

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением физического
развития «Незабудка»

ПРИНЯТО:
педагогическим советом
МКДОУ «Детский сад «Незабудка»
Протокол №1 от 01.09.2020 г.

УТВЕРЖДЕНО:
Приказом заведующего МКДОУ
«Детский сад «Незабудка»
Приказ №2 от 01.09. 2020г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
детей дошкольного возраста (3-7 лет)



Составитель:
Исаченко Валентина Ивановна
/инструктор по физической
культуре/

2020 год
Структура образовательной программы

I Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

- 1.2. Цели и задачи реализации программы.
- 1.3. Принципы и подходы к формированию программы.
- 1.4. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.
- 1.5. Планируемые результаты освоения программы:
- целевые ориентиры на этапе завершения освоения программы.

II Содержательный раздел

- 2.1. Содержание психолого-педагогической работы с детьми 3-4 лет по двигательной деятельности.
- 2.2. Содержание психолого-педагогической работы с детьми 4-5 лет по двигательной деятельности.
- 2.3. Содержание психолого-педагогической работы с детьми 5-6 лет по двигательной деятельности.
- 2.4. Содержание психолого-педагогической работы с детьми 6-7 лет по двигательной деятельности.
- 2.5. Формы взаимодействия двигательной и образовательной деятельности.
- 2.6. Интеграция с другими образовательными областями.
- 2.7. Система педагогической диагностики по физическому развитию воспитанников.
- 2.8. Обеспечение реализации программы.
- 2.9. Образовательные программы и методические пособия (содержание и технологии образовательных областей с квалифицированной коррекцией недостатков физическом и/или психическом развитии детей).

III Организационный раздел

- 3.1. Учебный план.
- 3.2. Форма и структура непосредственно образовательной деятельности.
- 3.3. Формы работы с родителями.
- 3.4. Формы работы с воспитателями и специалистами.
- 3.5. Культурно-досуговая деятельность.
- 3.6. Развивающая предметно-пространственная среда ДОУ по ОО «Физическое развитие».
- 3.7. Обеспечение методическими материалами.

Приложение

1. Педагогическая диагностика уровня физического развития воспитанников.
2. Расписание непосредственно образовательной двигательной деятельности и индивидуальной работы по физическому развитию
3. Перспективный план работы: план взаимодействия с родителями; план работы с педагогическим коллективом
4. План мероприятий в ДОУ
5. Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре.

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка.

Рабочая программа воспитателя по физическому развитию разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. №1155).

Программа формируется как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования). Кроме того, учтены концептуальные положения используемой в ДОУ программы «От рождения до школы» под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.

Рабочая программа инструктора по физическому развитию МКДОУ «Детский сад «Незабудка» (далее – ДОУ) разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N1155);
- Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования»;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении САНПИН» 2.4.3049-13);
- Иными законодательными и нормативными правовыми актами РФ и Калужской области, муниципальными правовыми актами МР «Бабынинский район», международными актами в области защиты прав ребенка, решениями и приказами Учредителя и соответствующего органа, осуществляющего управление в сфере образования.

1.2.Цели и задачи реализации программы

Цель рабочей программы в соответствии с ФГОС дошкольного образования:

- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, мотивации, поддержку индивидуализации, его личностного развития, через общение, игру и другие формы активности;
- создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих задач:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее – преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил, и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- обеспечение вариативности и разнообразия содержания программы организационных форм дошкольного образования, возможности формирования программ различной направленности с учётом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

В программе учитываются:

- индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования (особые образовательные потребности), индивидуальные потребности отдельных категорий детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья;
- возможности освоения ребенком программы на разных этапах ее реализации.

1.3. Принципы и подходы к формированию и реализации программы, сформулированные на основе требований ФГОС ДО:

- Поддержка разнообразия детства; сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства - понимание (рассмотрение) 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.
- Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Учреждения) и детей.
- Уважение личности ребенка.
- Реализация программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

Основные принципы рабочей программы:

- Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования).
- Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
- Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности.
- Сотрудничество ДОУ с семьей.
- Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
- Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности.

- Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).
- Учет этнокультурной ситуации развития детей.

Рабочая программа:

- соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
- сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (содержание программы должно соответствовать основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики, при этом иметь возможность реализации в массовой практике дошкольного образования);
- соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволять решать поставленные цели и задачи только на необходимом и достаточном материале, максимально приближаться к разумному "минимуму");
- обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста, в процессе реализации, которых формируются такие знания, умения и навыки, которые имеют непосредственное отношение к развитию детей дошкольного возраста;
- строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
- основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
- предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми.

Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки соответствует санитарно - эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций", утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации

от 15 мая 2013 г. № 26 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29 мая 2013 г., регистрационный № 28564).

Формирование рабочей программы основано на следующих подходах:

1. Личностно-ориентированные подходы:

- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений,
- разностороннее, свободное и творческое развитие каждого ребёнка, реализация их природного потенциала, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий развития воспитанников;
- целостное развитие дошкольников и готовность личности к дальнейшему развитию;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- психологическая защищённость ребёнка, обеспечение эмоционального комфорта, создание условий для самореализации;
- развитие ребёнка в соответствии с его склонностями, интересами и возможностями, создание условий для воспитания и обучения каждого воспитанника с учётом индивидуальных особенностей его развития (дифференциация и индивидуализация).

2. Системно-деятельные подходы:

- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребёнка в различных видах деятельности, организация детской деятельности, в процессе которой они самостоятельно делают «открытия», узнают новое путём решения проблемных задач;
- креативность – «выращивание» у воспитанников способности переносить полученные знания в ситуации самостоятельной деятельности, инициировать и поощрять потребность детей самостоятельно находить решения нестандартных задач и проблемных ситуаций;
- овладение культурой – приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества, государства, обеспечить способность ребенка ориентироваться в мире и действовать (или вести себя) в соответствии с интересами и ожиданиями других людей, социальных групп, общества и человечества в целом.

1.4. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

В возрасте 3–4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится вне ситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте. Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной - двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами.

Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться. Изобразительная деятельность ребенка зависит от его представлений о предмете. В этом возрасте они только начинают формироваться. Графические образы бедны. У одних детей в изображениях отсутствуют детали, у других рисунки могут быть более детализированы. Дети уже могут использовать цвет. Большое значение для развития мелкой моторики имеет лепка. Младшие дошкольники способны под руководством взрослого вылепить простые предметы. Известно, что аппликация оказывает положительное влияние на развитие восприятия. В этом возрасте детям доступны простейшие виды аппликации. Конструктивная деятельность в младшем дошкольном возрасте ограничена возведением несложных построек по образцу и по замыслу. В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования пред эталонов — индивидуальных единиц восприятия, переходят к сенсорным эталонам — культурно-выработанным средствам восприятия.

К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов, способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса — и в помещении всего дошкольного учреждения. Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 3–4 слова и 5–6 названий предметов.

К концу младшего дошкольного возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений. Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляются на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других. Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей. Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие.

Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя. В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация, что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполняться не ради них самих, а ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей. Значительное развитие получает изобразительная деятельность. Рисунок становится предметным и детализированным. Графическое изображение человека характеризуется наличием туловища, глаз, рта, носа, волос, иногда одежды и ее деталей. Совершенствуется техническая сторона изобразительной деятельности. Дети могут рисовать основные геометрические фигуры, вырезать ножницами, наклеивать изображения на бумагу и т. д. Усложняется конструирование. Постройки могут включать 5–6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу, а также планирование последовательности действий.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом. К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож тот или иной предмет. Могут вычленять в сложных объектах простые формы и из простых форм воссоздавать сложные объекты.

Дети способны упорядочить группы предметов по сенсорному признаку — величине, цвету; выделить такие параметры, как высота, длина и ширина. Совершенствуется ориентация в пространстве. Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7–8 названий предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут выучить небольшое стихотворение и т. д. Начинает развиваться образное мышление. Дети способны использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач. Дошкольники могут строить по схеме, решать лабиринтные задачи. Развивается предвосхищение. На основе пространственного расположения объектов дети могут сказать, что произойдет в результате их взаимодействия. Однако при этом им трудно встать на позицию другого наблюдателя и во внутреннем плане совершить мысленное преобразование образа.

Для детей этого возраста особенно характерны известные феномены Ж. Пиаже: сохранение количества, объема и величины. Например, если им предъявить три черных кружка из бумаги и семь белых кружков из бумаги и спросить: «Каких кружков больше — черных или белых?», большинство ответят, что белых больше. Но если спросить: «Каких больше — белых или бумажных?», ответ будет таким же — больше белых. Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность.

Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему. Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15–20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

В среднем дошкольном возрасте улучшается произношение звуков и дикция. Речь становится предметом активности детей. Они удачно имитируют голоса животных, интонационно выделяют речь тех или иных персонажей. Интерес вызывают ритмическая структура речи, рифмы. Развивается грамматическая сторона речи. Дошкольники занимаются словотворчеством на основе грамматических правил. Речь детей при взаимодействии друг с другом носит ситуативный характер, а при общении с взрослым становится вне ситуативной. Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок.

Ведущим становится познавательный мотив. Информация, которую ребенок получает в процессе общения, может быть сложной и трудной для понимания, но она вызывает у него интерес. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания. Повышенная обидчивость представляет собой возрастной феномен. Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другим. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляются конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другим, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации. Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками; дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализацией.

Старшая группа (5-6 лет)

Дети шестого года жизни уже могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли. Игровое взаимодействие сопровождается речью, соответствующей и по содержанию, и интонационно взятой роли. Речь, сопровождающая реальные отношения детей, отличается от ролевой речи.

Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие. При распределении ролей могут возникать конфликты,

связанные с субординацией ролевого поведения. Наблюдается организация игрового пространства, в котором выделяются смысловой «центр» и «периферия». (В игре «Больница» таким центром оказывается кабинет врача, в игре «Парикмахерская» — зал стрижки, а зал ожидания выступает в качестве периферии игрового пространства.) Действия детей в играх становятся разнообразными.

Развивается изобразительная деятельность детей. Это возраст наиболее активного рисования. В течение года дети способны создать до двух тысяч рисунков. Рисунки могут быть самыми разными по содержанию: это и жизненные впечатления детей, и воображаемые ситуации, и иллюстрации к фильмам и книгам. Обычно рисунки представляют собой схематичные изображения различных объектов, но могут отличаться оригинальностью композиционного решения, передавать статичные и динамичные отношения. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты с небольшими или, напротив, существенными изменениями. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным. По рисунку можно судить о половой принадлежности и эмоциональном состоянии изображенного человека.

Конструирование характеризуется умением анализировать условия, в которых протекает эта деятельность. Дети используют и называют различные детали деревянного конструктора. Могут заменить детали постройки в зависимости от имеющегося материала. Овладевают обобщенным способом обследования образца. Дети способны выделять основные части предполагаемой постройки. Конструктивная деятельность может осуществляться на основе схемы, по замыслу и по условиям. Появляется конструирование в ходе совместной деятельности. Дети могут конструировать из бумаги, складывая ее в несколько раз (два, четыре, шесть сгибаний); из природного материала. Они осваивают два способа конструирования: 1) от природного материала к художественному образу (ребенок «добраивает» природный материал до целостного образа, дополняя его различными деталями); 2) от художественного образа к природному материалу (ребенок подбирает необходимый материал, для того чтобы воплотить образ).

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд — по возрастанию или убыванию — до 10 различных предметов. Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для дошкольников известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков.

В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу в наглядном плане, но и совершить преобразования объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т. д. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления

детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений (представления о цикличности изменений): представления о смене времен года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов в результате различных воздействий, представления о развитии и т. д.

Кроме того, продолжают совершенствоваться обобщения, что является основой словесно-логического мышления. В дошкольном возрасте у детей еще отсутствуют представления о классах объектов. Дети группируют объекты по признакам, которые могут изменяться, однако начинают формироваться операции логического сложения и умножения классов. Так, например, старшие дошкольники при группировке объектов могут учитывать два признака: цвет и форму (материал) и т. д.

Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта. Развитие воображения в этом возрасте позволяет детям сочинять до статочно оригинальные и последовательно разворачивающиеся истории. Воображение будет активно развиваться лишь при условии проведения специальной работы по его активизации. Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию. Продолжает совершенствоваться речь, в том числе ее звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки. Развиваются фонематический слух, интонационная выразительность речи при чтении стихов в сюжетно-ролевой игре и в повседневной жизни. Совершенствуется грамматический строй речи. Дети используют практически все части речи, активно занимаются словотворчеством. Богаче становится лексика: активно используются синонимы и антонимы. Развивается связная речь. Дети могут пересказывать, рассказывать по картинке, передавая не только главное, но и детали. Достижения этого возраста характеризуются распределением ролей в игровой деятельности; структурированием игрового пространства; дальнейшим развитием изобразительной деятельности, отличающейся высокой продуктивностью; применением в конструировании обобщенного способа обследования образца; усвоением обобщенных способов изображения предметов одинаковой формы.

Восприятие в этом возрасте характеризуется анализом сложных форм объектов; развитие мышления сопровождается освоением мыслительных средств (схематизированные представления, комплексные представления, представления о цикличности изменений); развиваются умение обобщать, причинное мышление, воображение, произвольное внимание, речь, образ Я.

Подготовительная группа (6-7 лет)

В сюжетно-ролевых играх дети подготовительной к школе группы начинают осваивать сложные взаимодействия людей, отражающие характерные значимые жизненные ситуации, например, свадьбу, рождение ребенка, болезнь, трудоустройство и т. д.

Игровые действия детей становятся более сложными, обретают особый смысл, который не всегда открывается взрослому. Игровое пространство усложняется. В нем

может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем. Так, ребенок уже обращается к продавцу не просто как покупатель, а как покупатель-мама или покупатель-шофер и т. п. Исполнение роли акцентируется не только самой ролью, но и тем, в какой части игрового пространства эта роль воспроизводится. Например, исполняя роль водителя автобуса, ребенок командует пассажирами и подчиняется инспектору ГИБДД. Если логика игры требует появления новой роли, то ребенок может по ходу игры взять на себя новую роль, сохранив при этом роль, взятую ранее. Дети могут комментировать исполнение роли тем или иным участником игры.

Образы из окружающей жизни и литературных произведений, передаваемые детьми в изобразительной деятельности, становятся сложнее. Рисунки приобретают более детализированный характер, обогащается их цветовая гамма. Более явными становятся различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотно изображают технику, космос, военные действия и т. п. Девочки обычно рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и т. д. Часто встречаются и бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т. д. Изображение человека становится еще более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями.

При правильном педагогическом подходе у дошкольников формируются художественно-творческие способности в изобразительной деятельности. К подготовительной к школе группе дети в значительной степени осваивают конструирование из строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа как изображений, так и построек; не только анализируют основные конструктивные особенности различных деталей, но и определяют их форму на основе сходства со знакомыми им объемными предметами. Свободные постройки становятся симметричными и пропорциональными, их строительство осуществляется на основе зрительной ориентировки. Дети быстро и правильно подбирают необходимый материал. Они достаточно точно представляют себе последовательность, в которой будет осуществляться постройка, и материал, который понадобится для ее выполнения; способны выполнять различные по степени сложности постройки как по собственному замыслу, так и по условиям. В этом возрасте дети уже могут освоить сложные формы сложения из листа бумаги и придумывать собственные, но этому их нужно специально обучать. Данный вид деятельности не просто доступен детям — он важен для углубления их пространственных представлений. Усложняется конструирование из природного материала. Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые могут передавать сложные отношения, включать фигуры людей и животных. У детей продолжает развиваться восприятие, однако они не всегда могут одновременно учитывать несколько различных признаков. Развивается образное мышление, однако воспроизведение метрических отношений затруднено. Это легко проверить, предложив детям воспроизвести на листе бумаги образец, на котором нарисованы девять точек, расположенных не на одной прямой. Как правило, дети не воспроизводят метрические отношения между точками: при наложении рисунков друг на друга точки детского рисунка не совпадают с точками образца.

Продолжают развиваться навыки обобщения и рассуждения, но они в значительной степени ограничиваются наглядными признаками ситуации. Продолжает развиваться воображение, однако часто приходится констатировать снижение развития воображения в этом возрасте в сравнении со старшей группой. Это можно объяснить различными влияниями, в том числе и средств массовой информации, приводящими к стереотипности детских образов.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут.

У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь. В высказываниях детей отражаются как расширяющийся словарь, так и характер обобщений, формирующихся в этом возрасте. Дети начинают активно употреблять обобщающие существительные, синонимы, антонимы, прилагательные и т. д.

В результате правильно организованной образовательной работы у детей развиваются диалогическая и некоторые виды монологической речи. В подготовительной к школе группе завершается дошкольный возраст. Его основные достижения связаны с освоением мира вещей как предметов человеческой культуры; освоением форм позитивного общения с людьми; развитием половой идентификации, формированием позиции школьника. К концу дошкольного возраста ребенок обладает высоким уровнем познавательного и личностного развития, что позволяет ему в дальнейшем учиться в школе.

1.5. Планируемые результаты освоения программы:

Целевые ориентиры на этапе завершения освоения программы.

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх;
- способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре;
- ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;
- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
- ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.;
- ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.
- открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе;
- проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде;
- эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.);
- проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях;
- имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу;
- соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших;
- имеет начальные представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание психолого-педагогической работы с детьми 3-4 лет по двигательной деятельности

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

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

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

Физическая культура

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

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

2.2. Содержание психолого-педагогической работы с детьми 4-5 лет по двигательной деятельности

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

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

Физическая культура

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

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

2.3. Содержание психолого-педагогической работы с детьми 5-6 лет по двигательной деятельности

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

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

Физическая культура

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

2.4. Содержание психолого-педагогической работы с детьми 6-7 лет по двигательной деятельности

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

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

Физическая культура

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге. Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега. Добиваться активного движения кисти руки при броске. Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе. Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве. Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта. Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

2.5. Формы взаимодействия двигательной и образовательной деятельности

Деятельность	Виды деятельности
<p>Двигательная деятельность – форма активности ребенка, позволяющая ему решать двигательные задачи путем реализации двигательной функции</p>	<p>Гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные движения (ходьба, бег, метание, прыжки, лазанье, равновесие); - строевые упражнения; - танцевальные упражнения; - с элементами спортивных игр (летние и зимние виды спорта). <p>Игры:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подвижные; - с элементами спорта. <p>Простейший туризм.</p> <p>Катание на самокате, санках, велосипеде, ходьба на лыжах и др.</p>

Двигательная деятельность

Формы образовательной деятельности		
Непосредственно образовательная деятельность	Режимные моменты	Самостоятельная деятельность детей
<ul style="list-style-type: none"> - игровая беседа с элементами движений; - интегративная деятельность; - утренняя гимнастика; - совместная деятельность взрослого и детей тематического характера; - игра; - контрольно-диагностическая деятельность; - экспериментирование; - НОД по физкультуре; - спортивные и физкультурные досуги; - спортивные состязания; 	<ul style="list-style-type: none"> - игровая беседа с элементами движений; - интегративная деятельность; - утренняя гимнастика; - совместная деятельность взрослого и детей тематического характера; - игра; - контрольно-диагностическая деятельность; - экспериментирование; - НОД по физкультуре; - спортивные и физкультурные досуги; - спортивные состязания; 	<ul style="list-style-type: none"> - двигательная активность в течение дня; - игра; - утренняя гимнастика; - самостоятельные спортивные игры и упражнения и др.

2.6. Интеграция с другими образовательными областями

В разделах ООП ДО «Здоровье» и «Физическая культура», выделяется задача, направленная на достижение целей гармоничного развития у детей физического и психического здоровья через формирование интереса к работе по здоровьесбережению и ценностного отношения к своему здоровью. Содержание раздела «Физическая культура» интегрируется с содержанием раздела «Здоровье» в части решения общей задачи по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья.

В каждой образовательной области в разных видах детской деятельности у педагога имеется возможность акцентирования внимания детей на правилах сохранения здоровья. В ходе проведения исследовательской деятельности, сравнительного наблюдения, в процессе проектирования, при чтении художественной литературы воспитатель имеет возможность рассматривать вопросы культуры здоровья, основ здорового образа жизни, правил здоровьесберегающего поведения, что способствует формированию у ребёнка ценностного отношения к своему здоровью.

Таким образом, физическая культура – не только средство развития собственно физических качеств ребенка и укрепления его здоровья, но и важный компонент и средство духовного, нравственного, эстетического воспитания дошкольника. Важнейшая роль в физическом воспитании ребенка по-прежнему принадлежит воспитателям и инструкторам. Именно их умение методически правильно организовать и провести занятия, нестандартные подходы к выбору форм и средств их проведения – важнейшие компоненты развития интереса к занятиям, формирования у ребенка необходимых привычек, двигательных умений и навыков.

2.8. Система педагогической диагностики по физическому развитию воспитанников

В соответствии с ФГОС ДО целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия, установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей.

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности. Инструментарий для педагогической диагностики — карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка.

Результаты педагогической диагностики используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

- 1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
- 2) оптимизации работы с группой детей.

Процедура отслеживания и оценки результатов развития по ОО «Физическое развитие» детей проводится 2 раза в год (в сентябре и мае).

***Педагогическая диагностика уровня физического развития воспитанников
/Приложение 1/***

2.8. Обеспечение реализации программы

Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования: «От рождения до школы» Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

В программе комплексно представлены основные содержательные линии воспитания и образования ребенка от рождения до школы.

Ведущие цели Программы – создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком 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 дошкольника.

Приоритет Программы – воспитание свободного, уверенного в себе человека, с активной жизненной позицией, стремящегося творчески подходить к решению различных жизненных ситуаций, имеющего свое мнение и умеющего отстаивать его.

Направленность на сохранение и укрепление здоровья детей

Одной из главных задач, которую ставит Программа перед воспитателями, является забота о сохранении и укреплении здоровья детей, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни, воспитание полезных привычек, в том числе привычки к здоровому питанию, потребности в двигательной активности.

Основные цели и задачи

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни

Физическая культура.

Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

III ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Учебный план

Группа	Продолжительность НОД /мин./	Количество НОД в неделю	Количество НОД в год
Младшая	Не более 15 минут	3	144
Средняя	Не более 20 минут	3 (1 на воздухе)	144
Старшая	Не более 25 минут	3 (1 на воздухе)	144
Подготовительная	Не более 30 минут	3 (1 на воздухе)	144

3.2. Форма и структура непосредственно образовательной деятельности

Физкультурное занятие (НОД) – основная форма организованного, систематического обучения движениям ребенка в дошкольном учреждении. Основные задачи занятия:

- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных (физических) качеств и оптимальной двигательной активности;
- обеспечение естественной биологической потребности в движениях и тренировке организма через специально подобранные физические упражнения, обеспечивающие оптимальные физические нагрузки;
- воспитание привычки и потребности систематически заниматься физическими упражнениями и разностороннее развитие дошкольников.

В НОД по физическому развитию комплексно реализуются оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи физического воспитания.

В практике работы с дошкольниками принята трехчастная форма физкультурного занятия.

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ должна обеспечить организацию детей, активизацию их внимания, подготовку организма к выполнению более сложных упражнений. Для первой части подбираются строевые упражнения, ходьба обычная, корригирующая и с заданиями, а также бег.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ предполагает реализацию главных образовательных задач: формирование двигательных навыков и умений, развитие физических качеств и двигательных способностей. В состав второй части занятия включаются:

1. ОРУ (общеразвивающие упражнения);
2. ОД (основные виды движений или спортивных упражнений);
3. Подвижная игра.

Комплекс ОРУ носит вспомогательный характер, способствует подготовке отдельных групп к выполнению более сложных, основных видов упражнений.

Основные движения включаются для первоначального и углубленного разучивания, закрепления и совершенствования двигательных навыков – основное назначение занятия. Таким образом, дети выполняют прыжки и лазанье, метание и упражнения в равновесии. Одновременно с приобретением двигательных умений и

навыков развиваются физические качества: сила, быстрота, ловкость и гибкость; дети становятся более выносливыми, а их движения координированными и точными.

В завершении основной части проводится подвижная игра, которая соблюдая принципы работоспособности, должна быть высокой интенсивности. Желательно, чтобы в ней одновременно участвовали все дети, так как в конце основной части организм ребенка находится на высокой стадии физиологической готовности к интенсивным нагрузкам.

В *заключительной части* следует обеспечить переход от бале интенсивных движений к менее интенсивным. Подбором специальных упражнений педагог постепенно снижает нагрузку на организм и через 3-5 минут по окончании занятия приводит его в первоначальное состояние. Такими упражнениями являются малоподвижные игры, спокойная ходьба и упражнения на релаксацию.

Расписание непосредственно образовательной двигательной деятельности и индивидуальной работы по ОО «Физическое развитие» /Приложение 2/

Перспективно-тематическое планирование работы на учебный год /Приложение 3/

3.3. Формы работы с родителями

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей. 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. Родителям и воспитателям необходимо преодолеть субординацию, монологизм в отношениях друг с другом, отказаться от привычки критиковать друг друга, научиться видеть друг в друге не средство решения своих проблем, а полноправных партнеров, сотрудников. 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.

Формы работы с родителями в процессе физического воспитания дошкольников можно разделить на два вида:

- **Познавательные:** родительские собрания и круглые столы, практические семинары, журналы, дебаты, семейные гостиные, мастер-классы, тренинги.
- **Наглядные информационно-просветительские:** дни открытых дверей, информационные стенды, буклеты, анкетирование, интервьюирование, фотогазеты, памятки, совместные походы, праздники и развлечения.

План взаимодействия с родителями /Приложение №3/

3.4. Формы работы с воспитателями и специалистами

Обеспечить воспитание физически здорового и развитого ребенка можно только при условии тесного взаимодействия всего педагогического коллектива ДОУ, медицинского персонала и родителей.

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

Положительные результаты в процессе реализации задач образовательной области «Физическое развитие» возможны при условии тесной взаимосвязи и преемственности в работе всего педагогического коллектива и единства требований, предъявляемых к детям.

План работы с педагогическим коллективом /Приложение 3/

3.5. Культурно-досуговая деятельность

В соответствии с требованиями Стандарта, в программу включен раздел «Культурно-досуговая деятельность», посвященный особенностям традиционных событий, праздников, мероприятий. Развитие культурно-досуговой деятельности дошкольников по интересам позволяет обеспечить каждому ребенку отдых (пассивный и

активный), эмоциональное благополучие, способствует формированию умения занимать себя.

**Примерный перечень событий, праздников и мероприятий
для каждой возрастной группы**

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

Спортивные развлечения: «Кто быстрее?», «Зимние радости», «Мы растем сильными и смелыми».

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

Спортивные развлечения: «Спорт – это сила и здоровье», Веселые старты», «Здоровье дарит Айболит».

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

Спортивные развлечения: «Веселые старты», «Подвижные игры», «Зимние состязания», «Детская Олимпиада».

Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)

Спортивные развлечения: «Летняя олимпиада», «Ловкие и смелые», «Спорт, спорт, спорт», «Зимние катания», «Игры-соревнования», Путешествие в Спортландию».

Планирование мероприятий на учебный год. /Приложение 4/

Циклограмма деятельности инструктора по физической культуре. /Приложение 5/

3.6. Развивающая предметно-пространственная среда ДОУ по ОО «Физическое развитие»

Двигательная деятельность		
Направления образовательной деятельности	Вид помещения	Оснащение
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, выносливости и координации); - накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)	физкультурный зал, игровые помещения групп, участки групп и спортивная площадка.	- Музыкальный центр; - оборудование (для ходьбы, бега, равновесия, прыжков, катания, бросания, ловли, ползания и лазания; общеразвивающих упражнений); - картотеки подвижных игр; - тренажеры (велосипед, бегущий по волнам, наездник, беговая дорожка); - атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.); - мягкие модули

<p>Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании</p>	<p>физкультурный зал, игровые помещения групп, участки групп и спортивная площадка.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Оборудование (для ходьбы, бега, равновесия, прыжков, катания, бросания, ловли, ползания и лазания; общеразвивающих упражнений); - настольно-печатные игры («Виды спорта», «Групповые построения и упражнения», «Придумай и выполни упражнение» и др.); - тренажеры (велосипед, бегущий по волнам, наездник, беговая дорожка); - фитболы; - качели;
<p>Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей</p>	<p>Все пространство учреждения, участки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Развивающие игры; - художественная литература; - дидактические игры на развитие психических функций (мышления, внимания, памяти, воображения); - оборудование (для ходьбы, бега, равновесия, прыжков, катания, бросания, ловли, ползания и лазания; общеразвивающих упражнений); - картотеки подвижных игр; - тренажеры (велосипед, бегущий по волнам, наездник, беговая дорожка); - атрибуты для спортивных игр (хоккей, бадминтон и др.);
<p>Воспитание культурно-гигиенических навыков</p>	<p>Все помещения групп, участки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Алгоритмы для запоминания последовательности культурно-гигиенических навыков; - художественная

		литература; - игрушки-персонажи; - игрушки – предметы оперирования; - маркеры игрового пространства; - настольные игры соответствующей тематики; - иллюстративный материал, картины, плакаты
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Все помещения групп, участки.	- Иллюстративный материал, картины, плакаты; - настольные игры соответствующей тематики; - художественная литература для чтения детям и рассматривания самими детьми; - игрушки-персонажи; - игрушки-предметы оперирования; - физкультурно-игровое оборудование; - оборудование (для ходьбы, бега, равновесия, прыжков, катания, бросания, ловли, ползания и лазания; общеразвивающих упражнений); - картотеки подвижных игр;

3.7. Обеспечение методическими материалами

Методические пособия

Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет.

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3-4 года).

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4-5 лет).

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5-6 лет).

Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6-7 лет).

Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: Комплексы упражнений для детей 3-7 лет.

Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э.Я. Степаненкова.

Наглядно-дидактические пособия

Серия «Мир в картинках»: «Спортивный инвентарь».

Серия «Рассказы по картинкам»: «Зимние виды спорта»; «Летние виды спорта»; «Распорядок дня».

Серия «Расскажите детям о...»: «Расскажите детям о зимних видах спорта»; «Расскажите детям об олимпийских играх»; «Расскажите детям об олимпийских чемпионах».

Плакаты: «зимние виды спорта»; «Летние виды спорта».

**Диагностика
Образовательная область «Физическое развитие»
(возраст 3-4 года)**

	Критерии	Диагностические методы	Инструментарий	Методика
1.	Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни			
1.1	Умеет различать и называть органы чувств, знает об их роли в организме и как ухаживать за ними.	Тестирование	Карточки с изображением анализаторов – 5 шт., предметные карточки на прищепках – 20 шт., мешок, папка-раскладушка.	Дидактическая игра «Наши помощники – органы чувств». 1. В мешочек закладываются карточки анализаторы (по количеству игроков). 2. Каждый игрок достает себе одну карточку. 3. После в мешок помещаются предметные карточки с прищепками. 4. Игроки по очереди вынимают из мешка по одной предметной карточке и прикрепляют к карточке анализатору, если она ему подходит и доказывает свой выбор. Если же предметная карточка не соответствует анализатору, игрок кладет ее обратно в мешок и ход переходит следующему игроку.

1.2	Имеет представление о вредной и полезной пище.	Тестирование	Игровое поле – салфетка с нарисованной тарелкой и столовыми приборами, и подставка для напитков. Большое количество разнообразных карточек с изображением разных видов напитков, фруктов, овощей, ягод, отдельных блюд и продуктов питания. (Приложение 1)	Дидактическая игра «Здоровое питание» Детям нужно накрыть стол на завтрак (обед, ужин) используя карточки с изображением продуктов здорового питания.
2.	Физическая культура			
2.1	Энергично отталкивает мячи при бросании. Умеет ловить мяч двумя руками одновременно.	Тестирование	<u>Оборудование:</u> мячи. (приложение Нормативы)	<u>Процедура тестирования:</u> ребенок подбрасывает и ловит мяч двумя руками, не прижимая к себе и не сходя с места. (по Руновой М.А.)
2.2	Метает мешочки с песком.	Тестирование	<u>Оборудование:</u> мешочек с песком массой 200г диаметром 15-20 см в количестве не менее 3; рулетка; мел; размеченная дорожка. (приложение Нормативы)	<u>Процедура тестирования:</u> на асфальтовой дорожке или на спортивной площадке. 1.Предварительно размечается дорожка мелом поперечными линиями через каждый метр и пронумеровывается цифрами. 2.Линия отталкивания (шириной 40 см) заштриховывается мелом. 3.По команде ребенок подходит к линии отталкивания, из исходного положения стоя производит бросок мячом (мешочком) одной рукой, одна нога поставлена впереди другой на расстоянии шага. При броске <i>нельзя</i> изменять положение стоп. 3.1 Исходное положение в пол – оборота к направлению метания;

				<p>3.2 Наличие замаха;</p> <p>3.3 Перенос центра тяжести на стоящую сзади полусогнутую ногу во время замаха;</p> <p>3.4 Перенос центра тяжести на стоящую впереди ногу во время броска;</p> <p>3.5 Энергичный бросок с последующим сопровождением рукой мяча (мешочка).</p> <p>4.Результат: засчитывается лучший результат из 3 попыток.</p>
2.3	Умеет бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног.	Тестирование	<p><u>Оборудование:</u> 2 ориентира, секундомер.</p> <p><u>Задания:</u></p> <p>1) Бег на 10 м;</p> <p>2) Бег на 30 м.</p> <p>(приложение Нормативы)</p>	<p><u>Процедура тестирования:</u></p> <p>1.На асфальтированной (беговой) дорожке намечаются линии старта и финиша.</p> <p>2.За линией финиша (в 6-7 метрах от нее) ставится ориентир (яркий предмет - кегля, кубик), чтобы избежать замедления ребенком движения на финише.</p> <p>3.Ребенок у линии старта подходит к черте и занимает удобную позу.</p> <p>4.По команде «На старт, внимание!» поднимается флажок, и по команде «Марш!» ребенок с максимальной скоростью стремится добежать до финиша.</p> <p>5.Педагог стоит с боку от линии старта с секундомером.</p> <p>6.После взмаха флажком ребенок делает разбег.</p> <p>7.В момент пересечения линии старта педагог включает секундомер и выключает его, когда ребенок добежит до линии финиша.</p> <p>8.Предлагаются 2 попытки, отдых между ними 5 минут.</p> <p><u>Результат:</u> Засчитывается лучший результат из 2 попыток.</p>

2.4	Ползание на четвереньках.	Наблюдение	-	Педагог предлагает ребенку проползти: - опираясь на колени и ладони или ступни и ладони - по-медвежьи.
2.5	Лазание по гимнастической стенке.	Наблюдение	<u>Оборудование:</u> гимнастическая стенка с ограниченной меткой подъема.	Произвольным способом, захватывая рейку руками (большой палец снизу рейки, остальные сверху) и ставить на рейку ноги (серединой стопы). 1. Ребенок влезает вверх на небольшую высоту (3-4 рейки), перехватывая руками следующую рейку, а потом переставляя ноги. 2. Слезает обратным движением – сначала переставляет обе ноги на одну рейку, а потом перехватывает руками рейку.
2.6	Умеет энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с продвижением вперед.	Тестирование	<u>Оборудование:</u> рулетка; мел. (приложение Нормативы)	<u>Процедура тестирования:</u> 1. Ребенок прыгает, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размеченной линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляется на обе ноги. 2. При приземлении <i>нельзя</i> опираться позади руками. <u>Результат:</u> измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении. Засчитывается лучшая из попыток.
2.7	Соблюдает элементарные правила в подвижных играх, согласовывает движения, ориентируется в пространстве.	Наблюдение	Приложение 2	Педагог организует подвижную игру: «Воробушки и автомобиль», «Карусель», «Мой веселый, звонкий мяч», в процессе которых анализирует поведение ребенка: соблюдает ли правила игры, согласовывает движения, ориентируется в пространстве.

Уровни освоения программы

Высокий (3 балла) – ребенок проявляет интерес к выполнению физических упражнений, испытывает радость от двигательной деятельности, физические качества и основные движения соответствуют возрастным и физиологическим нормам. Все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и возрастными нормами. Самостоятельно выполняет доступные для его возраста гигиенические процедуры, имеет представления о правилах и основах здорового образа жизни. Соблюдает правила в подвижных играх, согласовывает движения в процессе игры, ориентируется в пространстве.

Средний (2 балла) – ребенок избирательно интересуется физическими упражнениями, не всегда испытывает радость от двигательной деятельности, физические качества и основные движения чуть ниже возрастной и физиологической нормы. При выполнении упражнений допущены ошибки, существенно влияющие на результат. Выполняет доступные для его возраста гигиенические процедуры с помощью воспитателя, имеет неустойчивые представления о правилах и основах здорового образа жизни. Соблюдение правил в подвижной игре носит неустойчивый характер.

Низкий (1 балл) – ребенок не проявляет интерес к выполнению физических упражнений, не испытывает радость от двигательной деятельности, физические качества и основные движения намного ниже возрастной и физиологической нормы. Упражнения выполняются с большим трудом, имеются значительные ошибки, существенно влияющие на результат. Не всегда выполняет доступные для его возраста гигиенические процедуры и не стремится соблюдать элементарные правила гигиены. В процессе подвижных игр не соблюдает правила игры, движения хаотичные.

Диагностика
Образовательная область «Физическое развитие»
(возраст 4-5 лет)

№ п/п	Критерии	Диагностические методы	Инструментарий	Методика
1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни				
1.1	Имеет представления о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека.	Тестирование	Вопросы	1. Педагог детям задает вопросы: 1.1. Для чего человеку руки? 1.2. Для чего человеку ноги? 1.3. Для чего человеку рот, зубы, язык? 1.4. Для чего человеку кожа, нос? 2. По ответам детей педагог делает вывод о сформированности или несформированности представления о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека
1.2	Имеет представление о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.	Тестирование	Сюжетные картинки с изображением ЗОЖ (Приложение 1)	Дидактическая игра «Правильно – не правильно». 1. Педагог предлагает ребенку рассмотреть картинки 2. Педагог задаёт вопросы: 2.1. Что изображено на картинке? Как ты думаешь, правильно поступают дети? 2.2. Почему нужно умываться, закаляться, во время ложиться спать? 2.3. Что ты делаешь, чтобы быть здоровым?
1.3	Имеет представление о полезных для здоровья продуктах и предметах.	Тестирование	Карточки с изображением предметных картинок: - лук, яблоко, морковь, шоколад, мороженое, газировка;	1. Детям предлагаются карточки с картинками. 2. Педагог: «Это витрины магазина. В магазине можно выбрать любые покупки. Выберите те товары, которые полезны для здоровья». 3. Дети отмечают нужные картинки.

			- мыло, зубная щетка, пылесос; - мяч, прыгалка, рогатка, планшет	
2. Физическая культура				
2.1	Ходит и бегает, соблюдая правильную технику движений.	Наблюдение	-	1. Педагог предлагает выполнить следующие задание: 1.1. Ходьба и бег обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колен, мелкими и широкими шагами, приставным шагом в сторону (направо и налево) 1.2. Ходьба и бег в колонне по одному, по двое (парами) 1.3. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотам) 1.4. Ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего 1.5. Непрерывный бег в медленном темпе в течение 1 - 1,5 мин.
2.2	Лазает по гимнастической стенке, перелезая с одного пролета на другой (вправо, влево).	Тестирование	Гимнастическая стенка, предметы - препятствия	1. Педагог предлагает поиграть в игру «обезьянка»: 1.1. Ребенку предлагается забраться на «дерево» - на гимнастическую стенку, где установлены препятствия 1.2. Ребенок должен с одной лестницы перелезть на другую.
2.3	Ползает разными способами.	Тестирование	Гимнастическая скамейка, обруч, дуга	1. Педагог в игровой форме предлагает выполнить следующие задания:

			или веревка	<p>1.1.Проползти на четвереньках: по прямой (расстояние 10 м), между предметами, змейкой</p> <p>1.2. По горизонтальной и наклонной доске, скамейки</p> <p>1.3. По гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками</p> <p>1.4. Подлезть под веревку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперед;</p> <p>1.5.Подлезть в обруч.</p>
2.4	Метает предметы разными способами правой и левой рукой.	Тестирование	Мешочки для метания	<p>1. Педагог предлагает выполнить следующие задания:</p> <p>1.1.Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5 м)</p> <p>1.2.Метание предметов в горизонтальную цель (с расстояние 2 - 2,5 м) правой и левой рукой</p> <p>1.3. В вертикальную цель (высота центра мишени 1,5м) с расстояния 1,5 – 2 м.</p>
2.5	Перекатывает, бросает и ловит мяч разными способами.	Тестирование	Мячи	<p>1. Педагог предлагает выполнить следующие задания:</p> <p>1.1.Прокатывание мячей друг другу, между предметами;</p> <p>1.2.Бросить мяч друг другу снизу, из-за головы и поймать его (на расстоянии 1,5 м)</p> <p>1.3.Перебросить мяч двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м)</p> <p>1.4.Бросить мяч вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд)</p> <p>1.5.Отбить мяч о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд).</p>
2.6	Катается на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу	Наблюдение	Двухколесный велосипед	Педагог предлагает ребенку проехать на велосипеде по прямой дорожке, по кругу.

	(весна).			
2.7	Ходит на лыжах скользящим шагом, выполняет повороты, поднимется на гору (зима).	Контрольное занятие	Лыжи	Педагог предлагает ребенку пройти на лыжах по прямой, повернуть, спуститься с горы из снега (высота 50 см).
2.8	В подвижных играх выполняет действия по сигналу	Наблюдение		<p>Педагог организует подвижные игры:</p> <p><u>«Перелет птиц»</u> Описание игры: дети стоят в рассыпную на одном конце площадки – «птицы». На другом конце – вышка для влезания или гимнастическая стенка с несколькими пролетами. По сигналу «птицы улетают» птицы летят, расправив крылья. По сигналу «буря» птицы летят на вышку – скрываются от бури. По сигналу «буря прекратилась», птицы летают. Продолжительность 5-7 минут</p> <p><u>«Лягушки и цапля»</u> Описание игры: очерчивается квадрат – «болото», где живут «лягушки». В углах вбиваются колышки или кладутся кубики. Высота 10 – 15 см. По сторонам квадрата протягивается веревка. За пределами квадрата «гнездо цапли». По сигналу «цапля» она, поднимая ноги, направляется к болоту и перешагивает через веревку. Лягушки выскакивают из болота, прыгая через веревку, отталкиваясь двумя ногами. Перешагнув через веревку, цапля ловит лягушек. Продолжительность 5-7 минут.</p>

Уровни освоения программы

Высокий (3 балла) – ребенок проявляет заинтересованность в выполнении физических упражнений, испытывает радость от двигательной деятельности, физические качества и основные движения соответствуют возрастным и физиологическим нормам. Все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и возрастными нормами. Имеет устойчивые представления о правилах и основах здорового образа жизни. Стремится соблюдать правила во время оздоровительных мероприятий, гигиенических процедур. В подвижных играх выполняет действия по сигналу.

Средний (2 балла) – ребенок избирательно интересуется физическими упражнениями, не стремится выполнить физические упражнения технически грамотно, физические качества и основные движения чуть ниже возрастной и физиологической нормы. При выполнении упражнений допущены ошибки, существенно влияющие на результат. Не всегда стремится соблюдать правила во время оздоровительных мероприятий, гигиенических процедур. В подвижных играх не всегда реагирует на сигнал

Низкий (1 балл) – ребенок не проявляет интерес к выполнению физических упражнений, физические качества и основные движения намного ниже возрастной и физиологической нормы. Упражнения выполняются с большим трудом, имеются значительные ошибки, существенно влияющие на результат. Не имеет устойчивых представлений об основах здорового образа жизни. Не стремится соблюдать правила во время оздоровительных мероприятий, гигиенических процедур. Не выполняет действия по сигналу в подвижных играх.

Диагностика
Образовательная область «Физическое развитие»
(возраст 5-6 лет)

№ п/п	Критерии	Диагностические методы	Инструментарий	Методика
1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни				
1.1	Имеет представления о составляющих здорового образа жизни	Тестирование	Набор карточек (Приложение 1) - ребенок делает зарядку; -ребенок плавает; - ребенок смотрит телевизор; - ребенок катается на велосипеде; - ребенок умывается, чистит зубы; - ребенок ест овощи и фрукты; - ребенок ест гамбургер, запивая газированным напитком	1. Детям предлагается набор карточек. 2. Педагог предлагает ребенку выбрать картинки, на которых изображены дети, выполняющие действия, направленные на укрепление здоровья. 3. Дети выбирают нужные картинки
2. Физическая культура				
2.1	Ходит и бегает, соблюдая правильную технику движений	Контрольное занятие	Гимнастическая скамейка, набивные мячи, мешочек песка (Приложение 1)	1. Педагог организует контрольное занятие, вводная часть которого является диагностическим

2.2	Лазает по гимнастической стенке с изменением темпа	Тестирование	Гимнастическая стенка	1. Педагог предлагает поиграть в игру «обезьянка», 2. Ребенку предлагается забраться на «дерево» - на гимнастическую стенку, и перелезть через поручни с изменением темпа.
2.3	Прыгает в обозначенное место с высоты, в длину с места, с разбега, высоту с разбега	Тестирование	-	1. Педагог предлагает поиграть в игру «Кто лучше прыгнет»: 1.1. Прыжки на двух ногах на месте (по 30 -40 прыжков 2-3 раза) в чередование с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед - другая назад) 1.2. Прыжки с высоты 30 см в обозначенное место; 1.3. Прыжки в длину (не менее 80см), в длину с разбега (примерно 100 см), в высоту с разбега (30 - 40см)
2.4	Прыгает через скакалку	Тестирование	Скакалка	1. Педагог предлагает выполнить следующие задание: 1.1. Попрыгать через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад 1.2. Попрыгать через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся)
2.5	Метает предметы разными способами правой и левой рукой	Тестирование	Мешочки для метания, мишень	1. Педагог предлагает выполнить следующие задание: 1.1. Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м) 1.2. Метание предметов в горизонтальную цель (с расстоянием 3 -4м) правой и левой рукой 1.3. Метание в вертикальную цель (высота центра мишени 1м) с расстояния 3 - 4м
2.6	Владеет школой мяча	Тестирование	Мячи	1. Педагог предлагает поиграть в игру «Школа

				мяча»: <ol style="list-style-type: none"> 1.1 Бросить мяч вверх о землю и ловить его двумя руками (не менее 10 раз подряд), одной рукой (правой, левой не менее 4-браз) 1.2.Бросить мяч вверх и ловить его с хлопком; 1.3.Перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли); 1.4.Отбивание мяча о землю на месте, с продвижением вперед (на расстояние 5 - 6 м)
2.7	Выполняет строевые упражнения	Контрольное занятие	Приложение 2	Педагог организует контрольное занятие, в ходе которого отмечает выполнение детьми заданий
2.8	Самостоятельно организовывает знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество	Наблюдение	-	Педагог предлагает детям организовать знакомую подвижную игру.

Уровни освоения программы

Высокий (3 балла) – ребенок проявляет заинтересованность в выполнении физических упражнений, испытывает радость от двигательной деятельности, физические качества и основные движения соответствуют возрастным и физиологическим нормам. Все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и возрастными нормами. Имеет устойчивые представления о правилах и основах здорового образа жизни. Стремится соблюдать правила во время оздоровительных мероприятий, гигиенических процедур. Может самостоятельно организовать знакомую подвижную игру, проявляя творчество

Средний (2 балла) – ребенок избирательно интересуется физическими упражнениями, не стремится выполнить физические упражнения технически грамотно, физические качества и основные движения чуть ниже возрастной и физиологической нормы. При выполнении упражнений допущены ошибки, существенно влияющие на результат. Не всегда стремится соблюдать правила во время оздоровительных мероприятий, гигиенических процедур. Знакомую подвижную игру организует с помощью взрослого.

Низкий (1 балл) – ребенок не проявляет интерес к выполнению физических упражнений, физические качества и основные движения намного ниже возрастной и физиологической нормы. Упражнения выполняются с большим трудом, имеются значительные ошибки, существенно влияющие на результат. Не имеет устойчивых представлений об основах здорового образа жизни. Не стремится соблюдать правила во время оздоровительных мероприятий, гигиенических процедур. Не может организовать знакомую подвижную игру

Диагностика
Образовательная область «Физическое развитие»
(возраст 6-7 лет)

№ п/п	Критерии	Диагностические методы	Инструментарий	Методика
1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни				
1.1	Сформированы представления об активном отдыхе	Тестирование	Набор карточек (Приложение 1): ребёнок за компьютером, планшетом; ребенок плавает; ребенок смотрит телевизор; ребенок катается на велосипеде; гуляет по солнечной поляне, на	1. Детям предлагается набор карточек 2. Педагог предлагает ребенку выбрать картинки, на которых изображены дети, выполняющие действия, направленные на укрепление здоровья
1.2	Имеет элементарные представления о здоровом образе жизни	Беседа	Вопросы:	1. Педагог предлагает детям ответить на вопросы, 1.1 Какого человека можно назвать здоровым? 1.2 почему люди болеют? 1.3 какую надо есть пищу, чтобы быть здоровым? 1.4 как люди лечат болезни? 1.5 как ты думаешь: природа помогает нам быть здоровыми 2. По ответам детей педагог делает вывод о сформированности или несформированности представлений о здоровом образе жизни.
2. Физическая культура				
2.1	Ходит и бегает, соблюдая	Контрольное	Гимнастическая скамейка,	Педагог организует занятие, в ходе которого

	правильную технику движений	занятие	набивные мячи, мешочки с песком (Приложение2)	отслеживает выполнение диагностических критериев
2.2	Лазает по гимнастической стенке с изменением темпа	Тестирование	Гимнастическая стенка	1. Педагог предлагает поиграть в игру «обезьянка» 2. Ребенку предлагается забраться на «дерево» - гимнастическую стенку: 2.1. перелезть с одной лестницы на другую по диагонали 2.2. с изменением темпа, 2.3. использование перекрестного и одновременного движения рук и ног.
2.3	Прыгает в обозначенное место с высоты, в длину с места, с разбега, высоту с разбега	Тестирование	Подвешенный предмет для прыжка в высоту с места	1. Педагог предлагает поиграть в игру «Кто лучше прыгнет»: 1.1. прыжки на двух ногах на месте (по 30 -40 прыжков 3-4 раза) в чередование с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед - другая назад), продвигаясь вперед на 5-6 м с зажатым между ног мешочком с песком; 1.2. прыжки с высоты 40 см в обозначенное место; 1.3. прыжки в длину (не менее 100см), в длину с разбега (примерно 180 см), 1.4. прыжки в высоту с разбега (50 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребенка
2.4	Прыгает через скакалку	Тестирование	Короткая скакалка	1. Педагог предлагает выполнить следующие задания: 1.1. попрыгать через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад на двух ногах, с ноги на ногу; 1.2 попрыгать через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся) по одному, парами
2.5	Метает предметы разными способами правой и левой рукой	Тестирование	Мешочки для метания	1. Педагог предлагает выполнить следующие задания:

				<p>1.1. метание предметов на дальность (не менее 6-12 м);</p> <p>1.2. метание предметов в горизонтальную цель (с расстоянием 4-5м) правой и левой рукой;</p> <p>1.3. в вертикальную цель (высота центра мишени 1м) с расстояния 3 -4м;</p> <p>1.4. метание в движущуюся цель;</p> <p>1.5 метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя)</p>
2.6	Владеет школой мяча	Тестирование	Мячи	<p>1. Педагог поиграть в игру «Школа мяча»:</p> <p>1.1. бросить мяч вверх о землю и ловить его двумя руками (не менее 20раз подряд), одной рукой (правой, левой) не менее 4 раз;</p> <p>1.2. бросить мяч вверх и ловить его с хлопком, с поворотом;</p> <p>1.3. перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли) с расстояния 3-4 м;</p> <p>1.4. отбивание мяча о землю на месте правой и левой рукой поочередно, с продвижением вперед (на расстояние 5 - 6 м);</p> <p>1.5. ведение мяча в разных направлениях</p>
2.7	Выполняет строевые упражнения	Контрольное занятие	(Приложение 3)	Педагог организует занятие, в ходе которого отслеживает выполнение диагностических критериев
2.8	Проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол)	Наблюдение	Оборудование для игр: городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол (мяч, ракетки, клюшки, шайба, стол для настольного тенниса, теннисный мяч и тд.)	<p>1. Педагог предлагает детям оборудование для спортивных игр.</p> <p>2. Делает выводы о сформированности интереса к спортивным играм</p>

Уровни освоения программы

Высокий (3 балла) – ребенок проявляет заинтересованность в выполнении физических упражнений, испытывает радость от двигательной деятельности, физические качества и основные движения соответствуют возрастным и физиологическим нормам. Все элементы упражнения выполняются в полном соответствии с заданием и возрастными нормами.

Имеет устойчивые представления о правилах и основах здорового образа жизни. Мотивирован на здоровый образ жизни; представления носят целостный характер.

Проявляет активный интерес к спортивным играм.

Средний (2 балла) – ребенок избирательно интересуется физическими упражнениями, не стремится выполнить физические упражнения технически грамотно, физические качества и основные движения чуть ниже возрастной и физиологической нормы. При выполнении упражнений допущены ошибки, существенно влияющие на результат.

Имеет неустойчивые представления о правилах и основах здорового образа жизни. Не полностью мотивирован на здоровый образ жизни; представления носят отрывочный характер.

Интерес к спортивным играм неустойчивый.

Низкий (1 балл) – ребенок не проявляет интерес к выполнению физических упражнений, физические качества и основные движения намного ниже возрастной и физиологической нормы. Упражнения выполняются с большим трудом, имеются значительные ошибки, существенно влияющие на результат.

Не имеет устойчивых представлений об основах здорового образа жизни. Не мотивирован на здоровый образ жизни; представления носят поверхностный характер.

Не проявляет интереса к спортивным играм.

**Перспективный план работы инструктора по физической культуре
на 2020-2021 учебный год**

№	Содержание	Сроки проведения
<u>Организационная работа</u>		
1.	Оформление физкультурного зала в соответствии с тематикой запланированных развлечений, досугов и праздников.	В течение года
2.	Оформление документации, картотек и спортивного стенда новой информацией.	Сентябрь и по квартально
3.	Дополнение дидактического материала и пособий для НОД, праздников, развлечений.	В течение года
<u>Методическая работа</u>		
1.	Составление перспективного плана на учебный год.	Август
2.	Составление календарного плана.	Ежемесячно
2.	Посещение методических объединений	По плану МО
3.	Изучение темы по самообразованию: «Упражнения с мячом как средство развития опорно-двигательного аппарата и мышечной системы детей старшего дошкольного возраста».	В течение года
4.	Консультации для воспитателей на педагогических часах	По плану методиста
6.	Изучение методической литературы.	В течение года
<u>Формы организации детской деятельности</u>		
1.	Проведение педагогической диагностики физического развития детей всех возрастных групп.	Октябрь, апрель
2.	Образовательная деятельность с детьми всех возрастных групп согласно реализуемым образовательным программам и сетке занятий.	Ежедневно
3.	Индивидуальная образовательная деятельность с детьми по совершенствованию основных видов движений.	В течение года
4.	Проведение индивидуальной образовательной деятельности с детьми и детьми	По расписанию
5.	Проведение праздников и развлечений согласно плану.	В течение года
5.	Участие в спортивных мероприятиях города и области.	В течение года
<u>Взаимодействие с коллективом</u>		
1.	Проведение плановых консультаций с воспитателями по графику, физкультурных занятий, праздников, развлечений.	В течение года
2.	Взаимодействие со специалистами (психологом, логопедом, дефектологом, музыкальным работником) в образовательной деятельности с детьми	
3.	Консультации для воспитателей по пополнению физкультурных уголков в группах.	В течение года
4.	Привлечение воспитателей к изготовлению атрибутов	В течение года

	для развлечений и праздников	
5.	Проводить с воспитателями обсуждение конспектов спортивных мероприятий.	В течении года
6.	Пополнять папку «Консультации по физическому развитию»	В течение года
<u>Взаимодействие с родителями</u>		
1.	Индивидуальное консультирование по запросам родителей на интересующие их темы.	В течение года
2.	Участие в родительских собраниях.	В течение года
3.	Привлечение родителей к участию в мероприятиях детского сада (праздники и развлечения).	В течение года
4.	Привлечение родителей к изготовлению нетрадиционного оборудования к НОД, праздникам и развлечениям.	В течении года
5.	Обновлять папки-передвижки с консультациями и рекомендациями для родителей в каждой группе	Раз в месяц

**План взаимодействия с педагогическим коллективом
на 2020-2021 учебный год**

№	Форма мероприятия	Месяц проведения	Содержание, тема
1	Подготовка атрибутов, предварительные беседы, заучивание стихотворения. песни вместе с воспитателями к турист. походу	сентябрь	«Туристический поход за пределы детского сада»
2	Памятка для воспитателей, рекомендации по инд. работе с детьми	сентябрь	«Что необходимо знать и помнить при подготовке и проведении НОД по физической культуре»
3	Ознакомление с воспитателей с планом работы на 2020-2021 учебный год		«План работы по физической культуре на 2020 – 2021 учебный год»
4	Консультирование по интересующим вопросам	октябрь	Ответы на интересующие вопросы.
5	Подготовка к физкультурным праздникам, разучивание стихов, танцев, перестроений	Октябрь - май	По плану проведения физкультурных досугов, праздников
6	Консультация на педагогическом часе	Февраль	«Упражнения с мячом как средство развития опорно-двигательного аппарата и мышечной системы детей старшего дошкольного возраста»

7	Открытый показ (НОД) (видеопокказ)	март	ИКТ в физическом развитии дошкольников
9	Обсуждение результатов мониторинга	апрель	Итоговые результаты диагностики по физическому развитию на 2020 – 2021 учебный год
10	Выступление по теме самообразования	Май	Отчет по самообразованию – «Перспективный план по использованию мяча в работе по ФИЗО»

План взаимодействия с родителями на 2020 – 2021 учебный год

Форма мероприятия	Месяц проведения	Содержание, тема
Предложить родителям предварительно побеседовать с детьми старшей и подготовительной групп о туризме на тему «Мы тоже ходили в поход» (День туризма 27 сентября)	сентябрь	«Туристический поход»
Консультация в родительские уголки групп (в т. ч. папки – передвижки)	Ежемесячное обновление консультаций в разных возрастных группах	«Вместе на зарядку», «Дыши правильно», «Подвижные народные игры», «Совместные занятия спортом», «Как выбрать вид спорта для ребенка», «Юные лыжники», «Наш веселый, звонкий мяч», «Спортивная форма на занятии по физической культуре», «О летнем отдыхе»
Индивидуальная работа с родителями по их запросам	в течение года	Ответы на интересующие родителей вопросы.
Участие в родит. собрании	декабрь	Консультация «Всей семьей на лыжи»
Привлечение родителей к подготовке праздников: беседа, изготовление атрибутов	февраль	Тематическое занятие, посвященное Дню защитника Отечества
Изготовление буклета	апрель	«Здоровый образ жизни»

**План досугов, праздников и развлечений
инструктора по ФИЗО на 2020 – 2021 учебный год**

№	Месяц	Мероприятия Младший и средний дошкольный возраст	Мероприятия Старший дошк. возраст и подгот. гр.
1.	Сентябрь	«В гостях у лесных жителей»	Туристический поход (2-3 нед.)
2.	Октябрь	«Урожай собирай!»	«Осень урожайная»
3.	Ноябрь	«Я вырасту здоровым»	Летняя спартакиада (соревнования)
4.	Декабрь	«Мячик нам необходим, поиграют дети с ним»	«Непослушный мяч»
5.	Январь	«Зимушка хрустальная»	Зимняя спартакиада (соревнования)
6.	Февраль	Тематические занятия ко Дню защитника отечества	
7.	Март	«Масленица идет, блин да мед несет»	
8.	Апрель	«Осторожно, дорога!» (ПДД)	«Страна дорожных знаков» (ПДД)
9.	Май	«Вот поезд наш едет»	Туристический поход (2-3 недели)
10.	Июнь	День защиты детей	