортивная семья», «Мои спортивные достижения».
<p>Самостоятельная деятельность детей</p>	<p>Подгрупповой Индивидуальный</p>	<p>Наглядные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - рассматривание иллюстраций, схем выполнения упражнений, - рассматривание альбомов о спорте. <p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - общение в процессе деятельности. <p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подвижные игры и упражнения, - дидактические игры с элементами движений. 	<p>Физическая культура в помещении:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дорожки профилактические, - гимнастические палки, - мячи большие, средние, малые, - мячи футбольные, волейбольные, баскетбольные, - мячи с ручками, - скакалки, - веревки, шнуры, - флажки разных цветов, - обручи разного размера, - атрибуты для проведения подвижных игр, - дуги (воротики), - ленты цветные короткие, - кегли средние и мелкие, - кольцеброс, - гантели пластмассовые, с утяжелением,

			<ul style="list-style-type: none"> - вертикальные/горизонтальные мишени, - мишени на ковровиновой основе с набором мячиков (дротиков) на липучках, - тематические альбомы «Спорт»; «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», - дидактические игры спортивной тематики, - схемы выполнения движений, - кольцо для игры в мини-баскетбол, - мешочки с грузом малые, - эмблемы, медали. <p>Физическая культура на воздухе:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мячи большие, средние, малые, - мяч баскетбольный, - мяч футбольный, - скакалки, - флажки разных цветов, - обручи, - атрибуты для проведения подвижных игр, - дуги (воротики), - ленты цветные короткие, - кегли, кольцоброс, - вертикальные / горизонтальные мишени, - ракетки для игры в бадминтон, воланчики, - ракетки для игры в теннис, теннисные мячи, - городки, - летающие тарелки, - лыжи, - клюшки, шайбы, - санки, - схемы выполнения движений, - кольцо для игры в баскетбол, - эмблемы, медали. <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дидактические игры («Как оказать первую помощь», «Валеология», «Правильное питание»), - тематические альбомы «Спорт»; «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», - книжки-самоделки, фотоальбомы «Мы за здоровый образ жизни», «Моя спортивная семья», «Мои спортивные достижения».
6 - 7 лет			
Формы	Способы	Методы	Средства
Организованная образовательная деятельность:	Фронтальный Подгрупповой	Наглядные: - показ и демонстрация физических	Физическая культура в помещении: - дорожки профилактические, - гимнастические палки,

<p>- физическая культура в помещении, - физическая культура на воздухе, - обучение плаванию</p>		<p>упражнений, - использование наглядных пособий, -использование зрительных ориентиров, - показ схем выполнения движений. Словесные: - название упражнений, - описание, объяснение, - комментирование хода выполнения упражнения, - указание, команды, распоряжение, - художественное слово. Практические: - выполнение движений, - повторение упражнений, - проведение упражнений в игровой и соревновательной форме.</p>	<p>- мячи большие, средние, малые, - мячи футбольные, волейбольные, баскетбольные, - мячи с ручками, - скакалки, - веревки, шнуры, - флажки разных цветов, - обручи разного размера, - атрибуты для проведения подвижных игр, - дуги (воротики), - ленты цветные короткие, - кегли средние и мелкие, - кольцоброс, - гантели пластмассовые, с утяжелением, - вертикальные/горизонтальные мишени, - мишени на ковровиновой основе с набором мячиков (дротиков) на липучках, - тематические альбомы «Спорт»; «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», - дидактические игры спортивной тематики, - схемы выполнения движений, - кольцо для игры в мини-баскетбол, - мешочки с грузом малые, - эмблемы, медали. Физическая культура на воздухе: - мячи большие, средние, малые, - мяч баскетбольный, - мяч футбольный, - скакалки, - флажки разных цветов, - обручи, - атрибуты для проведения подвижных игр, - дуги (воротики), - ленты цветные короткие, - кегли, кольцоброс, - вертикальные / горизонтальные мишени, - ракетки для игры в бадминтон, воланчики, - ракетки для игры в теннис, теннисные мячи, - городки, - летающие тарелки, - лыжи, - клюшки, шайбы, - санки, - схемы выполнения движений, - кольцо для игры в баскетбол, - эмблемы, медали. Обучение плаванию: - игрушки плавающие,</p>
---	--	--	--

			<ul style="list-style-type: none"> - мячи, - надувные круги, - обруч, - доски для плавания, - нарукавники, - удочка с мячом на леске, - шайбы (камешки цветные).
<p>Образовательная деятельность в ходе режимных моментов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - утренняя гимнастика - подвижные игры - физкультурные развлечения - праздники - «День здоровья» 	<p>Фронтальный Подгрупповой Индивидуальный</p>	<p>Наглядные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - показ и демонстрация физических упражнений, - использование наглядных пособий, - использование зрительных ориентиров, - показ схем выполнения движений. <p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - название упражнений, - описание, объяснение, - комментирование хода выполнения упражнения, - указание, команды, распоряжение, - художественное слово. <p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение движений, - повторение упражнений, - проведение упражнений в игровой и соревновательной форме. 	<p>Физическая культура в помещении:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дорожки профилактические, - гимнастические палки, - мячи большие, средние, малые, - мячи футбольные, волейбольные, баскетбольные, - мячи с ручками, - скакалки, - веревки, шнуры, - флажки разных цветов, - обручи разного размера, - атрибуты для проведения подвижных игр, - дуги (воротики), - ленты цветные короткие, - кегли средние и мелкие, - кольцоброс, - гантели пластмассовые, с утяжелением, - вертикальные/горизонтальные мишени, - мишени на ковровиновой основе с набором мячиков (дротиков) на липучках, - тематические альбомы «Спорт»; «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», - дидактические игры спортивной тематики, - схемы выполнения движений, - кольцо для игры в мини-баскетбол, - мешочки с грузом малые, - эмблемы, медали. <p>Физическая культура на воздухе:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мячи большие, средние, малые, - мяч баскетбольный, - мяч футбольный, - скакалки, - флажки разных цветов, - обручи, - атрибуты для проведения подвижных игр, - дуги (воротики), - ленты цветные короткие, - кегли, кольцоброс, - вертикальные / горизонтальные мишени, - ракетки для игры в бадминтон, воланчики, - ракетки для игры в теннис, теннисные мячи,

			<ul style="list-style-type: none"> - городки, - летающие тарелки, - лыжи, - клюшки, шайбы, - санки, - схемы выполнения движений, - кольцо для игры в баскетбол, - эмблемы, медали. <p>Обучение плаванию:</p> <ul style="list-style-type: none"> - игрушки плавающие, - мячи, - надувные круги, - обруч, - доски для плавания, - нарукавники, - удочка с мячом на леске, - шайбы (камешки цветные). <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дидактические игры («Как оказать первую помощь», «Валеология», «Азбука здоровья», «Правильное питание»), - детская познавательная литература на тему ЗОЖ («Энциклопедия здоровья»), - тематические альбомы «Спорт»; «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», «Распорядок дня», - книжки-самоделки, фотоальбомы «Мы за здоровый образ жизни», «Моя спортивная семья», «Мои спортивные достижения».
Самостоятельная деятельность детей	Подгрупповой Индивидуальный	<p>Наглядные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - рассматривание иллюстраций, схем выполнения упражнений, - рассматривание альбомов о спорте. <p>Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - общение в процессе деятельности. <p>Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подвижные игры и упражнения, - дидактические игры с элементами движений. 	<p>Физическая культура в помещении:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дорожки профилактические, - гимнастические палки, - мячи большие, средние, малые, - мячи футбольные, волейбольные, баскетбольные, - мячи с ручками, - скакалки, - веревки, шнуры, - флажки разных цветов, - обручи разного размера, - атрибуты для проведения подвижных игр, - дуги (воротики), - ленты цветные короткие, - кегли средние и мелкие, - кольцоброс, - гантели пластмассовые, с утяжелением, - вертикальные/горизонтальные мишени, - мишени на ковровиновой основе с набором мячиков (дротиков) на липучках, - тематические альбомы «Спорт»;

			<p>«Зимние виды спорта», «Летние виды спорта»,</p> <ul style="list-style-type: none"> - дидактические игры спортивной тематики, - схемы выполнения движений, - кольцо для игры в мини-баскетбол, - мешочки с грузом малые, - эмблемы, медали. <p>Физическая культура на воздухе:</p> <ul style="list-style-type: none"> - мячи большие, средние, малые, - мяч баскетбольный, - мяч футбольный, - скакалки, - флажки разных цветов, - обручи, - атрибуты для проведения подвижных игр, - дуги (воротики), - ленты цветные короткие, - кегли, кольцеброс, - вертикальные / горизонтальные мишени, - ракетки для игры в бадминтон, воланчики, - ракетки для игры в теннис, теннисные мячи, - городки, - летающие тарелки, - лыжи, санки, - клюшки, шайбы, - схемы выполнения движений, - кольцо для игры в баскетбол, - эмблемы, медали. <p>Обучение плаванию:</p> <ul style="list-style-type: none"> - игрушки плавающие, - мячи, - надувные круги, - обруч, - доски для плавания, - нарукавники, - удочка с мячом на леске, - шайбы (камешки цветные). <p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> - дидактические игры («Как оказать первую помощь», «Валеология», «Азбука здоровья», «Правильное питание»), - детская познавательная литература на тему ЗОЖ («Энциклопедия здоровья»), - тематические альбомы «Спорт»; «Зимние виды спорта», «Летние виды спорта», - книжки-самоделки «Мы за здоровый образ жизни», «Моя спортивная семья».
--	--	--	--

Особенности организации двигательной деятельности с обучающимися

Содержание образовательной области «Физическое развитие» может реализовываться в различных видах деятельности, которые могут организовываться как в процессе организованной образовательной деятельности с целью формирования у детей новых умений и представлений, обобщения знаний по теме, развития способности рассуждать и делать выводы, а также в образовательной деятельности в ходе режимных моментов с целью закрепления имеющихся у детей знаний и умений, их применения в новых условиях, проявления ребенком активности, самостоятельности и творчества.

Физкультурные занятия проводятся в дошкольных группах инструктором по физической культуре в спортивном зале или бассейне. В группах детей старшего дошкольного возраста одно из физкультурных занятий в неделю проводится на воздухе.

Способы и направления поддержки детской инициативы в двигательной активности

Способы поддержки детской инициативы:

1. Создание условий.
2. Позиция педагога.
3. Формы организации деятельности.

Задача инструктора по физической культуре – поддержать инициативу ребенка во всех её сферах и специфичных видах деятельности. Поддержка детской инициативы осуществляется путём:

1) *Создания развивающей предметно-пространственной среды.* Образовательная и игровая среда, должна стимулировать развитие поисково-познавательной деятельности детей. Дети должны приобретать опыт творческой, поисковой деятельности, выдвижение новых идей, актуализации прежних знаний при решении новых задач.

2) *Обеспечения психолого-педагогической поддержки ребёнка.* Педагог занимает позицию уважения к ребёнку. Уважать ребенка – значит считаться с ним, учитывая, насколько то или иное дело важно для него здесь и сейчас, и насколько то, что он делает, соответствует содержаниям, заложенным в культуре.

3) *Выбора педагогом культурных практик с учётом возраста и индивидуальных особенностей детей.*

Существуют следующие способы и направления поддержки детской инициативы:

- уважать индивидуальные вкусы и привычки детей,
- выбор оптимального уровня нагрузки (в соответствии со способностями и возможностями ребенка так, чтобы он справился с заданием),
- поощрение, похвала, подбадривание (правильности осуществляемого ребенком действия, а не его самого),
- обеспечение благоприятной атмосферы, доброжелательность со стороны педагога, отказ педагога от высказывания оценок и критики в адрес ребенка,
- положительная оценка (как итогового, так и промежуточного результата),
- проявление внимания к интересам и потребностям каждого ребенка,
- косвенная (недирективная) помощь (подсказать желаемое действие, направить и др.),
- личный пример воспитателя (использование грамотной правильной речи, отношение к собеседнику, настроение),
- отсутствие запрета на выбор партнера для действия, игры, роли и др.),
- предложение альтернативы (другого способа, варианта действия),
- создание и своевременное изменение предметно-пространственной развивающей среды с учетом обогащающегося жизненного и игрового опыта детей (лабораторное оборудование, материалы, атрибуты, инвентарь для различных видов деятельности, к которым обеспечен беспрепятственный доступ и др.),
- обеспечение выбора различных форм деятельности (индивидуальной, парной, групповой),
- отмечать и приветствовать даже самые минимальные успехи детей,

- предоставление детям возможности активно задавать вопросы,
- не критиковать результаты ребенка и его самого как личность,
- формировать у детей привычку самостоятельно находить для себя интересные занятия (приучать свободно пользоваться игрушками и пособиями),
- поддерживать интерес ребенка к тому, что он рассматривает и наблюдает в разные режимные моменты,
- устанавливать простые и понятные детям нормы жизни группы, четко исполнять правила поведения всеми детьми,
- проводить все режимные моменты в эмоционально положительном настроении,
- обращаться к детям с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников,
- поощрять занятия двигательной, игровой, изобразительной деятельностью, выражать одобрение любому результату труда ребенка,
- создавать в группе положительный психологический микроклимат,
- 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),
- привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу (обсуждать совместные проекты).

Развитие детской инициативы у детей в разные периоды жизни

4-5 лет

Приоритетная сфера: познавательная деятельность, расширение информационного кругозора, игровая деятельность со сверстниками

Направления работы:

1. способствовать стремлению детей делать собственные умозаключения, относиться к их попыткам внимательно, с уважением;
2. обеспечивать для детей возможности осуществления их желания переодеться и наряжаться, примеривать на себя разные роли. Иметь в группе набор атрибутов и элементов костюмов для переодевания, а также технические средства, обеспечивающие стремление детей петь, двигаться, танцевать под музыку;
3. создавать условия, обеспечивающие детям возможность конструировать из различных материалов себе «дом», укрытие для сюжетных игр;
4. при необходимости осуждать негативный поступок ребенка с глаза на глаз, но не допускать критики его личности, его качеств;
5. не допускать диктата, навязывания в выборе сюжетов игр;
6. обязательно участвовать в играх детей по их приглашению (или при их добровольном согласии) в качестве партнера, равноправного участника, но не руководителя игры. Руководство игрой проводить опосредованно (прием телефона, введения второстепенного героя, объединения двух игр);
7. привлекать детей к украшению группы к различным мероприятиям, обсуждая разные возможности и предложения;
8. побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнение взрослого;
9. привлекать детей к планированию жизни группы на день, опираться на их желание во время занятий;
10. читать и рассказывать детям по их просьбе, включать музыку.

3 – 6 лет

Приоритетная сфера: ситуативно – личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационно познавательная инициатива.

Направления работы:

1. создавать в группе положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям;
2. уважать индивидуальные вкусы и привычки детей;
3. поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта;

4. при необходимости помогать детям в решении проблем организации игры;
. создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
5. привлекать детей к планированию жизни группы на день и на более отдаленную перспективу. Обсуждать совместные проекты;
6. создавать условия и выделять время для самостоятельной творческой, познавательной деятельности детей по интересам.

4 – 8 лет

Приоритетная сфера: расширение сфер собственной компетентности в различных областях практической предметности, в том числе орудийной деятельности, а также информационная познавательная деятельность

Направления работы:

1. вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта деятельности;
2. спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей. Рассказывать детям о своих трудностях, которые испытывали при обучении новым видам деятельности;
3. создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников;
4. обращаться к детям, с просьбой продемонстрировать свои достижения и научить его добиваться таких же результатов сверстников;
5. поддерживать чувство гордости за свой труд и удовлетворение его результатами;
6. создавать условия для различной самостоятельной творческой деятельности детей по их интересам и запросам, предоставлять детям на данный вид деятельности определенное время;
7. при необходимости помогать детям решать проблемы при организации игры;
8. проводить планирование жизни группы на день, неделю, месяц с учетом интересов детей, стараться реализовывать их пожелания и предложения;
9. презентовать продукты детского творчества другим детям, родителям, педагогам (концерты, выставки и др.)

Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников

Ведущая цель — создание необходимых условий для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально -педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Основные задачи взаимодействия детского сада с семьей:

- изучение отношения педагогов и родителей к различным вопросам воспитания, обучения, развития детей, условий организации разнообразной деятельности в детском саду и семье;
- знакомство педагогов и родителей с лучшим опытом воспитания в детском саду и семье, а также с трудностями, возникающими в семейном и общественном воспитании дошкольников;
- информирование друг друга об актуальных задачах воспитания и обучения детей и о возможностях детского сада и семьи в решении данных задач;
- создание в детском саду условий для разнообразного по содержанию и формам сотрудничества, способствующего развитию конструктивного взаимодействия педагогов и родителей с детьми;
- привлечение семей воспитанников к участию в совместных с педагогами мероприятиях, организуемых в районе (городе, области);
- поощрение родителей за внимательное отношение к разнообразным стремлениям и потребностям ребенка, создание необходимых условий для их удовлетворения в семье.

Основные принципы взаимодействия с семьей

- целенаправленности — ориентации на цели и приоритетные задачи образования родителей;

- доступности — учета возможностей родителей освоить предусмотренный программой учебный материал;
- индивидуализации — преобразования содержания, методов обучения и темпов освоения программы в зависимости от реального уровня компетентности родителей;
- участия заинтересованных сторон (педагогов и родителей) в инициировании, обсуждении и принятии решений, касающихся содержания образовательных программ и его корректировки.

Основные направления и формы взаимодействия с семьями воспитанников

Взаимодействия	Формы и методы взаимодействия	Периодичность
Взаимопознание	Анкетирование: - «Здоровый образ жизни в семье», - «Развитие физических качеств ребенка»	1 раз в год
Информационно - консультативная деятельность	- размещение тематической информации на групповых стендах; - информационно-консультационная работа через официальный сайт Учреждения в сети Интернет, группу детского сада ВКонтакте; - тематические объявления, памятки, буклеты	ежемесячно в соответствии с планом Учреждения
Повышение компетенции родителей (законных представителей)	- общие родительские собрания; - групповые родительские собрания; - дни открытых дверей; - участие в физкультурных праздниках, соревнованиях	2 раза в год 2 раза в год 1 раз в год в соответствии с планом Учреждения
Совместная деятельность педагогов, родителей (законных представителей), детей	- выставки семейного творчества; - семейные фотовыставки; - акции; - проектная деятельность; - участие в мероприятиях Учреждения	в соответствии с планом Учреждения
Взаимодействие с семьями, находящимися в социально-опасном положении	- консультирование по вопросам развития физических качеств ребенка	в течение года

Иные характеристики содержания программы. Направления деятельности инструктора по физической культуре

Цель деятельности: укрепление здоровья, физическое развитие обучающихся.

Инструктор по физической культуре:

- проводит физкультурно-оздоровительную работу с детьми, используя современные здоровьесберегающие технологии;
- обеспечивает психологическую безопасность детей путем создания оптимального двигательного режима, доброжелательного стиля общения с детьми, использование приемов релаксации;
- создает развивающую предметно-пространственную среду, обеспечивая вариативность, безопасность и полифункциональность, доступность и безопасность материалов и оборудования;
- взаимодействует с родителями (законными представителями) воспитанников через консультативную работу, мастер-классы, Дни открытых дверей, совместные спортивные мероприятия, официальный сайт Учреждения и личный сайт в сети Интернет.

На время отсутствия инструктора по физической культуре организованную образовательную деятельность по физической культуре проводит воспитатель.

Характеристика физкультурно-оздоровительной деятельности с воспитанниками

Физкультурно-оздоровительная работа в учреждении представлена режимом двигательной активности групп и системой закаливания.

Режим двигательной активности

№ п/п	Виды деятельности	Особенности организации				
		Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовит. группа
Физкультурно-оздоровительные мероприятия						
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно				
		3-4 мин.	4-6 мин.	6-8 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.
2.	Физкультминутки	Ежедневно (в середине занятия) по мере необходимости, в зависимости от содержания и вида занятий				
		1-2 мин.	1-2 мин.	2-3 мин.	3-4 мин.	3-5 мин.
3.	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке, в группе	Ежедневно, 2-3 раза в день				
		10 мин.	15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
4.	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно, во время прогулки и в помещении				
		10 мин.	15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
5.	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно				
		2-3 упр./ 4 мин.	2-3 упр./ 5 мин.	3-4 упр./ 6 мин.	4-5 упр./ 7 мин.	4-5 упр./ 8 мин.
Итого:		30 мин.	43 мин.	57 мин.	71 мин.	83 мин.
Организованная образовательная деятельность						
1.	Физическая культура в помещении	2 раза в неделю по подгруппам			1 раз в неделю по подгруппам	
		10 мин.	15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
2.	Физическая культура на воздухе	-	-	-	1 раз в неделю по подгруппам	
					25 мин.	30 мин.
3.	Обучение плаванию	-	1 раз в неделю по подгруппам			
			15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
Итого:		20 мин.	45 мин.	60 мин.	75 мин.	90 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность						
1.	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей.				
		50 мин.	50 мин.	50 мин.	60 мин.	60 мин.
Итого:		50 мин.	50 мин.	50 мин.	60 мин.	60 мин.
Активный отдых						
1.	Физкультурное развлечение	-	1 раз в месяц			
			15 мин.	20 мин.	25 мин.	30 мин.
2.	Физкультурный праздник	-	-	2 раза в год: Зимний спортивный праздник, Летний спортивный праздник		
				40-50 мин.	50-60 мин.	50-60 мин.
Итого:		-	15 мин. в месяц	20 мин. в месяц 100 мин. в год	25 мин. в месяц 120 мин. в год	30 мин. в месяц 120 мин. в год
Общее время двигательной активности		100 мин. в неделю	138 мин. в нед. + 15 мин. в мес.	167 мин. в нед. + 20 мин. в мес. + 100 мин. в год	206 мин. в нед. + 25 мин. в мес. + 120 мин. в год	233 мин. в нед. + 30 мин. в месяц + 120 мин. в год

3. Организационный раздел.

Описание материально-технического обеспечения Программы.

Описание функционального использования помещений и их оснащения

Вид помещения / Функциональное использование	Оснащение
Зал для физкультурных занятий: - физкультурные занятия, - спортивные развлечения, - индивидуальная работа с детьми, - консультативная работа с родителями (законными представителями) воспитанников и педагогами.	- оборудование для общеразвивающих упражнений по количеству детей, - оборудование для развития основных движений, - детские тренажеры.
Бассейн: - физкультурные занятия («Обучение плаванию»), - развлечения и праздники на воде, - индивидуальная работа с детьми, - консультативная работа с родителями (законными представителями) воспитанников и педагогами.	- оборудование для упражнений и игр на воде по количеству детей, - наглядные пособия, карточки-схемы упражнений, правил поведения на воде.

Описание функционального использования территории и ее оснащения

Функциональное использование	Оснащение
Спортивная площадка: - физическая культура, - организованная образовательная деятельность, - подвижные и спортивные игры, - физкультурные развлечения, - праздники.	- оборудование для двигательной деятельности, - яма для прыжков в длину, - площадка для футбола/ баскетбола.
Уличный плескательный бассейн (летний период): - игры на воде, - развлечения и праздники.	- профилактическая дорожка, - скамейки.

Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания. Обеспеченность методическими материалами

Перечень учебных изданий, используемых для реализации Программы	
Возрастная группа	Автор, название, место издания, издательство, год издания литературы
	Образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. и доп. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.
	Образовательная область «Физическое развитие»

4-5 лет	<p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> - И.М.Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников». Для работы с детьми 2-7 лет. – М.: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2009. - В.А.Доскин, Л.Г. Голубева «Растем здоровыми». – М.: Просвещение, 2002. <p>Физическая культура:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». Средняя группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - А.А.Чеменева, Т.В.Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» - СПб., ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011. - Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений». Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. Т.Е.Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников». - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2019. - Э.Я.Степаненкова «Сборник подвижных игр». Для занятий с детьми 2-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - М.М.Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения». – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. - В.Я. Лысова «Спортивные праздники и развлечения для дошкольников». Младший и средний дошкольный возраст. – М.: Аркти, 2000.
5-6 лет	<p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> - И.М.Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников». Для работы с детьми 2-7 лет. – М.: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2009. - В.А.Доскин, Л.Г. Голубева «Растем здоровыми». – М.: Просвещение, 2002. <p>Физическая культура:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». Старшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - А.А.Чеменева, Т.В.Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» - СПб., ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011. - Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений». Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. - Т.Е.Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников». - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2019. - Э.Я.Степаненкова «Сборник подвижных игр». 2-7 лет». – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - М.М.Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения». – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ,
	<p>2016.</p> <ul style="list-style-type: none"> - В.Я. Лысова «Спортивные праздники и развлечения для дошкольников». Старший дошкольный возраст. – М.: Аркти, 2000.
6-7 лет	<p>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> - И.М.Новикова «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников». Для работы с детьми 2-7 лет». - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2009. - В.А. Доскин, Л.Г. Голубева «Растем здоровыми». – М.: Просвещение, 2002. <p>Физическая культура:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду». Подготовительная к школе группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - А.А.Чеменева, Т.В.Столмакова «Система обучения плаванию детей дошкольного возраста» - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2011. - Л.И.Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений». Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2017. - Т.Е.Харченко «Бодрящая гимнастика для дошкольников». - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2019. - Э.Я.Степаненкова «Сборник подвижных игр». Для занятий с детьми 2-7 лет. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. - М.М.Борисова «Малоподвижные игры и игровые упражнения». - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. - В.Я. Лысова «Спортивные праздники и развлечения для дошкольников». Старший дошкольный возраст». – М.: Аркти, 2000.

Обеспеченность средствами обучения и воспитания

Зал для физкультурных занятий	
Тип оборудования	Наименование

Для ходьбы, бега, равновесия	Балансиры Доска гладкая с зацепами Доска с ребристой поверхностью Дорожка – змейка (канат) Бревно гимнастическое напольное Модуль мягкий (комплект из 6 сегментов) крупный Скамейка гимнастическая Обруч большой, средний, малый Набор «Островки»
Для прыжков	Батут детский с ручкой Гимнастический набор: обручи, рейки, палки, подставки, зажимы Дорожка - мат Конус с отверстиями Мат гимнастический складной Скакалка короткая, длинная
Для катания, бросания, ловли	Кегли (набор) Кольцеброс Мешочек с грузом малый Мишень навесная Мяч большой, средний, малый Мяч футбольный, волейбольный, баскетбольный Мяч массажный малый Кольцо для баскетбольного мяча Сетка для волейбола
Для ползания и лазанья	Шведская стенка Дуга для подлезания большая Дуга для подлезания малая Канат длинный Лестница деревянная с зацепами Лестница веревочная
Для общеразвивающих упражнений	Гантели Шнур короткий Палка гимнастическая Ленточки на колечках
	Мяч маленький Обруч малый Флажки Кубики для выполнения упражнений Султанчики Коврик гимнастический
Для спортивных игр и упражнений	Клюшки, шайбы Ракетки и воланы для бадминтона Ракетки и мячи для настольного тенниса Лыжи Санки Городки

Тренажерный зал

Тип оборудования	Наименование
Для развития физических качеств	Мишень мультиигровая Тренажер детский «Велотренажер» Тренажер детский «Беговая дорожка» Тренажер детский «Баттерфляй» Тренажер детский «Степпер» Тренажер детский «Гребной» Диск плоский Фито-мяч надувной Резинки - жгуты

Распорядок и режим дня

Режим работы Учреждения определяется Уставом МБДОУ «Детский сад № 432» и обеспечивает ежедневное пребывание воспитанников в течение 12 часов при пятидневной рабочей неделе.

Режим дня в разных возрастных группах разрабатывается на основе действующих СанПиН. Распорядок жизнедеятельности обучающихся Учреждения регламентируется Правилами внутреннего распорядка обучающихся Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 432».

Режим дня для детей всех возрастных групп ежегодно разрабатывается и утверждается приказом заведующего Учреждения на теплый и холодный период.

В режиме дня определено время для организованной образовательной деятельности (в том числе двигательной деятельности), игр (в том числе подвижных) и свободной деятельности (в том числе двигательной) воспитанников.

Режим занятий обучающихся (в том числе физкультурных занятий) регламентируется Положением о режиме занятий обучающихся в Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 432»

В каникулярное время занятия с обучающимися не проводятся. В каникулярное время в летний период приказом заведующего утверждается работа тематических площадок.

Учебный план
Учебный план для обучающихся в возрасте с 4 до 7 лет

Организованная образовательная деятельность

Периодичность																						
Образовательная область	Базовый вид деятельности	Время ООД/ объем нагрузки в неделю	Группа раннего возраста (2 – 3 года)			Время ООД/ объем нагрузки в неделю	Младшая группа (3 – 4 года)			Время ООД/ объем нагрузки в неделю	Средняя группа (4 – 5 лет)			Время ООД/ объем нагрузки в неделю	Старшая группа (5 – 6 лет)			Время ООД/ объем нагрузки в неделю	Подготовит. к школе группа (6 – 7 лет)			За период освоения программы
			неделя	месяц	год		неделя	месяц	год		неделя	месяц	год		неделя	месяц	год		неделя	месяц	год	
Физическое развитие	Физическая культура в помещении	10/ 20	2	8	7 2	15/ 30	2	8	72	20/ 40	2	8	72	25/ 25	1	4	36	30/ 30	1	4	36	288
	Обучение плаванию	-	-	-	-	15/ 15	1	4	36	20/ 20	1	4	36	25/ 25	1	4	36	30/ 30	1	4	36	144
	Физическая культура на улице	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	25/ 25	1	4	36	30/ 30	1	4	36	72

Образовательная деятельность в ходе режимных моментов и самостоятельная деятельность детей

Базовый вид деятельности	Первая группа раннего возраста (1,6 - 2 года)	Вторая группа раннего возраста (2 – 3 года)	Младшая группа (3 – 4 года)	Средняя группа (4 – 5 лет)	Старшая группа (5 – 6 лет)	Подготовит. к школе группа (6 – 7 лет)
	Взаимодействие взрослого с детьми в разных видах деятельности					
Двигательная деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	Самостоятельная деятельность детей					
Самостоятельная двигательная деятельность детей	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
	Оздоровительная работа					
Утренняя гимнастика	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Бодрящая гимнастика после сна	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Комплексы закаливающих процедур	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Гигиенические процедуры	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Календарный учебный график

1. Режим работы учреждения		
Продолжительность учебной недели	5 дней (с понедельника по пятницу)	
Время работы Учреждения	12 часов в день (с 6.00 до 18.00 часов)	
Нерабочие дни	Суббота, воскресенье и праздничные дни	
2. Продолжительность учебного года		
Учебный год	с начала сентября по конец мая	36 недель
I полугодие	с начала сентября по конец декабря	17 недель
II полугодие	со второй декады января по конец мая	19 недель
Возрастная группа / Недельная образовательная нагрузка организованной детской деятельности - занятия по физической культуре (количество занятий)/ Объем недельной образовательной нагрузки организованной детской деятельности (час/мин.)	Первая группа раннего возраста (1,6 - 2 года)	2 игры - занятия в неделю по 6-10 мин. / 12-20 мин.
	Вторая группа раннего возраста (2-3 года)	2 занятия в неделю по 10 мин. / 20 мин.
	Младшая группа (3-4 лет)	3 занятия в неделю по 15 мин. / 45 мин.
	Средняя группа (4-5 лет)	3 занятия в неделю по 20 мин. / 46 мин.
	Старшая группа (5-6 лет)	3 занятия в неделю по 25 мин. / 75 мин.
	Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	3 занятия в неделю по 30 мин. / 90 мин.
3. Мероприятия, проводимые в рамках образовательного процесса		
3.1. Индивидуальный учет результатов освоения обучающимися Основной образовательной программы дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 432»		
<i>Название</i>	<i>Сроки</i>	<i>Количество дней</i>
Проведение индивидуального учета результатов освоения обучающимися основной образовательной программы дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 432»	3 - 4 неделя апреля	14 дней
3.2. Праздники для обучающихся, проводимые в течение учебного года		
<i>Название</i>	<i>Сроки проведения</i>	
Праздник, посвященный Дню Знаний	первая декада сентября	
Осенний праздник	третья декада октября	
Новогодний праздник	третья декада декабря	
Зимний спортивный праздник	третья декада января	
Праздник, посвященный Дню Защитника Отечества	третья декада февраля	
Праздник, посвященный Международному женскому дню	первая декада марта	
Весенний праздник	третья декада апреля	
Праздник, посвященный Дню Победы	первая декада мая	
Праздник, посвященный выпуску в школу	третья декада мая	
4. Каникулярное время, праздничные (нерабочие) дни		
<i>Название</i>	<i>Сроки проведения</i>	
4.1. Каникулы		
Зимние	первая декада января	
Летние	с 01 июня по 31 августа	
4.2. Праздничные дни		
День народного единства	4 ноября	
Новогодние праздники	31 декабря	
День Защитника Отечества	23 февраля	
Международный женский день	8 марта	
Праздник весны и труда	1 мая	
День Победы	9 мая	

День России	12 июня
5. Мероприятия, проводимые в летние каникулы	
<i>Название</i>	<i>Сроки проведения</i>
Праздник, посвященный Международному Дню защиты детей	первая декада июня
Летний спортивный праздник	третья декада июля
Праздник, посвященный Дню Государственного флага	третья декада августа

Комплексно-тематическое планирование.

В Учреждении реализуется комплектно-тематическое планирование:

- группа раннего возраста (от 2 лет до 3 лет): Образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. – с.263-264.

- младшая группа (от 3 лет до 4 лет): Образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. – с.264-267.

- средняя группа (от 4 лет до 5 лет): Образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. – с.267 – 270.

- старшая группа (от 5 лет до 6 лет): Образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. – с.270-273.

- подготовительная к школе группа (от 6 лет до 7 лет): Образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015. – с.273-276.

Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы»/ под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ,2015. – с.277-280.

Примерный перечень развлечений и праздников:

Название мероприятия	Возраст детей
Праздники	
Праздник, посвященный Дню знаний	5-7 лет
Осенний праздник	1,6-7 лет
Новогодний праздник	1,6-7 лет
Зимний спортивный праздник	5-7 лет
Праздник, посвященный Дню защитника Отечества	3-7 лет
Праздник, посвященный Международному женскому дню	2-7 лет
Весенний праздник	1,6-7 лет
Праздник, посвященный Дню Победы	5-7 лет
Праздник, посвященный выпуску в школу	6-7 лет
Летний спортивный праздник	5-7 лет
Развлечения:	
Развлечение «День народного единства»	5-7 лет
Развлечение «День матери»	5-7 лет
Развлечение «Широкая Масленица»	5-7 лет
Развлечение «День птиц»	4-7 лет
Развлечение «День космонавтики»	6-7 лет

Особенности организации развивающей предметно - пространственной образовательной среды

Развивающая предметно - пространственная среда (далее – РППС) обеспечивает максимальную реализацию Программы в области физического развития, удовлетворяет индивидуальные двигательные потребности каждого воспитанника.

РППС МАДОУ «Детский сад № 4» организована в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования: содержательно - насыщенная, трансформируемая, полифункциональная, доступная, безопасная.

Развивающая предметно-пространственная среда организуется как образовательное пространство (в том числе двигательное), которое оказывает воспитывающее влияние на детей (портреты спортсменов, спортивные атрибуты и т.п.).

В каждой возрастной группе оснащены центры двигательной деятельности, содержание которых в течение года пополняется, обновляется в зависимости от поставленных задач, сезона, возрастных и индивидуальных особенностей детей