

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
№1 от 31.08.2023 г.



УТВЕРЖДЕНО
Приказом заведующего
МБДОУ №52 г. Амурска
от 31.08.2023 г. № 280 – Д
_____ А.Е. Шинкоренко

Рабочая программа инструктора по физкультуре
Герун Виктории Григорьевны
Составлена на основе ФОП ДО и ФГОС ДО,
соотнесена с образовательной программой
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детского сада комбинированного вида № 52 г. Амурска
Амурского муниципального района
Хабаровского края

2023/2024 учебный год

Содержание

№	Наименование раздела	стр.
1	Целевой раздел	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цели и задачи реализации программы	6
1.3.	Принципы и подходы к формированию программы	7
1.4.	Характеристика возрастных особенностей детей	8
1.5.	Планируемые результаты освоения рабочей программы	10
1.5.1	Промежуточные данные по физическому развитию дошкольников	12
1.5.2	Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования	19
1.5.3	Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования по физическому развитию	20
2	Содержательный раздел	20
2.1.	Содержание ОО «Физическое развитие»	21
2.2.	Программные задачи по физическому развитию	21
2.3.	Основные технологии реализации рабочей программы	22
2.4.	Физкультурно-оздоровительная работа	26
2.5.	Часть рабочей программы, формируемая участниками образовательного процесса	30
2.6.	Подготовка дошкольников к сдаче нормативов ГТО	32
2.7.	Годовой календарный учебный график	33
2.8.	Перспективные планы по физическому развитию	34
2.9.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников	34
3	Организационный раздел	35
3.1.	Материально-техническое обеспечение	35
3.2.	Организация предметно-пространственной среды	36
3.3.	Требования к развивающей предметно-пространственной среде	36
4	Список литературы	39

Приложение:

№ 1 – Методика диагностики физических качеств

№ 2 – Система физкультурно-оздоровительной работы

№ 3 – Перспективное планирование НОД «Физическое развитие»

№ 4 – Модель двигательной активности

№ 5 – План физкультурных развлечений

№ 6 – Годовой план работы инструктора по физической культуре

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа по физическому развитию детей дошкольного возраста разработана в соответствии с бюджетным образовательным учреждением детский сад комбинированного вида № 52 г. Амурска Амурского муниципального района Хабаровского края в соответствии с введением в действие ФГОС ДОО. Рабочая программа является нормативным документом, обеспечивающим физическое развитие детей дошкольного возраста от 4 до 7 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Программа рассчитана на один год работы с детьми от 4 до 7 лет, является приложением к образовательной программе МБДОУ № 52 г. Амурска.

Содержание образовательного процесса в ДОУ выстроено с учетом примерной образовательной программы дошкольного образования «Мозаика» (авторы: В.Ю. Белькович, Н.В. Гребёнкина, И.А. Кильдышева 2014), а также ряда парциальных программ:

- «Как воспитать здорового ребенка», В.Г. Алямовская, 2009г.;
- Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет «Малыши-крепыши» О.В. Бережнова, В.В. Бойко, Москва 2017 г.;
- «Будь готов!» - Парциальная программа физического развития детей 6-8 лет и методические рекомендации по подготовке к сдаче норм ВФСК ГТО, Л.Н. Волошина, И.С. Борзых, Москва, 2020.

Используются программно-методические пособия, технологии:

- «Развивающая педагогика оздоровления» В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. М., 2000.

В связи с введением Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования одной из задач дошкольного учреждения становится «повышение эффективности процесса обучения» детей дошкольного возраста. Поэтому возникает проблема отбора и использования таких образовательных технологий и дидактических форм, которые повысят качество процесса обучения, сделают его действенным и плодотворным.

В своей работе используются следующие педагогические технологии:

Наименование технологии	Обоснование выбора	Результат
Технология личностно-ориентированного обучения	Обеспечивает психическое и социальное здоровье воспитанников, развивает индивидуальность ребенка.	Развитие психофизических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, выносливости) и максимальное раскрытие способностей детей в области физической культуры и спорта. Дети спокойны,

		уступчивы, не конфликтны.
Здоровьесберегающие технологии	<p>Помогают овладеть навыками здорового образа жизни, сохранить и укрепить здоровье воспитанников ДОУ.</p> <p><u>Медико-профилактические:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -организация мониторинга здоровья дошкольников; -организация и контроль питания детей; -физического развития дошкольников; -закаливание; -организация профилактических мероприятий; -организация обеспечения требований СанПиНов; -организация здоровьесберегающей среды. <p><u>Физкультурно-оздоровительные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -развитие физических качеств, двигательной активности; - становление физической культуры детей; - дыхательная гимнастика; - массаж и самомассаж; -профилактика плоскостопия и формирования правильной осанки; -воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье. 	<p>Овладение элементарными представлениями о ценности здоровья, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. Дети научатся заботиться о своём здоровье.</p>
Игровые технологии	<p>Способствуют раскрепощению детей, развитию выразительности движений, освоению основных видов движений, развитию двигательного творчества.</p> <p>Игровые технологии позволяют строить образовательный процесс, объединенный общим содержанием, сюжетом, игровым персонажем.</p>	<p>Развитие самостоятельности воспитанников: в процессе общения дети учатся договариваться, давать оценку своим действиям и действиям товарищей; формируются личностные качества (толерантность, доброжелательность, отзывчивость, целеустремленность,</p>

		трудолюбие); налаживается установление контактов с другими детьми; развивается двигательная активность и любопытность
Информационно-коммуникационные технологии	Улучшают качество обучения, оптимизацию образовательного процесса. Повышают мотивацию детей к получению и усвоению новых знаний. Информация на экране компьютера в игровой форме вызывает у детей огромный интерес. Несет в себе образный тип информации, понятный дошкольникам. Для педагога дает возможность повышать профессиональный уровень через обмен опытом, знакомство с периодикой, наработками других педагогов.	Овладение навыками работы с сетью Интернет, создание презентации

Реализуемая рабочая программа строится на следующих основных принципах:

- 1) поддержка разнообразия детства;
- 2) личностно-развивающего и гуманистического характера взаимодействия взрослого с детьми;
- 3) уважение личности ребенка;
- 4) реализация Программы в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

Данная рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральная образовательная программа дошкольного образования (приказ Министерства просвещения РФ № 1028 от 25 ноября 2022 года);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ № 1155 от 17 октября 2013 года), с изменениями №31 от 21 января 2019 года.
- Пункт 5 Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных духовно-нравственных ценностей. Указ Президента РФ № 809 от 9 ноября 2022 года
- Федеральный закон «Об образовании в РФ» №273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.

- Федеральный закон от 24 сентября 2022 н. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»
- Постановление Правительства Российской Федерации от 17 января 2023 г №33 «О внесении изменений в Положение о Всероссийском физкультурно- оздоровительном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)
- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» СП 2.4.3648-20 (Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2021 № 28);
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Устав ДОУ;
- Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- нормативные документы краевого и муниципального уровней образовательной программой ДОУ;

1.2. Цели и задачи реализации программы

В основу рабочей программы положены цели и задачи, определенные федеральным государственным стандартом дошкольного образования (ФГОС ДО).

Основные цели рабочей программы: разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей русского народа, исторических и национально-культурных традиций. Задачи психолого-педагогической работы решаются интегрировано в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области.

Задачи образовательной области «Физическое развитие»:

1. обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;

2. приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям российского народа- жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
3. построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
4. создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
5. охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
6. обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
7. обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;
8. достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

1.3. Принципы и подходы к формированию программы

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершенно летних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей, а также педагогических работников (далее вместе-взрослые);
- признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество ДОО 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 ДО соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).

Для успешной реализации рабочей программы обеспечены следующие психолого-педагогические условия:

- 1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- 2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям;
- 3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка;
- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;
- 8) поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

1.4. Характеристика возрастных особенностей детей

Характеристика возрастных возможностей младших дошкольников (3-5 лет)

В младшем дошкольном возрасте интенсивно развиваются моторные функции. Двигательная активность детей характеризуется достаточно высоким уровнем самостоятельности действий. В среднем за время пребывания в дошкольном учреждении объём двигательной активности составляет в этот возрастной период 10-14 тыс. условных шагов, продолжительность - 240-250 мин (более 4ч), интенсивность - до 40-55 движений в мин.

Движения имеют вполне преднамеренный и целеустремлённый характер: дети хорошо различают виды движений, представляют себе их смысл, назначение, частично овладевают умением выделять наиболее существенные их элементы, могут обсуждать результаты своих действий. Возникает интерес к определению соответствия движения образцу. Дети стремятся к новым сочетаниям движений, испытывают желание попробовать

свои силы в более сложных видах упражнений. Вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями. Для них характерно недостаточно чёткое и правильное выполнение двигательных заданий, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий по преодолению трудностей.

К этому возрастному периоду дети достаточно хорошо овладевают навыками ходьбы. Однако у многих из них ещё отсутствуют непринуждённое положение корпуса и головы, согласованные движения ног и рук.

Структура бега оформляется к четырём годам. Устойчивая фаза полёта наблюдается у всех детей, но беговой шаг остаётся недостаточно равномерным, скорость невысока, отталкивание не сильное, полёт короткий, движения рук малоактивны.

Дети уже владеют прыжками разных видов, умеют отталкиваться от опоры, помогая себе взмахами рук, а также мягко приземляться, сохраняя равновесие. Дальность прыжка ограничена слабостью мышц, связок, суставов ног, тазового пояса, недостаточным умением концентрировать свои усилия в нужный момент.

При метании предметов ещё недостаточно проявляется слитность замаха и броска. В результате укрепления кисти и пальцев рук, развития координации движений, глазомера и под влиянием многократных упражнений дети приобретают способность регулировать направление полёта и силу броска. Однако для многих из них ловля предмета ещё затруднена.

Возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко, в общем для всех детей темпе, соблюдать определённые интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим.

Характеристика возрастных возможностей старших дошкольников (5-7 лет)

В этом возрасте более развитыми оказываются те группы мышц, которые активнее действуют в повседневной деятельности детей. Это прежде всего группы мышц, обеспечивающие вертикальное положение тела, ходьбу, бег и другие жизненно важные движения. Все крупные мышцы туловища и конечностей отличаются слабым развитием связочных отделов. Относительно мало развиты мелкие мышцы шеи, груди, поясницы, кисти руки, некоторые мышцы и связки позвоночного столба. Это создаёт предпосылки для возникновения при неблагоприятных условиях деформаций позвоночника.

Высокая потребность в движениях у детей 6-7 лет сохраняется. Двигательная активность становится более целенаправленной, отвечающей индивидуальному опыту, интересам и желаниям. Вынужденную гиподинамию при длительном просмотре телевизионных передач, на

занятиях они компенсируют последующим увеличением количества и интенсивности движений.

Средние показатели двигательной активности детей 5-7 лет за время пребывания в дошкольном учреждении составляют 13 – 17,5 тыс. движений, интенсивность колеблется в пределах 55-70 движений в минуту, продолжительность достигает 4,5 ч. Отмечаются циклические изменения двигательной активности детей в течение суток, недели, а также в разные периоды годы. Заметная разница в характере двигательной активности мальчиков и девочек в процессе самостоятельной игровой деятельности, отмечавшаяся в 5-6 лет, к концу дошкольного детства сглаживается.

Движения старших дошкольников становится всё более осмысленными, мотивированными и управляемыми. Но в целом в характере двигательной активности сохраняются ещё черты, типичные для предыдущих возрастных периодов – высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребёнка, неспособность завершить её по первому требованию, нежелание выполнять действия, лишённые непосредственного интереса, направленные на достижение отдалённого результата. В то же время повышается способность к произвольной регуляции двигательной активности. Они могут заставить себя преодолеть определённые трудности при выполнении сложных двигательных заданий.

В движениях дети познают себя, своё тело, знакомятся с его строением, свойствами, возможностями, узнают о способах перемещения в пространственно-временной среде окружающего предметного мира.

Старшие дошкольники обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков и осознанно пользуются ими в своей деятельности. Движения приобретают слаженность, уверенность, стремительность, лёгкость.

Совершенствуются приобретённые ранее двигательные качества и способности. Наиболее значимыми для всестороннего развития физических возможностей детей старшего дошкольного возраста являются скоростно-силовые и координационные способности (ловкость), гибкость и выносливость.

Организм дошкольников лучше подготовлен к проявлению скорости и гибкости по сравнению с силой и выносливостью. Гибкость к 7 годам значительно увеличивается: больше становится амплитуда движений, процессы напряжения и расслабления работающих мышц более слаженные. Высокая подвижность суставов обусловлена эластичностью мышц, сухожилий, связок.

У детей 5-7 лет отмечаются высокие темпы прироста показателей, характеризующих время двигательной реакции, быстроту и скорость однократных движений, частоту повторяющихся. Дошкольники хорошо

приспособлены к недлительным скоростно-силовым динамическим действиям, которые составляют основное содержание их игр.

Несмотря на то, что старшие дошкольники сильнее младших, их силовые возможности ещё весьма ограничены. Отмечается значительный естественный прирост физической работоспособности и выносливости. Дети способны к достаточно продолжительной двигательной деятельности разной интенсивности.

К 7 годам у большинства мальчиков и девочек появляется устойчивое стремление к участию в совместных подвижных играх и физических упражнениях. Они охотно объединяются по интересам и длительное время играют, взаимодействуя для достижения цели в соответствии с принятыми на себя ролями и подчиняясь правилам игры. Со взрослыми и сверстниками устанавливаются отношения сотрудничества и партнёрства.

1.5. Планируемые результаты освоения программы

Согласно требованиям ФГОС дошкольного образования, результаты освоения Программы сформулированы в виде *целевых ориентиров*, которые представляют собой возрастной портрет ребенка на конец дошкольного детства. Целевые ориентиры формируются как результат полноценно прожитого ребенком детства, как результат правильно организованных условий реализации Программы дошкольного образования в соответствии с требованиями Стандарта и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

Целевые ориентиры программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

Планируемые результаты освоения рабочей программы предусматривает следующие результаты детей по физическому развитию:

Таблица 6

Возраст	Планируемые результаты
Средний дошкольник (4-5 лет)	По мере накопления двигательного опыта на конец учебного года у детей должны сформироваться следующие новые двигательные умения: -самостоятельно перестраиваться в звенья с опорой на ориентиры; -сохранять исходное положение; четко выполнять повороты; -выполнять упражнения в заданном темпе, соблюдать направление;

	<ul style="list-style-type: none"> -сохранять правильную осанку во время ходьбы, заданный темп; -сохранять равновесие; энергично отталкиваться, мягко приземляться; -ловить мяч с расстояния 1,5 м, отбивать его об пол не менее 5 раз подряд; -принимать исходное положение при метании; ползать разными способами; -подниматься по гимнастической стенке чередующимся шагом; -двигаться ритмично, в соответствии с характером и темпом музыки.
<p>Старший дошкольник (5-6 лет)</p>	<p>По мере накопления двигательного опыта на конец учебного года у детей должны сформироваться следующие новые двигательные умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> -сохранять дистанцию во время ходьбы и бега; -выполнять упражнения с напряжением, в заданном темпе и ритме, выразительно, с большой амплитудой; -ходить энергично, сохраняя правильную осанку; сохранять равновесие на ограниченной площади; -энергично отталкиваться и выносить маховую ногу вверх в скоростном беге; -прыгать в длину и высоту с разбега, со скакалкой; -выполнять разнообразные движения с мячом; -самостоятельно проводить подвижные игры;
<p>Старший дошкольник (6-7 лет)</p>	<p>По мере накопления двигательного опыта на конец учебного года у детей должны сформироваться следующие новые двигательные умения;</p> <ul style="list-style-type: none"> -самостоятельно, быстро и организованно строится и перестраиваться во время движения; -выполнять общие упражнения активно, с напряжением, из разных исходных положений, выразительно и точно; -сохранять динамическое и статическое равновесие в разных условиях; -сохранять скорость и заданный темп бега; ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления; -отбивать, передавать, подбрасывать мяч разными способами; точно поражать цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и др.); -энергично подтягиваться по скамейке различными способами; быстро и ритмично лазать по наклонной и вертикальной лестницам; лазать по канату (шесту); -организовывать подвижные игры со сверстниками; забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать

	мяч друг другу в движении; контролировать свои действия в соответствии с правилами; правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его партнеру.
--	---

1.5.1. Промежуточные данные по физическому развитию дошкольников

С целью организации оздоровительно-образовательного процесса в ДОУ проводится диагностика физического развития и здоровья детей.

Два раза в год проводится диагностика физической подготовленности воспитанников ДОУ.

Результаты освоения программы по физическому развитию разработаны с учетом ФГОС ДО и региональных рекомендаций по физическим качествам «Методика оценки физического развития и физической подготовленности дошкольников» (автор Решетнева Г.А., Дорошенко А.С. и др.). Мониторинг проводится два раза в год: в начале учебного года с целью выявления умений и навыков в физическом развитии; в конце учебного года с целью выявления динамики роста умений и навыков по разделам физического развития.

Методика мониторинга физических качеств прилагается (*Приложении 1*).

Результаты диагностики на начало учебного года:

Детей дошкольного возраста (4-7 лет) на группах № 12, 16, 11, 15, 17, 20, 10, 13 всего **149** детей.

Таблица 1

Критерии	Количество детей	Критерии	Количество детей
Мальчики	55	Участвовало в диагностике	137
Девочки	94		
Всего детей	149	Отстранено	12
Группы здоровья:		Уровни физической подготовленности:	
1 группа-	28 – 18%	высокий	17 – 12%
2 группа-	108 – 73%	средний	84 – 61%
3 группа-	12 – 8%	низкий	36 – 27%
5 группа-	1 – 1%		

Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет) групп № 12, 16 общеразвивающей направленности.

Таблица 3

Образовательная область	Особенности развития детей		
	Возрастные особенности детей 4-5 лет	Общая характеристика детей 4-5 лет	
Физическое развитие	<p>Дети гармонично физически развиваются, в двигательной деятельности проявляют хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость. Уверенно и активно выполняют основные элементы техники основных движений, общеобразовательных упражнений, свободно ориентируются в пространстве. Проявляют интерес к физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями.</p> <p>Осуществляют элементарный контроль за действиями сверстников: оценивают их движения, замечают их ошибки. Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна, активно общаются со сверстниками и воспитателем, проявляют инициативность, контролируют и соблюдают правила. Проявляют элементарное творчество в двигательной деятельности.</p>	Критерии	Кол. Детей
		Мальчики	14
		Девочки	31
		Всего детей	45
		Участвовало в диагностике	42
		Отстранено	3
Уровни физической подготовленности:	<p>высокий 3 – 7%</p> <p>средний 22 – 52%</p> <p>низкий 17 – 41%</p>		

Вывод: по данным диагностики физической подготовленности дошкольников на начало 2023-2024 учебного года большая часть детей 4-5

лет владеют главными элементами техники большинства движений. Не все дети способны самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа. Пока не замечают ошибки при выполнении упражнений и нарушения правил в играх. Дети увлекаются процессом и не всегда обращают внимание на результат. В играх все дети активны, положительно относятся ко всем предлагаемым и особенно новым упражнениям и играм. Многие дети проявляют стойкий интерес к физическим упражнениям, но можно отметить, что есть дети, которые не проявляют интереса к упражнениям в силу индивидуальных особенностей.

Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей старшего дошкольного возраста (5-6 лет) групп № 11, 15, 20 и 17 (компенсирующей направленности).

Таблица 4

Образовательная область	Особенности развития контингента детей		
	Возрастные особенности детей 5-6 года жизни	Общая характеристика 5-6 года жизни	
Физическое развитие	Дети гармонично физически развиваются, их двигательный опыт богат. В двигательной деятельности проявляют хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость. В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности, проявляют высокий, стойкий интерес	Критерии	Кол. детей
		Мальчики	30
		Девочки	47
		Всего детей	77
		Участвовало в диагностике	73
	Отстранено	4	

	<p>к новым и знакомым упражнениям, проявляют инициативу. Имеет представления о некоторых видах спорта. Уверенно, точно, выразительно и заданном темпе, и ритме выполняют упражнения. Способны проявлять необходимый самоконтроль и самооценку. Стремятся к лучшему результату, осознают зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом. В самостоятельной двигательной деятельности дети с удовольствием общаются со сверстниками, проявляют познавательную и деловую активность, эмоциональную отзывчивость.</p>	<p>Уровни физической подготовленности: высокий средний низкий</p>	<p>8 – 11% 48 – 67% 17 – 22%</p>
--	--	--	--

Вывод: по данным диагностики физической подготовленности дошкольников на начало 2023-2024 учебного года, большая часть детей 5-6 лет правильно выполняют большинство физических упражнений, но не всегда проявляют должные усилия. Правильно оценивают движения сверстников, замечают собственные ошибки, и ошибки сверстников. Многие дети понимают зависимость между качеством выполнения упражнений и результатом. Все дети хорошо справляются с ролью водящего в играх, соблюдают правила игры. Дети проявляют интерес к физическим упражнениям. Но и среди детей старшего возраста можно отметить детей, у которых нет интереса выполнять физические упражнения в силу индивидуальных особенностей.

Возрастные и индивидуальные особенности контингента детей (6-7 лет) подготовительной к школе комбинированной группы №10 и №13 группа компенсирующей направленности.

Таблица 5

Образовательная	Особенности развития контингента детей
-----------------	--

область	Возрастные особенности детей 6-7 лет	Общая характеристика 6-7 лет	
Физическое развитие	Дети гармонично физически развиваются, их двигательный опыт богат. Результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняют физические упражнения. В двигательной деятельности успешно проявляют выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость. Проявляют элементы творчества в двигательной деятельности, через движения передают своеобразие конкретного образа, стремятся к неповторимости в своих движениях. Проявляют постоянно самоконтроль и самооценку. Стремятся к лучшему результату, осознают зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом, самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности.	Критерии	Кол. детей
		Мальчики	11
		Девочки	16
		Всего детей	27
		Участвовало в мониторинге	22
		Отстранено	5
Уровни физической подготовленности:	высокий 6 – 27% средний 14 – 64% низкий 2 – 9%		

Вывод: по данным диагностики физической подготовленности дошкольников на начало 2023-2024 учебного года дети 6-7 лет технически правильно выполняют большинство физических упражнений, проявляют должные усилия, активность и интерес. Способны оценивать движения других детей, упорны в достижении своей цели и положительного результата. Самоконтроль и самооценка непостоянны. Дети способны

самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения с небольшой подгруппой сверстников. Интерес к физическим упражнениям устойчивый.

1.5.2. Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

1. ребёнок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.;
2. способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;
3. ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства;
4. 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;
5. ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
6. ребёнок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребёнка складываются предпосылки грамотности;
7. у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
8. ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;
9. ребёнок проявляет любознательность, задаёт вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живёт; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.;

10.ребёнок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

1.5.3 Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования по физическому развитию предусматривают:

- Ребенок самостоятельно, быстро и организованно строится, и перестраивается во время движения. Выполняет общие упражнения точно, активно, с напряжением, из разных исходных положений. Сохраняет динамическое и статическое равновесие в сложных условиях.
- Ребенок умеет сохранять скорость и заданный темп бега. Ритмично выполняет прыжки, мягко приземляется, сохраняет равновесие после приземления.
- Ребенок умеет отбивать, передавать, подбрасывать мяч разными способами. Точно поражать цель горизонтальную, вертикальную, кольцоброс и другие.
- Ребенок энергично подтягивается на скамейке разными способами. Быстро и ритмично лазит по наклонной и вертикальной лестнице, канату, шесту.
- Ребенок может организовать игру с подгруппой сверстников. Выбивает городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит. Забрасывает мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролирует свои действия в соответствии с правилами. Правильно держит ракетку, ударяет по волану, перебрасывает его в сторону партнера без сетки и через нее.

2. Содержательный раздел

Содержание рабочей программы обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в образовательной области «Физическое развитие».

Содержание программы строится из обязательной (инвариантной) части, и части, формируемой участниками образовательных отношений (вариативной).

Обязательная часть программы предполагает комплексность подхода с обеспечением развития детей в физическом развитии. В части, формируемой участниками образовательных отношений, представлены парциальные образовательные программы, методики, формы организации образовательной работы, региональный компонент. Объём обязательной части программы не менее **60%** от её общего объёма; части, формируемой участниками образовательных отношений, не более **40%**.

2.1. Содержание образовательной области «Физическое развитие» включает:

- приобретения опыта, в том числе связанного с выполнением упражнений, направленных на развитие таких качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, лазание, повороты в обе стороны);
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;
- овладений подвижными играми с правилами;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

2.2. Задачи по физическому развитию.

Рабочая программа по физическому развитию детей дошкольного возраста включает задачи, которые разработаны в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа.

Рабочая программа по физическому развитию детей дошкольного возраста включает задачи, которые разработаны в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа.

Задачи на средний возраст 4-5 лет:

- побуждать детей воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнения;
- добиваться уверенного и активного выполнения основных элементов техники движений (общеразвивающие упражнения, основные движения, спортивные упражнения);
- формировать у детей способность оценивать движения сверстников, замечать их ошибки;
- соблюдать и контролировать правила в подвижных играх;
- закреплять умения по ориентировке в пространстве;
- продолжение освоения основ гигиенической культуры.

Задачи на старший возраст 5-6 лет:

- добиваться осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения детьми всех видов движений;

- побуждать детей анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей;
- формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях;
- воспитывать у детей желание самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры со сверстниками и малышами;
- побуждать детей проявлению творчества в двигательной деятельности;
- целенаправленно развивать быстроту и общую выносливость;
- формировать самостоятельность в выполнении культурно-гигиенических процессов.

Задачи на старший подготовительный к школе возраст 6-7 лет:

- добиваться точного, энергичного и выразительного выполнения всех упражнений;
- закреплять умения детей в анализе движений (самоконтроль, самооценка, контроль и оценка движений товарищей, элементарное планирование);
- закреплять умения в самостоятельной организации игр и упражнений со сверстниками и малышами;
- развивать творчество и инициативу, добиваться выразительного и вариативного выполнения движений;
- закреплять правила и двигательные умения в спортивных играх и упражнениях;
- целенаправленно развивать ловкость движений
- развивать самостоятельность в применении культурно-гигиенических навыков, обогащать представления о гигиенической культуре.

2.3. Основные технологии, формы, методы, приемы, средства организации воспитательно-образовательного процесса

Образовательный процесс направлен на расширение осведомленности ребенка об окружающем, важны разнообразие форм и видов детской деятельности, свободный выбор предметного материала, ненавязчивая позиция взрослого.

Ключевыми задачами образовательного процесса являются:

1. Наполнить жизнь ребенка интересным содержанием.
2. Творческий подход к отбору содержания, на основе интеграции, с использованием разнообразных методов и приемов.
3. Широкое включение в образовательный процесс разнообразных игр, игровых приемов и игровых ситуаций.
4. Вариативность в отборе тем, форм, средств, методов, (новизна и разнообразие).

Основные технологии, формы, методы, приемы, средства реализации рабочей программы по физическому развитию, следующие:

Таблица 7

Разделы (задачи, блоки)	Возраст	Формы и приемы совместной деятельности взрослого и детей	Формы и приемы самостоятельной деятельности детей	Формы и приемы взаимодействия с семьей
<p>1. Основные движения: ходьба, бег, катание, бросание, метание, ползание, лазание, упражнения в равновесии</p> <p>2. Общеразвивающие упражнения</p> <p>3. Подвижные игры</p> <p>4. Активный отдых</p>	Младший и средний дошкольный возраст	<p><i>Утренний отрезок времени:</i> Индивидуальная работа воспитателя-игровые упражнения; Утренняя гимнастика: игровая, сюжетная, смешанная, музыкально-ритмическая, с предметом; Подражательные движения; <i>Прогулка</i> Подвижная игра - высокой и низкой подвижности, игровые упражнения, проблемная ситуация, индивидуальная работа, подражательные движения <i>2 половина дня, включая прогулку</i> Гимнастика после дневного сна Физические и коррекционные упражнения, подражательные упражнения, подвижная игра, индивидуальная работа</p> <p>Физкультурные</p>	Игра Игровые упражнения Подражательные движения	Беседы, консультации, буклеты, газеты, встречи по заявкам, физкультурные досуги и праздники, интерактивное общение, мастер-класс, проекты

		досуги Физкультурные праздники День здоровья		
<p>1. Основные движения: ходьба, бег, катание, бросание, метание, ползание, лазание, упражнения в равновесии</p> <p>2. Общеразвивающие упражнения</p> <p>3. Подвижные игры</p> <p>4. Активный отдых</p>	Старший дошкольный возраст	<p><i>Утренний отрезок времени:</i> Индивидуальная работа воспитателя; игровые упражнения движения; Утренняя гимнастика: игровая, сюжетная, смешанная, музыкально-ритмическая, с предметом. <i>Прогулка</i> Подвижная игра - высокой и низкой подвижности, игровые упражнения, проблемная ситуация, индивидуальная работа, двигательное творчество, занятия по физическому развитию на улице, занятия-походы <i>2 половина дня, включая прогулку</i> Гимнастика после дневного сна Физические и коррекционные упражнения, самостоятельная организация</p>	<p>Игра подвижная Игровые упражнения</p> <p>Двигательное творчество</p>	<p>Беседы, консультации, буклеты, газеты, встречи по заявкам, физкультурные досуги и праздники, интерактивное общение, мастер-класс, проекты</p>

		<p>подвижных игр, индивидуальная работа, динамические паузы</p> <p>Физкультурные досуги Физкультурные праздники День здоровья</p>		
<p>5. Спортивные упражнения</p> <p>6. Спортивные игры</p>		<p><i>Утренний отрезок времени:</i> игровые подводящие упражнения, движения игры с элементами спортивных упражнений, дидактические игры</p> <p><i>Прогулка</i> подвижная игра высокой и низкой подвижности с элементами спортивных игр, занятия по физической культуре на улице, игровые подводящие упражнения, спортивные игры <i>2 половина дня, включая прогулку</i> игровые подводящие упражнения, движения игры с элементами спортивных упражнений, дидактические игры</p>		

Программно – методическое обеспечение

Инвариантная часть

Таблица 8

Физическое развитие
Комплексная образовательная программа дошкольного образования «Мозаика» (авторы: В.Ю. Белькович, Н.В. Гребёнкина, И.А. Кильдышева) «Физическая культура в детском саду» Т.И. Осокина.

Вариативная часть

Таблица 9

Физическое развитие
Парциальные программы
- Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет «Малыши-крепыши» О.В. Бережнова, В.В. Бойко, Москва 2017 г.;
- «Будь готов!» - Парциальная программа физического развития детей 6-8 лет и методические рекомендации по подготовке к сдаче норм ВФСК ГТО, Л.Н. Волошина, И.С. Борзых, Москва, 2020.
- «Как воспитать здорового ребенка» В.Г. Алямовская,
Педагогические методики и технологии
1. «Физическое развитие дошкольников – Подготовительная к школе группа», О.В. Бережнова, В.В. Бойко, Москва 2017 г.;
2. «Физическое развитие дошкольников – Старшая группа», О.В. Бережнова, В.В. Бойко, Москва 2017 г.;
3. «Развивающая педагогика оздоровления» В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. М., 2000.
4. «Гимнастика маленьких волшебников» Т.В. Нестерюк.2000
5. «Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет» Н.Л. Кряжева.

2.4. Физкультурно-оздоровительная работа

Деятельность ДОУ строится с учетом позиции охраны жизни, сохранения и укрепления здоровья детей.

В детском саду сложилась и действует комплексная система физкультурно-оздоровительной работы, основными задачами которой являются:

- создание условий для полноценного развития и содержательной жизни детей в детском саду;
- обеспечение охраны и укрепления физического и психического здоровья детей;
- обеспечение эмоционального благополучия;
- формирование необходимых двигательных умений и навыков;
- воспитание потребности у детей в здоровом образе жизни.

Ведущими составляющими здоровьесберегающей деятельности ДОУ являются:

- рациональная организация воспитательно-образовательного процесса в соответствии с санитарными нормами и гигиеническими требованиями.
- организация оптимальной двигательной активности в течение дня.
- организация сбалансированного питания воспитанников.
- формирование ценности здорового образа жизни.
- систематическое внедрение профилактических и оздоровительных мероприятий.

В ДОУ разработаны: система физкультурно-оздоровительной работы и закаливания в ДОУ (*Приложение 2*);

Закаливающие процедуры проводятся воспитателями групп в течение всего года на основе рекомендаций врача-педиатра, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребёнка.

В группах осуществляется дифференцированный отбор видов закаливания:

- дневной сон, организуемый в проветренных спальнях;
- упражнения после сна (в постели) с элементами дыхательной и зрительной гимнастик, точечного самомассажа;
- хождение по массажным коврикам, дорожкам;
- хождение босиком, способствующее поддержанию определённого тонуса сосудистой сети кожи стоп, играющей важную роль в терморегуляции;
- воздушные ванны в сочетании с гимнастикой, подвижными играми, беговыми упражнениями;
- умывание лица водой комнатной температуры;
- влажное обтирание рук, шеи, груди.

В осенне-зимний период используются эндонозальнооксолиновая мазь, чесночно-терапию, кварцевание, витаминотерапия.

В группах проводятся мероприятия, направленные на профилактику нарушений зрения, опорно-двигательного аппарата, заболеваний у часто болеющих детей.

Педагоги систематически проводят упражнения по формированию правильной осанки и укрепления свода стопы у детей:

- специальные упражнения, используемые в ходе утренней гимнастики;
- комплексы физкультминуток, динамические паузы;
- комплекс коррекционных игр и упражнений, в ходящих в гимнастику после сна.

Для родителей воспитанников предлагаются рекомендации по формированию правильной осанки и укрепления свода стопы в домашних условиях:

- комплексы игр и упражнений с различными предметами (палки, мячи, обручи, скамейки);

- водные и профилактические процедуры (контрастные ножные ванны с применением различных травяных отваров).

Оздоровительные мероприятия для часто болеющих детей включают в себя:

- щадящий режим;
- рациональная дозировка нагрузки в ходе физкультурно-оздоровительной работы;
- комплекс дыхательных упражнений для повышения функциональной эффективности дыхательной системы;
- витаминотерапия.

Для объективной оценки состояния здоровья детей и коррекции педагогической деятельности воспитателей по оздоровлению, ежегодно проводятся осмотры детей узкими специалистами: окулист, хирург, отоларинголог, невропатолог, стоматолог. Педиатр подводит итог осмотров, оценивает физическое, нервно-психическое развитие детей, определяет группу здоровья, физкультурную группу, даёт рекомендации педагогам и родителям.

Физкультурно-оздоровительная работа в группе строится с учетом принципов здоровьесберегающей педагогики и здоровьесберегающих образовательных технологий во всех формах организации двигательного режима.

Система оздоровительных мероприятий включает в себя различные виды массажа и самомассажа по методикам Уманской и нетрадиционных форм оздоровления; развитие дыхания по методике Б.С. Толкачева, авторским разработкам М.Л. Лазарева. Комплексы развивающих упражнений и корригирующей гимнастики, подвижные игры, занятия из цикла «Забочусь о своем здоровье» все это помогает формировать у ребенка мотивацию здорового образа жизни.

Для осуществления физкультурно-оздоровительных мероприятий в ДОУ имеются спортивный зал, бассейн, оснащенный необходимым спортивным оборудованием и соответствующий санитарно - гигиеническим требованиям, в каждой группе функционируют спортивные уголки.

Чтобы в полной мере реализовать потребность детского организма в движении разработана «Модель двигательного режима». Объем двигательной активности воспитанников в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности составляет до 6 - 11 часов в неделю с учетом возрастных особенностей детей, времени года и режима дня. (Приложение 4) Максимально допустимый объем образовательной нагрузки соответствует санитарно - эпидемиологическим правилам и санитарно-эпидемиологическим требованиям к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СП 2.4.3648-20 (Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2021 № 28);

Занятия физической культурой для дошкольников проводим 3 раза в неделю. Продолжительность занятий физической культурой зависит от возраста детей и составляет:

- 4-го года жизни – не более 15 минут;
- 5-го года жизни – не более 20 минут;
- 6-го года жизни – не более 25 минут;
- 7-го года жизни – не более 30 минут.

Одно из трех занятий круглогодично проводится на открытом воздухе.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях максимальное число занятий физкультурой проводятся на открытом воздухе.

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами непосредственно образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Непосредственно образовательная деятельность физкультурно-оздоровительного и эстетического цикла занимает не менее 50% общего времени, отведенного на непосредственно образовательную деятельность.

В соответствии с Законом «Об образовании в РФ» для воспитанников ДОУ предлагаются дополнительные образовательные услуги, которые организуются в вечернее время 1-2 раза в неделю продолжительностью 25-30 минут (старший возраст).

Расписание занятий по физическому развитию составлено с учетом возрастных особенностей детей, исключают возможность эмоциональной и физической перегрузки детей.

Таблица 10

Дни недели	группа №3 (3 - 4 лет)	группа №14 (3 - 4 лет)	группа №12 (4 - 5 лет)	группа №16 (4 - 5 лет)	группа №11 (5 - 6 лет)	группа №15 (5 - 6 лет)	группа №17 (5 - 6 лет)	группа №20 (5 - 6 лет)	группа №10 (6 - 7 лет)	группа №13 (6 - 7 лет)
Понедельник					9.00-9.25	15.35-16.00		9.35-10.00	10.10-10.40	
Вторник	15.30-15.45	15.55-16.10	9.00-9.20	9.30-9.50			10.00-10.25			10.35-11.05
Среда	9.30-9.45 (в группе)	9.30-9.45 (в группе)			9.00-9.25	15.35-16.00		9.35-10.00	10.10-10.40	
Четверг			9.00-9.20	9.30-9.50			10.00-10.25			10.35-11.05
Пятница	10.15 на прогулке	10.15 на прогулке	10.15 на прогулке	10.15 на прогулке	10.20 на прогулке	10.20 на прогулке	10.20 на прогулке	10.20 на прогулке	10.20 на прогулке	10.20 на прогулке
	Физкультурные праздники и развлечения (по плану инструктора по физической культуре) Пятница – 9.00 Кружковая работа «ГТО в детском саду» Среда – 16.10									

Занятия по физическому развитию планируются следующих типов: обучающее, диагностическое, сюжетное, смешанное, в подвижных играх, тренировочное.

Для формирования у дошкольников привычки к ЗОЖ составлено расписание утренних гимнастик:

Таблица 11

Дни недели	группа №3 (3 - 4 лет)	группа №14 (3 - 4 лет)	группа №12 (4 - 5 лет)	группа №16 (4 - 5 лет)	группа №11 (5 - 6 лет)	группа №15 (5 - 6 лет)	группа №17 (5 - 6 лет)	группа №20 (5 - 6 лет)	группа №10 (6 - 7 лет)	группа №13 (6 - 7 лет)
Понедельник	8.05 Сюжетная в группе	8.05 Сюжетная в группе	8.10 Муз. <i>ритмическая</i>	8.20 Муз. <i>ритмическая</i>	8.05 Сюжетная в группе	8.05 Сюжетная в группе	8.05 Смешанная в группе	8.05 Смешанная в группе	08.05 <i>Озд. бег</i>	08.20 <i>Озд. бег</i>
Вторник	08.05 П/игры спорт/зал	08.20 П/игры спорт/зал	8.05 Сюжетная в группе	8.05 Сюжетная в группе	8.05 С предметом в группе	8.10 Муз. <i>ритмическая</i>	8.05 Смешанная в группе	8.05 Смешанная в группе	8.20 Муз. <i>ритмическая</i>	8.05 С предметом в группе
Среда	8.05 С предметом в группе	8.05 С предметом в группе	8.05 Смешанная в группе	8.05 Смешанная в группе	08.05 П/игры спорт/зал	8.05 С предметом в группе	8.10 Муз. <i>ритмическая</i>	08.20 П/игры спорт/зал	8.05 С предметом в группе	8.20 Муз. <i>ритмическая</i>
Четверг	8.05 Сюжетная в группе	8.05 Сюжетная в группе	8.05 С предметом в группе	8.05 С предметом в группе	8.10 Муз. <i>ритмическая</i>	08.05 П/игры спорт/зал	08.20 П/игры спорт/зал	8.10 Муз. <i>ритмическая</i>	8.05 Сюжетная в группе	8.05 Сюжетная в группе
Пятница	8.05 Смешанная в группе	8.05 Смешанная в группе	08.05 П/игры спорт/зал	08.20 П/игры спорт/зал	8.05 Смешанная в группе	8.05 Смешанная в группе	8.05 С предметом в группе	8.05 С предметом в группе	8.05 Смешанная в группе	8.05 Смешанная в группе

2.5. Часть рабочей программы, формируемая участниками образовательного процесса

Часть рабочей программы, формируемая участниками образовательного процесса, определяет работу по приоритетному направлению деятельности дошкольного учреждения, региональный компонент и дополнительное образование (кружки, секции).

Дополнительное образование представлено следующими кружками:

Таблица 12

Наименование	Реализуемая	Цель	Руководител	Режим
--------------	-------------	------	-------------	-------

кружка	программа		ь кружка	работы
<p>Кружок «ГТО в детском саду» для детей 6-7 лет</p>	<p>«Будь готов!» - Парциальная программа физического развития детей 6-7 лет и методические рекомендации по подготовке к сдаче норм ВФСК ГТО, Л.Н. Волошина, И.С. Борзых, Москва, 2020. 1.Голицына Н. С. Физкультурный калейдоскоп для дошкольников. Москва, 2006г. 2.Шишкина В.А. Движение +движение: Кн. для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1992. – 96 с. 3.Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение, 1981. – 96 с.</p>	<p>Приобщение детей к здоровому активному образу жизни и формирование интереса к спорту посредством внедрения Всероссийског о физкультурно- спортивного комплекса ГТО.</p>	<p>Инструктор по физической культуре</p>	<p>Среда 16.10- 16.40 (25-30 минут)</p>

2.6. Подготовка дошкольников к сдаче нормативов ГТО

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение различными возрастными группами от 6 лет установленных нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) по 3 уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса.

Поэтому в ДОУ в рамках образовательной области «Физическое развитие» Федерального образовательного стандарта дошкольного образования большое внимание уделяется развитию физических качеств детей.

Физические качества у детей проявляются через двигательные навыки и умения, а они, в свою очередь, обусловлены достаточным уровнем их развития.

Для выполнения ряда движений детям старшего дошкольного возраста необходим определенный уровень развития быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, силы. Без этого движениям детей, несмотря на их разнообразие, не хватает экономичности, целесообразности, они не могут проявить полностью имеющийся резерв возможностей организма.

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс основывается на следующих принципах:

- а) добровольность и доступность;
- б) оздоровительная и личностно ориентированная направленность;
- в) обязательность медицинского контроля;
- г) учет региональных особенностей и национальных традиций.

Программа по подготовке детей старшего дошкольного возраста к сдаче нормативов ГТО представлена в приложении №5 и является дополнением к рабочей программе по образовательной области «Физическое развитие».

2.7. Годовой календарный учебный график

Учебный план разработан в соответствии с годовым календарным учебным графиком МБДОУ.

- Законом «Об образовании в РФ»
- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СП

- 2.4.3648-20 (Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2021 № 28);
- Федеральными государственными образовательными стандартами;
 - Федеральной образовательной программой дошкольного образования (приказ Министерства просвещения РФ № 1028 от 25 ноября 2022 года);
 - Уставом ДОУ.

Таблица 13

п/н	Направление плана	Содержание направлений
1.	Режим работы образовательного учреждения	с 7.00 до 19.00
2.	Продолжительность 2023-2024 учебного года:	
	начало учебного года 01.09.2023 г.	окончание учебного года 31.05.2024 г.
3.	Продолжительность учебного года	37 учебных недель
4.	Продолжительность учебной недели	5 дней в неделю (понедельник, вторник, среда, четверг, пятница)
Диагностика		
5.	Промежуточная	Сентябрь 2023 г.
6.	Итоговая	Май 2024 г.
Сроки проведения каникул		
7.	Гибкий учебный график	с 25.12.2023 г. – 29.12.2023 г.
8.	Летне-оздоровительный период	с 01.06.2024 г. – 31.08.2024 г.

Занятия по физической культуре:

Таблица 14

Разделы	В неделю занятий	В месяц занятий	В год занятий	Продолжительность одного занятия по возрастам
Физическое развитие	3 занятия (из них - 1 на улице)	12 занятий (4 на улице)	108 занятий (36 на улице)	3-4 года - 15 мин 4-5 лет - 20 мин 5-6 лет - 25 мин 6-7 лет - 30 мин

2.8. Перспективные планы.

В основе организации воспитательно-образовательного процесса в ДОУ лежит комплексно-тематическое планирование. Построение всего образовательного процесса вокруг одной темы дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для

практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления. Одной теме уделяется одна неделя. Тема отражается в подборе материалов, находящихся в группе и уголках развития. Составлено комплексно – *тематическое планирование* образовательной деятельности «Физическое развитие» и *перспективное планирование воспитательно-образовательной работы* (Приложение 3)

Тематический принцип построения образовательного процесса позволяет ввести региональные и культурные компоненты, учитывать приоритет дошкольного учреждения.

Активный отдых. Физкультурные досуги и праздники обеспечивают решение образовательных и воспитательных задач; совершенствование двигательных умений; формирование интереса и потребности в физической культуре. Составлен перспективный план физкультурных досугов и развлечений. (Приложение 5).

Для расширения педагогических знаний в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками предлагается план методической работы с педагогами. (Приложение 6).

2.9. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников

В соответствии с законом РФ «Об образовании» родители являются равноправными и равно ответственными участниками образовательного процесса.

Важнейшим условием обеспечения целостного развития личности ребенка является развитие конструктивного взаимодействия с семьей.

В основу совместной деятельности с семьями воспитанников заложены следующие принципы:

- единый подход к процессу воспитания ребёнка;
- открытость дошкольного учреждения для родителей;
- взаимное доверие во взаимоотношениях педагогов и родителей;
- уважение и доброжелательность друг к другу;
- дифференцированный подход к каждой семье;
- равная ответственность родителей и педагогов.

Основной целью установления взаимоотношений ДООУ и семьи является создание единого пространства семья – детский сад, в котором всем участникам педагогического процесса будет комфортно, интересно, безопасно, полезно и эмоционально благополучно.

Задачи:

- 1) формирование психолого-педагогических знаний родителей;
- 2) приобщение родителей к участию в жизни ДООУ;
- 3) оказание помощи семьям воспитанников в физическом развитии детей;
- 4) изучение и пропаганда лучшего семейного опыта по физическому развитию.

Система взаимодействия с родителями включает:

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

Основные формы взаимодействия с семьей:

- анкетирование,
- наглядная информация-стенды, папки-передвижки,
- памятки;
- фотовыставки;
- создание странички на сайте ДООУ;
- консультации, семинары, семинары-практикумы, конференции;
- распространение опыта семейного воспитания;
- родительские собрания;
- выпуск газеты для родителей
- Дни открытых дверей.
- Дни здоровья.
- совместные праздники, развлечения.
- встречи с интересными людьми
- семейный клуб
- участие в творческих выставках, смотрах-конкурсах
- мероприятия с родителями в рамках проектной деятельности
- творческие отчеты кружков
- профессиональный сайт инструктора по физической культуре

3. Организационный раздел

3.1. Материально-техническое обеспечение программы

Материально-технические условия реализации программы:

- соответствие санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам;
- соответствие правилам пожарной безопасности;
- средства обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей;
- оснащенность помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- учебно-методический комплект, оборудование, оснащение методической литературой.

Для осуществления физкультурно-оздоровительных мероприятий в ДОУ имеются прогулочные участки, спортивная площадка, спортивный зал, бассейн, оснащенный необходимым спортивным оборудованием и соответствующий санитарно - гигиеническим требованиям, в каждой группе функционируют спортивные уголки.

В спортивном зале есть стеллажи для пособий, шкаф для одежды.

Необходимо приобрести магнитофон.

3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды

Предметно-пространственная среда должна выполнять образовательную, развивающую, воспитывающую, стимулирующую, организованную, коммуникативную функции. Но самое главное – она должна работать на развитие самостоятельности и самостоятельности ребенка.

При создании развивающего пространства по физическому развитию мы учитывали ведущую роль игровой деятельности в развитии дошкольников, а это в свою очередь обеспечивает эмоциональное благополучие каждого ребенка, развитие его положительного самоощущения, компетентности в сфере отношений к миру, к людям, к себе, включение в различные формы сотрудничества, что и является основными целями дошкольного обучения и образования.

3.3. Требования к развивающей предметно-пространственной среде.

1. Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства ДОУ, а также территории, прилегающей к ДОУ, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

2. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения.

3. Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать: реализацию различных образовательных программ; учет национально-культурных, климатических условий, в которых осуществляется образовательная деятельность; учет возрастных особенностей детей.

4. Развивающая предметно-пространственная среда *должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.*

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания, соответствующими материалами, в том числе спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, которые обеспечивают:

-игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников;

-двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;

-эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;

-возможность самовыражения детей.

Развивающая предметно-пространственная среда в ДОО обеспечивает максимальную реализацию образовательного процесса и приспособлена для реализации рабочей программы в физическом развитии детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья. Безопасность предметно-пространственной среды соответствует всем элементам требования по обеспечению надежности и безопасности их использования.

Таблица 14

Физические качества	Практический материал	Пособия, игры
Спортивный зал: - на развитие и укрепление мелких мышц	Мешочки для метания	Платочки
	Мячи резиновые д-10 см	Ленты
	Мячи резиновые д -25 см	Мелкие палочки
	Гимнастические палки	Кубики
	Обручи пластмассовый д-55	Шишки
	Пластмассовые гантели	«Городки»
	Кегли (набор из 10 шт)	«Кольцебросы»
- на формирование эмоциональной сферы	Набивные мячи (вес 1 кг)	Шапочки для игр (медвежата белые и бурые, лягушата, котята)
	Сухой бассейн с комплектом шаров	
- на развитие скоростно-силовых качеств	Горка к сухому бассейну	Шапочки для игр: «Два мороза», «Пух», «Петух», «Вороны», «Кот Васька»
	Гимнастическая скамья	
	Физио - мячи с ручкой	
	Гимнастическая стенка	
- на профилактику плоскостопия	Баскетбольные корзины	Куклы к программе «Здравствуй» - 9 шт., накидка «Здравика».
	Набивные мячи (вес 1 кг)	
	Коврики массажные 30x120см	
	Массажеры «колибри»	
- на развитие ловкости, равновесия, координации движений, выносливости	Набор мягких модулей	Иллюстрации к играм: «Костер», «Поваренок», «Зоопарк», «Белые медвежата»,
	Комплект следочков ладоней и ступней	
	Гимнастическая лестница с зацепами	Альбом «Спорт»
	Гимнастический набор №1 для построения полосы препятствий	
	Гимнастический набор №2 для построения полосы препятствий	Фишки - ориентиры
Обруч пластмассовый плоский разного диаметра 65, 50, 35 см		
Дорожка из упругих объемных элементов с наклонными		

	поверхностями	
	Скакалки	
	Гимнастические маты	
	Круговая лесенка-балансир (4 секции)	
- на развитие и укрепления крупных мышц	Батут круглый без держателя д 127 см	
	Беговая дорожка	
	Велотренажер	
	Гребной тренажер	
	Гребной тренажер	
	Тренажер «Бегущая по волнам»	
	Тренажер «Наездник»	
	Тренажер «Силовой»	
	Тренажер «Диски здоровья»	
Спортивная площадка	Рукаходы	
	Яма для прыжков	
	Бум разноуровневый	
	Ворота для футбола	
	Лианы для лазания	
	Воротики для подлезания	
	Турник разноуровневый	
	Стойки для волейбольной сетки	
	Кольца для метания мячей	
	Беговая дорожка вокруг спортивной площадки	
	Беговая дорожка вокруг детского сада с разметкой по 10 метров	
	Площадка для метания с разметкой 1 метр	
Спортивные уголки в группах	Мячи разного диаметра, обручи, кольцебросы	
	Скалки, «Городки», ленты, физиомячи,	
	Мешочки на метание, массажеры, «Дорожки здоровья», флажки.	

Необходимо пополнить следующий спортивный инвентарь: ракетки для игры в бадминтон, мешочки для метания разного веса, гимнастические коврики, баскетбольные мячи.

4. Список литературы

1. Программа дошкольного образования «Мозаика» (авторы: В.Ю. Белькович, Н.В. Гребёнкина, И.А. Кильдышева 2014);
2. Парциальная программа физического развития детей 3-7 лет «Малыши-крепыши» О.В. Бережнова, В.В. Бойко, Москва 2017 г.;
3. «Будь готов!» - Парциальная программа физического развития детей 6-8 лет и методические рекомендации по подготовке к сдаче норм ВФСК ГТО, Л.Н. Волошина, И.С. Борзых, Москва, 2020.
4. Программа «Как воспитать здорового ребенка» В.Г. Алямовская. М., 1999.
5. «Физическая культура в детском саду» Т.И. Осокина. М., 1986.
6. «Развивающая педагогика оздоровления» В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. М., 2000.
7. «Нетрадиционные формы оздоровления детей» Т.В. Нестерюк, Л.И. Латохина. 1998г.
8. «Мир детских эмоций. Дети 5-7 лет» Н.Л. Кряжева.
9. «Развитие эмоций дошкольников» В.М. Минаева. 2001.
10. «Физкультура – это радость» Л.Н. Сивачева. Библиотека программы «Детство».
11. Программа «Безопасность» Н.Н. Авдеева, О.Л. Князева, Р.Б. Стеркина 2013г
12. Пособие С.А.Козлова «Я человек» (валеология)
13. Зайцев Г. Уроки Мойдодыра. - СПб: «Детство-Пресс», 2000.
14. Зайцев Г. Уроки Айболита. - СПб: «Детство-Пресс», 2001.
15. Интернет-ресурсы

