

**Целевой раздел**

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по физическому развитию детей МБДОУ детский сад № 7 «Жемчужинка» разработана в соответствии с примерной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, 2014 г., в соответствии с введением в действие ФГОС ДО.

Рабочая программа по развитию детей дошкольного возраста обеспечивает развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей по основному направлению – «Физическое развитие».

«Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)» (п.2.6.ФГОС ДО).

**Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:**

* Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" 29.12.2012 N 273-ФЗ.
* Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.07.2020г. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программах - образовательным программам дошкольного образования»;
* СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»
* Приказ Минобразования и науки РФ от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении Федерального Государственного Образовательного Стандарта Дошкольного Образования» (ФГОС ДО).
* Концепция дошкольного воспитания.

Программа разработана по «Физкультурно-оздоровительному направлению», на основе источников, приведенных в списке литературы.

Полноценное физическое развитие дошкольника- это прежде всего своевременное формирование двигательных навыков и умений; развитие интереса к различным, доступным ребенку видам движений; воспитание положительных нравственно-волевых черт характера личности; содействие в стимулировании деятельности сердечно -сосудистой и дыхательной систем, в формировании опорно-двигательного аппарата, как основу правильной осанки. Большое значение для развития дошкольника приобретают занятия физической культуры не только в зале, но и на улице, они являются одним из средств закаливания и профилактики заболеваний.

**Концепция программы:**

• систематичность, доступность, последовательность (от простого к сложному);

• учет психофизиологических и возрастных особенностей;

• индивидуализация;

• наглядность;

• активность;

• результативность.

**Цель программы:** формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

• накопление и обогащение двигательного опыта детей, овладение основными видами движениями

• формирование навыков правильной ходьбы, бега, прыжков, лазания, метания, равновесия

**Развивающие:**

• развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

* формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

**Воспитательные:**

* воспитание здорового, жизнерадостного, жизнестойкого, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка
* формирование ценностей здорового образа жизни.

*Программа опирается на научные принципы построения:*

* соответствовать принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка;
* обеспечивать 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;
* строиться с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
* основываться на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

предусматривать 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;

* предполагать 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.

Реализация данной программы проводится в процессе образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов, и самостоятельной деятельности детей.

Работа по освоению учебной программы проводится инструктором по физическому развитию в следующих **возрастных группах:**

Младшая дошкольная группа(от3-4лет)

Средняя дошкольная группа (от 4-5 лет)

Старшая дошкольная группа(от 5-6 лет)

Подготовительная дошкольная группа (от 6-7 лет)

Старшая разновозрастная группа (4-6лет)

**1.2. Цель и задачи программы**

***Цель:***

Создание условий для развития физической культуры дошкольников, формирование потребности в здоровом образе жизни.

Охрана здоровья детей и формирование основы культуры здоровья

***Задачи:***

- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);

- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);

- Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании;

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

- Воспитание культурно-гигиенических навыков;

- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни;

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.

**Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

**Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними. Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека. Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы. Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания. Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

**Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

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

**Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»). Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. При-вивать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

**Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

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

**Физическая культура**

**Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см. Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Примерный перечень основных движений подвижных игр и упражнений представлен в Приложении.

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, тележка-ми, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

**Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Учить кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу.

Учить детей ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку.

Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

**Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

**Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)**

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику ocновных 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).

**1.3. Принципы и подходы к формированию программы**

Программа:

* направлена на охрану и укрепление здоровья воспитанников, их всестороннее развитие;
* обеспечивает единство воспитательных, обучающих и развивающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста;
* строится на адекватных возрасту видах деятельности и формах работы с детьми;
* основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;
* предусматривает внедрение адекватной возрастным возможностям учебной модели при осуществлении образовательного процесса с детьми в качестве средства подготовки воспитанников к обучению выполнения основных видов движения;
* учитывает гендерную специфику развития детей дошкольного возраста;
* направлена на взаимодействие с семьей в целях осуществления полноценного развития ребенка.

**Компонент ДОУ реализуется через:**

* специально созданную развивающую среду – нетрадиционное оборудование;
* разные формы организации физкультурных занятий, в том числе и совместных с родителями;
* различное содержание (игры, психогимнастика, элементы самомассажа и пр.) во всех видов физкультурно-оздоровительной работы;
* ежегодное проведение общего праздника-игры старших дошкольников «Спортландия»;
* проведение спортивных мероприятий на темы модуля тематическо-перспективного планирования ДОУ;

**2.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Программа реализуется через физкультурные занятия и физкультурно-оздоровительную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов.

**2.1.Учебно-методическое обеспечение:**

* Наглядный материал (плакаты, карты-пиктограммы, различные иллюстрации и картинки);
* Дидактический материал «Виды спорта»;
* Подборка различных видов оздоровительных гимнастик;
* Подборка стихов, потешек, загадок;
* Подборка музыкальных произведений;
* Технические средства обучения.
* Перспективные планы.
* Конспекты занятий.

**2.2. Предметно-развивающая образовательная среда**

**Обязательная часть:**

***Спортивный зал.***

- Спортивное оборудование

(лестницы, скамейки, дуги, стенка осанки и пр.);

- Комплект мягких модулей;

***Спортивная площадка.***

- спортивные комплексы,

-баскетбольные стойки,

пространство для организации подвижных игр, проведению физкультурных занятий, спортивных праздников на воздухе.

**Компонент ДОУ: нетрадиционное оборудование.**

***Задачи:***

• Обеспечить высокую двигатель­ную активность, совершенствуя движе­ния детей и их физические качества.

• Обогащать творческий потенци­ал, развивать воображение, стремле­ние к активности, самостоятельности.

• Развивать у детей интерес к про­цессу движений с использованием пред­метов нестандартного оборудования.

• Создавать условия для проявле­ния у детей положительных эмоций.

• Воспитывать дружеские взаимо­отношения между детьми, стремление прийти на помощь друг другу.

• Научить детей ухаживать за не­стандартным оборудованием, бережно и аккуратно пользоваться им.

***Применение:***

во всех видах физкультурно-оздоровительной работы: на утренней гимнастике, физ­культурных занятиях, профилактических гимнастиках, в игровой деятельности.

***Предполагаемый результат:***

Применение нестандартных посо­бий вносит разнообразие в физиче­ские занятия и эффекты новизны, по­зволяет шире использовать знакомые упражнения, варьировать задания. Не­стандартное оборудование объединя­ет физкультуру с игрой, что создает условия для наиболее полного само­выражения ребенка в двигательной де­ятельности. Использование ярких цвет­ных пособий повышает у детей инте­рес к занятиям, придает им необхо­димую эмоциональную окраску

**Содержательный раздел включает:**

Формы, способы, методы и средства реализации программы

План работы по взаимодействию с семьей, социумом

Годовое планирование

Перспективное планирование учебно-воспитательной работы с детьми по направлению развития

Модель организации совместной деятельности воспитателя с воспитанниками.

Данный раздел программы выстроен на основе Примерной программы «От рождения до школы».

В соответствии с ФГОС, данная часть программы учитывает образовательные потребности, интересы и мотивы детей, членов их семей и педагогов.

**Формы, способы, методы и средства реализации программы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Совместная образовательная деятельность педагогов и детей | | самостоятельная деятельность детей | образовательная деятельность в семье |
| непосредственно образовательная деятельность | образовательная деятельность в режимных моментах |
| Физкультурные занятия:  - сюжетно-игровые,  - тематические,  -классические,  -тренирующие,  - на улице,  -походы.  Общеразвивающие упражнения:  -с предметами,  - без предметов,  -сюжетные,  -имитационные.  Игры с элементами спорта.  Спортивные упражнения | Индивидуальная работа с детьми.  Игровые упражнения.  Игровые ситуации.  Утренняя гимнастика:  -классическая,  -игровая,  -полоса препятствий,  -музыкально-ритмическая,  -аэробика,  - имитационные движения.  Физкультминутки.  Динамические паузы.  Подвижные игры.  Игровые упражнения.  Игровые ситуации.  Проблемные ситуации.  Имитационные движения.  Спортивные праздники и развлечения.  Гимнастика после дневного сна:  -оздоровительная,  -коррекционная,  -полоса препятствий.  Упражнения:  - корригирующие  -классические,  - коррекционные. | Подвижные игры.  Игровые упражнения.  Имитационные движения. | Беседа  Совместные игры.  Походы.  Занятия в спортивных секциях.  Посещение бассейна. |

**Учебный план реализации основной образовательной программы дошкольного образования дошкольным учреждением**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Базовый вид деятельности |  | |  | |
| младшая группа | Средняя группа | | Старшая группа | | Старшая разновозрастная  группа | Подготовительная группа |
| Физическая культура | 3 раза в неделю | 3 раза в неделю | | 3 раза в неделю | | 3 раза в неделю | 3 раза в неделю |

**Объём образовательной нагрузки и методическое оснащение.**

Объём образовательной нагрузки (как непрерывно образовательной деятельности, так и образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов) является примерным, дозирование нагрузки — условным, обозначающим пропорциональное соотношение продолжительности деятельности педагогов и детей по реализации и освоению содержания дошкольного образования в различных образовательных областях.

Общий объём самостоятельной деятельности детей соответствует требованиям действующих СанПиН (3—4 ч в день)

Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку.

**Двигательная активность детей в течение недели.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Возраст | Физкультурное развитие | Утренняя гимнастика | Подвижные игры | Подвижные игры на воздухе | Самостоят. двигательная активность |
| 3-4 года | 3\*15 мин | 5\*10 мин | 5\*15 мин | 5\*25 мин | 5\*20 мин |
| 4-5 лет | 3\*20 мин | 5\*10 мин | 5\*15 мин | 5\*30 мин | 5\*25 мин |
| 5-6 лет | 3\*25 мин | 5\*10 мин | 5\*10 мин | 5\*35 мин | 5\*30 мин |
| 6-7 лет | 3\*30 мин | 5\*10 мин | 5\*10 мин | 5\*40 мин | 5\*40 мин |
| 5-7 лет | 3\*25/30мин | 5\*10 мин | 5\*10 мин | 5\*30 /40мин | 5\*20/40мин |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | № | **Физическая культура** | | |
| Понедельник | 1. | Младшая группа | 9.00 - 9.15 |  | |
| 2. | Старшая группа | 9.30-9.55 |  | |
| 3. | Средняя группа | 10.05-10.25 |  | |
| 4. | Подготовительная группа | 10.35-11.05 |  | |
| Вторник |  | Подготовительная группа | кружок |  | |
| Среда |  | Подготовительная группа | кружок |  | |
| Четверг | 1. | Старшая разновозрастная | 9.00-9.10 |  | |
| 2 | Младшая группа | 9.25-9.40 |  | |
| 3 | Старшая группа | 9.50-10.15 |  | |
| 4 | Средняя группа | На прогулке |  | |
| 5 | Подготовительная группа | На прогулке |  | |
| Пятница | 1 | Старшая разновозрастная | 9.00-9.10 |  | |
| 2. | Младшая группа | 9.25-9.40 |  | |
| 3. | Средняя группа | 9.50-10.10 |  | |
| 4. | Подготовительная группа | 10.35-11.05 |  | |
| 5. | Старшая группа | На прогулке |  | |

**Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении**

**Организация жизнедеятельности в МБДОУ детском саду № 7 «Жемчужинка» (холодный период)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| возраст  Режим | Одновозрастная группа обще-  развивающей направленности для детей раннего возраста (от 1,6 до 3 лет)  «Дельфинчики» | Одновозрастная группа обще-  развивающей направленности для детей младшего возраста(от 3до 4 лет)  «Золотая рыбка» | Одновозрастная группа обще-  развивающей направленности для детей среднего возраста(от 4до 5 лет)  «Морские звёздочки» | Одновозрастная группа обще-  развивающей направленности для детей старшего возраста(от 5до 6 лет)  «Жемчужинки» | Одновозрастная группа обще-  развивающей направленности для детей подготовительного возраста(от 6до 7 лет)  «Капельки» | Разновозрастная группа обще-  развивающей направленности для детей старшего возраста(от 4до 7лет)  «Алые паруса» |
| Прием, осмотр, индивидуальная беседа. самостоятельная деятельность | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 | 7.30-8.30 |
| Утренняя гимнастика. | 8.15-8.25 | 8.00-8.10 | 8.10-8.20 | 8.20-8.30 | 8.20-8.30 | 8.10-8.20 |
| Подготовка к завтраку. Завтрак | 8.30- 8.50 | 8.30- 8.50 | 8.30- 8.50 | 8.30- 8.50 | 8.30-8.50 | 8.30- 8.50 |
| Игровая деятельность | 8.50- 9.00 | 8.50- 9.00 | 8.50- 9.00 | 8.50- 9.00 | 8.50- 9.00 | 8.50- 9.00 |
| Непрерывная образовательная деятельность по группам | 9.00-10.10 | 9.00-10.20 | 9.00-10.45 | 9.00-10.50 | 9.00-10.55 | 9.00-10.50 |
| Второй завтрак | 10.30 – 10.40 | 10.30 –10.40 | 10.50 – 11.00 | 10.50 – 11.00 | 10.55 – 11.05 | 10.50 – 11.00 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка. | 10.10-11.50 | 10.20-12.00 | 10.45 -12.15 | 11.00- 12.25 | 11.05 -12.30 | 11.00- 12.25 |
| Подготовка к обеду. Обед. | 11.50-12.20 | 12.00-12.40 | 12.15-12.50 | 12.25- 13.00 | 12.30-13.00 | 12.20- 12.55 |
| Подготовка к сну Дневной сон. | 12.20-15.20 | 12.40-15.00 | 12.50-15.00 | 13.00-15.00 | 13.00-15.00 | 12.55-15.00 |
| Подъём, воздушные и водные процедуры, игры | 15.20-15.30 | 15.00-15.20 | 15.10-15.30 | 15.00-15.20 | 15.10-15.30 | 15.00-15.20 |
| Подготовка к полднику. Полдник. | 15.30-15.50 | 15.20 -15.40 | 15.30-15.50 | 15.20-15.40 | 15.30-15.50 | 15.20-15.40 |
| Непрерывная образовательная деятельность, чтение, самостоятельная и совместная деятельность | 15.50-16.20 | 15.40-16.20 | 15.50-16.35 | 15.40-16.45 | 15.50-16.50 | 15.40-16.40 |
| Вечерняя прогулка. Игры, труд, индивидуальная работа | 16.20-18.00 | 16.20-18.00 | 16.35-18.00 | 16.45-18.00 | 16.50-18.00 | 16.40-18.00 |

**Организация жизнедеятельности в МБДОУ детском саду № 7«Жемчужинка»** (теплый период)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| возраст  Режим | Одновозрастная группа обще-  развивающей направленности для детей раннего возраста (от 1,6 до 3 лет)  «Дельфинчики» | Одновозрастная группа обще-  развивающей направленности для детей младшего возраста(от 3до 4 лет)  «Золотая рыбка» | Одновозрастная группа обще-  развивающей направленности для детей среднего возраста(от 4до 5 лет)  «Морские звёздочки» | Одновозрастная группа обще-  развивающей направленности для детей старшего возраста(от 5до 6 лет)  «Жемчужинки» | Одновозрастная группа обще-  развивающей направленности для детей подготовительного возраста(от 6до 7 лет)  «Капельки» | Разновозрастная группа обще-  развивающей направленности для детей старшего возраста(от 4до 7лет)  «Алые паруса» |
| Прием, осмотр, индивидуальная беседа. Утренняя гимнастика. | 7.30-8.05 | 7.30-8.10 | 7.30-8.10 | 7.30-8.10 | 7.30-8.10 | 7.30-8.10 |
| Утренняя гимнастика. | 8.05 - 8.15 | 8.10 - 8.20 | 8.10 - 8.20 | 8.10 - 8.20 | 8.10 - 8.20 | 8.10 - 8.20 |
| Подготовка к завтраку. Водные процедуры. | 8.15 – 8.30 | 8.20 – 8.35 | 8.20 – 8.35 | 8.20 – 8.35 | 8.20 – 8.35 | 8.20 – 8.35 |
| Завтрак 1 | 8.30 - 8.50 | 8.35 - 8.50 | 8.35 - 8.50 | 8.35 - 8.50 | 8.35 - 8.50 | 8.35 - 8.50 |
| Самостоятельная деятельность | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 | 8.50 – 9.00 |
| Образовательная деятельность | 9.00 – 9.30 | 9.00 – 9.40 | 9.00 – 9.40 | 9.00 –10.00 | 9.00 –10.10 | 9.00 –10.00 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка | 9.30-11.50 | 9.40-12.10 | 9.40.- 12.15 | 10.00-12.20 | 10.10- 12.20 | 10.00-12.20 |
| Завтрак 2 | 10.30 - 10.40 | 10.40 - 10.50 | 10.45 - 10.55 | 10.45 - 10.55 | 10.45 - 10.55 | 10.45 - 10.55 |
| Подготовка к обеду. Обед | 11.50 - 12.20 | 12.10 - 12.40 | 12.15 - 12.45 | 12.20 - 12.50 | 12.20 - 12.50 | 12.20 - 12.50 |
| Подготовка к сну. Дневной сон. | 12.20-15.20 | 12.40-15.10 | 12.45-15.10 | 12.50-15.10 | 12.50-15.10 | 12.50-15.10 |
| Подъём, воздушные и водные процедуры, игры | 15.20-15.35 | 15.10-15.30 | 15.10-15.30 | 15.10-15.30 | 15.10-15.30 | 15.10-15.30 |
| Подготовка к полднику. Полдник. | 15.35-15.45 | 15.30-15.50 | 15.30-15.50 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 | 15.30-15.40 |
| Нерегламентированная совместная образовательная деятельность на участке, игры, уход детей домой. | 15.45-18.00 | 15.50-18.00 | 15.50-18.00 | 15.40-18.00 | 15.40-18.00 | 15.40-18.00 |

**Развивающая предметно-пространственная среда по физическому развитию.**

В группах и спортивном зале создана содержательная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная предметно-пространственная среда, представленная в таблице:

|  |  |
| --- | --- |
| **Центр развития** | **Оборудование и материалы.** |
| **Спортивный центр** | коврик, дорожки массажные;  рефлекторная дорожка;  мячи;  корзина для метания мячей;  обручи;    скакалка;  маски для подвижных игр  султанчики  ленты, флажки;  шведская стенка, канаты,  медболы, дуги,  гимнастическая скамья,  гимнастические палки |

**4**. **Целевые ориентиры освоения программы :**

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.

Результаты педагогического мониторинга используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

2) оптимизации работы с группой детей.

**Целевые ориентиры образования в младенческом и раннем возрасте:**

* Ребёнок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечён в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;
* Использует специфические, культурно-фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчёски, карандаши и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;
* Владеет активной речью, включённой в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает название окружающих предметов и игрушек;
* Стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребёнок воспроизводит действия взрослого;
* Проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;
* Проявляет интерес к стихам, песням, сказкам, рассматриванию картинки, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства;
* У ребёнка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

**Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:**

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

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.

**5**.**Планируемые результаты освоения программы.**

В учебный период проводится **оценка индивидуального развития детей**. Такая оценка проводится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования).

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:

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

В основе оценки лежат следующие принципы:

* Она строится на основе реального поведения ребенка, а не на результате выполнения специальных заданий. Информация фиксируется посредством прямого наблюдения за поведением ребенка. Результаты наблюдения педагог получает в естественной среде (в игровых ситуациях, в ходе режимных моментов, в процессе организованной образовательной деятельности).
* Тесты проводят педагоги, специалисты, которые проводят с ребенком много времени, хорошо знают ребенка.
* Оценка максимально структурирована.

Анализ осуществляется в соответствии с показателями развития ребенка по образовательным областям, представленным в общих диагностических листах по каждому возрасту. Для этого заполняются соответствующие карты наблюдения на группу. Карты наблюдения позволяют получить наглядную картину усвоения программного содержания, как по группе, так и суммарные показатели по каждому ребенку. Это помогает педагогам планировать индивидуальную работу с детьми, вносить коррективы в содержание образовательной деятельности. Низкие показатели на конец года указывают педагогам на те области, в отношении которых должна быть усилена работа с отдельными детьми или всей группой.

Методика оценивания предусматривает критерии выставления того или иного балла по каждому параметру. Параметры, оцениваемые специалистами, выделены в отдельные подразделы. Все данные заносятся в сводные таблицы оценки динамики детей.

Система оценок мониторинга трехуровневая: « качество проявляется устойчиво» ( 2 балла), «качество проявляется неустойчиво», то есть, по сути, находится в зоне ближайшего развития, в стадии становления, и проявляется лишь в совместной со взрослым деятельности( 1 балл), «качество не проявляется» ( 0 баллов).

Результаты мониторинга выражены в процентах и объективно показывают:

* Успешность освоения программы каждым ребенком;
* Успешность освоения содержания выделенных в Программе образовательных областей всей группой детей;

Динамика изменений степени освоения содержания образовательных областей каждым ребенком индивидуально и группой детей в целом за весь учебный год определяется путем сравнения результатов, полученных на начало года и на конец года. Если итоговое значение по какому – либо из параметров ниже 75%, то необходима более активная работа с группой детей по данному направлению. Возможно, педагогу следует пересмотреть методы и формы организации образовательной работы. Если к концу год показатели развития ребенка оказываются меньше 50 %, то разрабатывается индивидуальная программа мероприятий, способствующих активизации процесса развития ребенка.

**Младшая группа.**

**Образовательная область «Физическое развитие»**

* Ходят прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное воспитателем направление.
* Бегают, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указаниями воспитателя.
* Сохраняют равновесие при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, перешагивая через предметы.
* Ползают на четвереньках, лазают по гимнастической стенке произвольным способом.
* Энергично отталкиваются в прыжках на двух ногах, прыгают в дину с места не менее чем на 40см.
* Катают мяч в заданном направлении с расстояния 1,5м.
* Бросают мяч двумя руками от груди, из-за головы.
* Ударяют мячом об пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить.
* Метать предметы правой и левой рукой на расстоянии не менее 5м.

**Средняя группа.**

**Образовательная область «Физическое развитие»**

* Ходят и бегают, соблюдая правильную технику движений.
* Лазают по гимнастической стенке, не пропуская реек, перелезая с одного пролета на другой.
* Ползают разными способами.
* Может метать предметы разными способами .
* Отбивает мяч о землю не менее 5 раз.
* Ловит мяч с расстояния до 1.5.
* Умеет строится в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу.
* Ориентируется в пространстве (лево, право).

**Старшая группа.**

**Образовательная область «Физическое развитие»**

* Ходят и бегают легко, ритмично.
* Умеют лазать по гимнастической стенке с изменением темпа.
* Выполняют различные виды прыжков.
* Владеют школой мяча.
* Перестраиваются в колонну по трое, четверо, равняются, размыкаются, выполняют повороты.

**Подготовительная группа.**

**Образовательная область «Физическое развитие»**

* Выполняют правильно все виды основных движений (ходьба, бег, метание, лазанье).
* Прыгают на мягкое покрытие с высоты до 40см.
* Мягко приземляются, прыгают в длину с места на расстоянии не менее 100см,
* Прыгают с разбега -180см.
* Прыгают в высоту с разбега – не менее 50см.
* Прыгают через короткую скакалку разными способами.
* Бросают предметы в цель из разных положений .
* Попадают в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м.
* Умеют перестраиваться в 3-4 колонны.
* Умеют перестраиваться в 2 шеренги, 2-3 круга на ходу.
* Соблюдают интервал во время передвижений.
* Выполняют упражнения из разных и.п. в заданном ритме.
* Следят за правильной осанкой.
* Участвуют в играх с элементами спорта.

**6**.  **Взаимодействие с семьями воспитанников.**

Содержание работы с семьей по направлениям:

*«Физическое развитие»:*

- информирование родителей (законных представителей) о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движение).

- стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными играми, прогулками.

- знакомство родителей (законных представителей) с опасными для здоровья ребенка ситуациями (дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоема) и способами поведения в них;

- привлекать семей воспитанников к активному отдыху с детьми.

- заинтересовать родителей (законных представителей) в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;

- сопровождать и поддерживать семью в реализации воспитательных воздействий.

- проводить совместные с родителями (законными представителями) конкурсы, акции по благоустройству и озеленению территории детского сада, ориентируясь на потребности и возможности детей и научно обоснованные принципы и нормативы.

- показывать значение доброго, теплого общения с ребенком.

**Перспективное планирование работы с семьями воспитанников.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Дата** | **Ответственные** |
| 1 | Консультации: |  |  |
| 1.1 | Тема: «Совместные занятия спортом детей и родителей» | Сентябрь | Нестеренко М.И. |
| 1.2 | Тема: «Физическое развитие дошкольников летом» | Май | Нестеренко М.И. |
| 2 | Папки-передвижки: |  |  |
| 2.1 | Тема: «Кручу, кручу, педали кручу» | Октябрь | Нестеренко М.И. |
| 2.2 | Тема: « Приобщение дошкольников к народным играм» | Ноябрь | Нестеренко М.И. |
| 2.3 | Тема: «Здоровый образ жизни» | Декабрь | Нестеренко М.И. |
| 2.4 | Тема: «Формирование правильной осанки и профилактика её нарушений» | Февраль | Нестеренко М.И. |
| 3 | Буклеты: |  |  |
| 3.1 | Тема: «Что должны знать родители о спорте?» | Январь | Нестеренко М.И. |
| 3.2 | Тема: «Физическое развитие детей дошкольного возраста» | Март | Нестеренко М.И. |
| 3.3 | Тема: «Подвижные игры для дошкольников» | Апрель | Нестеренко М.И. |
| 4 | Индивидуальные консультации по запросу родителей. | В течение года | Нестеренко М.И. |
| 5 | Посещение родительских собраний. | В течение года | Нестеренко М.И. |

**Взаимодействие педагогов**

***Цель*:** Создание единого направления в физическом воспитании дошкольников.

***Задачи:***

1. Отбор оптимальных методов и приемов работы с дошкольниками по физическому воспитанию.

2. Создание целостной структуры при организации физической культуры и формирование представлений о здоровом образе жизни.

***Формы организации:***

* Совместная подготовка к образовательной деятельности (воспитатели, специалисты).
* Совместная образовательная деятельность
* Консультации
* Коллективные просмотры
* Методические выставки
* Тренинги
* Практикумы