

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 123 пристра и оздоровления
Центрального района Санкт-Петербурга

«Принята»

На Педагогическом совете ГБДОУ № 123
Протокол от 30.08.2023 № 1

«Утверждаю»

Заведующий ГБДОУ №123
Е.Ю.Захарина
Приказ от 31.08.2023 _№ 307

Захарина Елена
Юрьевна

Подписано цифровой подписью:
Захарина Елена Юрьевна
Дата: 2023.09.08 14:31:52 +03'00'

Рабочая программа инструктора по физкультуре
Ершовой Натальи Станиславовны
Составлена на основе ФОП ДО и ФГОС ДО, соотнесена с образовательной программой
Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад № 123 пристра и оздоровления
Центрального района Санкт-Петербурга

Инструктор по физической культуре:
Ершова Наталья Станиславовна

Санкт-Петербург
2023 г.

Содержание	
1 ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	стр. 3
1.1 Пояснительная записка	стр. 3
Нормативно-правовая база	стр. 3
Цель программы	стр. 3
Общие задачи программы	стр. 3
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	стр. 4
Характеристика детей и групп ДОО	стр. 4
Срок реализации программы	стр. 4
1.2 Возрастные особенности физического развития детей 3-7 лет	стр. 5
1.3. Планируемые результаты освоения рабочей программы	стр. 6
1.4. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	стр. 8
Педагогическая диагностика физического развития детей 3-7 лет. Метод наблюдения	стр. 8
Педагогическая диагностика физического развития детей 3-7 лет.	
Метод тестирования с фиксацией количественных показателей.	стр. 10
Индивидуальная карта развития	стр. 12
Оценка темпов прироста физических качеств дошкольников	стр. 12
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	стр. 13
2.1. Задачи образовательной деятельности ОО Физическое развитие.	стр. 13
2.2. Содержание образовательной деятельности	стр. 14
2.3. Перспективное планирование образовательной деятельности	стр. 15
Перспективный план обучения основным движениям в спортивном зале	
Перспективный план спортивных игр и упражнений на прогулке	
Перспективный план активного отдыха	
2.4. Интеграция с другими образовательными областями	стр. 15
2.5. Образовательная деятельность в режимных процессах (ОО Физическое развитие)	
Расписание физкультурных занятий	стр.
2.6. Условия, способы и приемы поддержки детской инициативы	стр.17
2.7. Работа с родителями (законными представителями)	стр.18
Деятельность инструктора по физкультуре по построению взаимодействия с родителями (законными представителями)	
План работы с родителями на 2023-2024 учебный год	стр.19
2.8. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы (КРР)	стр.20
Категории целевых групп обучающихся для оказания им адресной психологической помощи и включения их в программы психолого-педагогического сопровождения	
2.9. Рабочая программа воспитания ОО Физическое развитие	стр.23
2.10. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений	стр.26
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	стр.26
3.1. Психолого- педагогические условия реализации Федеральной программы	стр.26
3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.	
Наполняемость РППС спортивного зала, спортивной площадки ДОО	стр.27
3.3. Технические средства обучения	стр.31
3.4. Методическое обеспечение	стр.31
3.5. Режим двигательной активности	стр.31
Приложение	стр.33
Перечень музыкальных произведений для выполнения музыкально-ритмических движений	

1 ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1 Пояснительная записка

Нормативно-правовая база	<p>Федеральная образовательная программа дошкольного образования (приказ Министерства просвещения РФ № 1028 от 25 ноября 2022 года)</p> <p>Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства просвещения РФ № 1022 от 24 ноября 2022 года)</p> <p>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.</p> <p>Пункт 5 Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных духовно-нравственных ценностей. Указ Президента РФ № 809 от 9 ноября 2022 года</p> <p>Федеральный закон «Об образовании в РФ» №273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.</p> <p>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»</p> <p>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)</p> <p>Постановление №28 от 28 сентября 2020 года (СП 2.4.3648-20) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»</p> <p>Постановление №2 от 28 января 2021 года (СанПиН 1.2.3685-21) «Санитарные правила и нормы «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»</p>
Цель программы	- разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно- нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций
Общие задачи программы	<ul style="list-style-type: none">- обеспечение единых для Российской Федерации содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;- 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;- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;

	<p>- 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;</p> <p>- достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.</p>	
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<p>- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (раннего и дошкольного возрастов), обогащение (амплификация) детского развития;</p> <p>- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;</p> <p>- содействие и сотрудничество детей и родителей (законных представителей), совершенно летних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей, а также педагогических работников (далее вместе-взрослые);</p> <p>- признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;</p> <p>- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;</p> <p>- сотрудничество ДОО с семьей;</p> <p>- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;</p> <p>- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;</p> <p>- возрастная адекватность ДО соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).</p>	
Характеристика детей и групп ДОО	Характеристика воспитанников на 2023 - 2024 учебный год:	
	Общее количество детей _____ человек	
	_____ девочек _____ %	
	_____ мальчиков _____ %	
	Младшая группа 16	Средняя группа 18
	Девочек 6 Мальчиков 10 Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой зоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел	Девочек 6 Мальчиков 12 Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой зоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел
Старшая группа	Подготовительная группа	
Девочек _____ Мальчиков _____ Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой зоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел	Девочек _____ Дальчиков _____ Дети с 1 группой здоровья _____ чел Дети со 2 группой зоровья _____ чел Дети с 3 группой здоровья _____ чел	
Срок реализации программы	Срок реализации программы 2023 - 2024 учебный год (1 сентября - 31 августа)	

Возрастные особенности физического развития детей 3-7 лет

Возраст 3-4 года	<p>На 4-м году жизни возрастает стремление действовать самостоятельно. В то же время внимание у детей неустойчиво, они отвлекаются и часто переходят от одного вида деятельности к другому. В этом возрасте ребёнок обладает уже сравнительно большим запасом двигательных умений и навыков, но он ещё не заботится о результатах своих действий, поглощён самим процессом движений, их эмоциональной стороной. Вместе с тем движения детей постепенно приобретают всё более преднамеренный характер. Ребёнок уже в состоянии повторять движение по своему усмотрению или по предложению воспитателя, различать некоторые его способы, соблюдать нужное направление. Детям этого возраста свойственно желание включаться в новые и разнообразные виды движений. Сочетая различные действия, ребёнок может соблюдать определённую их последовательность. Формирование двигательных навыков и умений продолжается на основе подражания. Ребёнок более сознательно следит за воспитателем, когда он даёт образец движений, выслушивает пояснения. Он лучше воспринимает объяснения в форме диалога, направленного на изложение предстоящих действий.</p>
Возраст 4-5 лет	<p>Ребёнок 5-го года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать свои силы в сложных видах движений и физкультурных упражнениях. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но они ещё не умеют соразмерять свои силы, учитывать свои реальные возможности. Убедившись в непосильности выполнения двигательного действия, ребёнок прерывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения. Но при этом он искренне убеждён в том, что выполнил движение полностью. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые их элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность и качество своих действий. Всё это обуславливает вполне преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результатам движения, правильности его выполнения, соответствию образцу. Дальнейшее совершенствование двигательных умений и навыков обусловлено уровнем развития тех физических качеств, без которых они не могут проявляться достаточно правильно и эффективно. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определённых волевых усилий. Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, закрепления их. В результате закладываются прочные основы школы движений, повышения работоспособности и физической подготовленности.</p>
Возраст 5-6 лет	<p>Двигательная деятельность ребёнка становится всё более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастает проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группы по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребёнка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный</p>

характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребёнка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребёнком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обуславливает большую её объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растёт уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путём целенаправленного развития двигательных качеств. В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

Возраст 6-7 лет

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

1.3. Планируемые результаты освоения рабочей программы

К четырем годам	<p>-ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям(бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;</p> <p>-ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с</p>
-----------------	---

	<p>интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;</p> <p>-ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;</p> <p>-ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о фактах, положительно влияющих на здоровье;</p> <p>-ребенок владеет элементарными нормами и правилами поведения</p>
К пяти годам	<p>-ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности</p> <p>-ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;</p> <p>-ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие привлечь внимание взрослого в случае недомогания.</p>
К шести годам	<p>-ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;</p> <p>-ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявлять творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;</p> <p>-ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;</p> <p>-ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;</p> <p>-ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих.</p>
Планируемые результаты на этапе завершения освоения программы (к концу дошкольного детства)	<p>-у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно - волевые качества;</p> <p>-ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;</p> <p>-ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;</p> <p>-ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;</p> <p>-ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;</p> <p>-ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;</p>

-ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;
 -ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
 -ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям.

1.4. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов

Педагогическая диагностика проводится для определения эффективности педагогических действий и их дальнейшего планирования.

Периодичность проведения диагностики определена ДОО и проводится 2 раза в год: на начало учебного года (стартовая диагностика) в сентябре и на конец учебного года (заключительная) в мае.

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится в произвольной форме на основе:

метода наблюдения- дети 3-7 лет;

метода тестирования с фиксацией количественных показателей- дети 4-7 лет;

На каждого ребенка заводится индивидуальная карта развития.

На каждую группу оформляется сводная ведомость.

Педагогическая диагностика физического развития детей 3-7 лет. Метод наблюдения

Педагогическая диагностика физического развития детей 3-4 лет

№	ФИО Целевой ориентир	Старт (сент)			Финиш (май)		
		-	V	+	-	V	+
1	-ребенок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;	-	V	+	-	V	+
2	-ребенок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;						
3	-ребенок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;						
4	-ребенок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о фактах, положительно влияющих на здоровье;						
5	-ребенок владеет элементарными нормами и правилами поведения						

Педагогическая диагностика физического развития детей 4-5 лет

№	ФИО _____ Целевой ориентир	Старт (сент)			Финиш (май)		
		-	V	+	-	V	+
1	-ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности	-	V	+	-	V	+
2	-ребенок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики,						
3	активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений,						
4	с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;						
5	-ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие привлечь внимание взрослого в случае недомогания						

Педагогическая диагностика физического развития детей 5-6 лет

№	ФИО _____ Целевой ориентир	Старт (сент)			Финиш (май)		
		-	V	+	-	V	+
1	-ребенок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;	-	V	+	-	V	+
2	-ребенок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявлять творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;						
3	-ребенок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;						
4	-ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;						
5	-ребенок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих.						

Педагогическая диагностика физического развития на этапе завершения освоения программы

№	ФИО Целевой ориентир	Старт (сент)			Финиш (май)		
		-	V	+	-	V	+
1	-у ребенка сформированы основные психофизические и нравственно - волевые качества;	-	V	+	-	V	+
2	-ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;						
3	-ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;						
4	-ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;						
5	-ребенок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;						
6	-ребенок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;						
7	-ребенок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;						
8	-ребенок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;						
9	-ребенок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям						

Педагогическая диагностика физического развития детей 3-7 лет. Метод тестирования с фиксацией количественных показателей.

Для тестирования физических качеств дошкольников используются контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме.

Контрольное упражнение	Условия тестирования	Средний результат *
Бег.	С дошкольниками проводят бег на дистанцию 10-20-30м, фиксируется время пробегания дистанции и отмечаются качественные особенности бега у каждого из детей. По команде "Марш!" дети с высокого старта бегут до флажка, который размещаются на 2-3м дальше финишной линии. Это предупреждает снижение скорости перед финишем. С началом движения ребёнка включается секундомер.	3-4 года 10 м, без норматива 4-5 лет 20 м 6.0-6.5 с.

	<p>Останавливается он после пересечения ребёнком линии финиша. Поочерёдно пробегают дистанцию все дети. Затем даётся вторая попытка, в которой дети бегут в том же порядке, в котором бежали в первый раз. В протоколе фиксируется время бега в каждой из попыток, а также записываются качественные особенности положений туловища, координации рук и ног, "полёта", прямолинейность бега у каждого из детей.</p>	<p>5-6 лет 30 м. 9,5-7,5с.</p> <p>6-7 лет 30 м.7,5- 6,5 с.</p>
<p>Метание на дальность.</p>	<p>Обследование дальности метания производится на асфальтовой дорожке, шириной 3м и длиной 15-20м. Дорожка побуждает к большей точности броска в заданном направлении. Предварительно она размечается (мелом) поперечными линиями через каждые 0,5м. На концах линии с обеих сторон дорожки ставятся порядковые цифры, отражающие число метров от линии броска. Размеченное расстояние должно быть в полтора раза больше среднего возрастного показателя дальности метания. Предварительно всем детям объясняется задание, младшим - показывается, как нужно выполнять. Ребёнок производит три броска каждой рукой, замер осуществляется после каждого броска. Вес мешочка 200 г. В протоколе наряду с количественными отмечаются и качественные показатели отдельных элементов техники движения: исходное положение вполоборота к направлению метания; наличие замаха ; перенос центра тяжести во время замаха на стоящую сзади полусогнутую ногу; перенос центра тяжести на стоящую впереди ногу во время броска; энергичный бросок с последующим сопровождением рукой предмета (мешочка).</p>	<p>3-4 года 2-5 м.</p> <p>4-5 лет 3.5-5.5 м.</p> <p>5-6 лет 5-9 м.</p> <p>6-7 лет 6-12 м.</p>
<p>Прыжок в длину с места.</p>	<p>Для проведения прыжков в зале на пол кладется мат и рулетка. Для повышения активности и интереса детей на определённом расстоянии (чуть дальше среднего результата детей группы) размещаются три флажка, детям предлагается прыгнуть до самого дальнего из них. Замеряют результаты от носков ног в начале прыжка до пяток в конце прыжка. Прыжок выполняется три раза, фиксируется лучшая попытка. Тестирование можно провести на спортивной площадке. Прыжок выполняется в заполненную песком яму или на взрыхлённый грунт. Дети выполняют прыжок по очереди. Каждый ребёнок выполняет три прыжка подряд без интервалов. Детям младшего дошкольного возраста перед началом прыжков необходимо показать движения. Старшие дошкольники прыжок выполняют самостоятельно. Измерение длины прыжка производится от линии отталкивания до места приземления пятки с точностью до 1см. В протокол заносятся результаты всех трёх попыток, в обработку берётся лучший результат. Качественные показатели прыжка в длину с места фиксируются по основным элементам движения: подготовка к прыжку - туловище слегка наклонено вперёд, руки в меру отведены назад; отталкивание - энергичный толчок одновременно двумя ногами, взмах руками вперёд-вверх в момент отталкивания; полет - в начале полёта ноги согнуты, перед приземлением выносятся вперёд; приземление - мягкое приземление на прямые ноги с перекатом с пятки на носок, сохранение равновесия.</p>	<p>3-4 года 40 см</p> <p>4-5 лет 70 см.</p> <p>5-6 лет 80 см.</p> <p>6-7 лет 100 см.</p>

* Средние показатели взяты из Программы «От рождения до школы»
 Результаты тестирования заносятся в индивидуальную карту развития.

Индивидуальная карта развития

ФИО ребенка		Дата рождения						Группа здоровья				Прирост (балл)	
возраст	Бег на скорость (сек)						Прыжок с места (см)		Метание на дальность (м)				
	10 м		20 м		30 м		нач	кон	прв	лев	прав		лев
	нач	кон	нач	кон	нач	кон			нач	кон	нач		кон
3-4 года													
4-5 лет													
5-6 лет													
5-7 лет													

Дополнительные сведения

Оценка темпов прироста физических качеств дошкольников производится по формуле В. Усакова.

$$W = \frac{100(V_2 - V_1)}{\frac{1}{2}(V_1 + V_2)}$$

W - прирост показателей (%), V1- исходный уровень, V2- конечный уровень

- до 8% (прирост за счет естественного роста) -неудовлетворительно (2 балла);
- 8-10% (прирост за счет естественного роста и роста естественной двигательной активности) - удовлетворительно (3 балла);
- 10-15% (прирост за счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания) — хорошо (4 балла);
- свыше 15 % (за счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений) — отлично (5 баллов)

Сведения цифрами заносятся в сводную ведомость
 Сводная ведомость показателей физического развития
 Средняя группа
 Стартовая диагностика 2023-2024 учебный год

№	ФИО	бег	Прыжок с места	Метание на дальность	Средний балл
1	Таня	3	4	3	3,3
2	Женя	4	4	4	4
3	Сереза	5	5	3	4,3
Итого по группе					3,8

По анализу полученных данных выстраивается взаимодействие с детьми: планируется индивидуальная работа, по показателям составляются индивидуальные образовательные маршруты как для успешного освоения образовательной Программы, так и для развития способностей одаренных детей.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Задачи образовательной деятельности ОО Физическое развитие.

Возраст	Задачи образовательной деятельности
3-4 года	<ul style="list-style-type: none">- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни
4-5 лет	<ul style="list-style-type: none">- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта- укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности
5-6 лет	<ul style="list-style-type: none">- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристические навыки;развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику, ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость- воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представление о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов- укреплять здоровье ребенка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического развития;- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного

	<p>отдыха;</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристических прогулок и экскурсий
6-7 лет	<ul style="list-style-type: none"> - обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристические навыки; - развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую и крупную моторику, ориентировку в пространстве, самоконтроль, самостоятельность, творчество; поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при ее организации, партнерское взаимоотношение в команде; - воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха; формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о различных видах спорта; - сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристических прогулок и экскурсий; - воспитывать бережное заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям

2. 2. Содержание образовательной деятельности

Содержание	Описание
Основная гимнастика	<p>Основные движения:</p> <ul style="list-style-type: none"> -бросание, катание, ловля, метание -ползание, лазание -ходьба -бег -прыжки -упражнения в равновесии -музыкально- ритмические движения (ритмическая гимнастика) -строевые упражнения
Общеразвивающие упражнения	<ul style="list-style-type: none"> -упражнения для кистей рук, развитие и укрепление мышц плечевого пояса -упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника -упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса -музыкально-ритмические упражнения
Подвижные игры	Сюжетные и несюжетные подвижные игры
Спортивные упражнения	Санки, лыжи, велосипед
Формирование основ ЗОЖ	Первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья. Соблюдение правил безопасности в двигательной деятельности
Активный отдых	Физкультурный досуг (1 раз в месяц), день здоровья (1 раз в квартал)

2.3. Перспективное планирование образовательной деятельности

Перспективный план обучения основным движениям в спортивном зале

Перспективный план для детей 3-4 лет

Перспективный план для детей 4-5 лет

Перспективный план для детей 5-6 лет

Перспективный план для детей 6-7 лет

Перспективный план спортивных игр и упражнений на прогулке

Перспективный план для детей 3-4 лет

Перспективный план для детей 4-5 лет

Перспективный план для детей 5-6 лет

Перспективный план для детей 6-7 лет

Перспективный план активного отдыха

Перспективный план для детей 3-4 лет

Перспективный план для детей 4-5 лет

Перспективный план для детей 5-6 лет

Перспективный план для детей 6-7 лет

2.4. Интеграция с другими образовательными областями

Процесс интеграции представляет собой объединение в единое целое ранее разрозненных компонентов и элементов системы на на основах взаимозависимости. Принцип интеграции ОО выступает как основополагающий принцип работы ДОО. В педагогической науке понятие «интеграция в сфере образования» определяется как средство и условие достижения целостности мышления. Интегративный подход дает возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы деятельности.

Образовательная область	Формы работы
Социально-коммуникативное развитие	Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственно-волевых качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. Побуждение к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закалывания и занятий физической культурой
Познавательное развитие	Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья. Измерение 9измерение расстояний условными мерками, подсчет количества движений, ориентировка в пространстве, придумывание новых образных названий упражнениям, выполнение различных упражнений, отражающих сезонные явления, объекты природы, выполнение упражнений под музыку
Речевое развитие	Обогащать активный словарь на занятиях физической культуры (команды, построения, виды движений и упражнений), развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх. Развивать умение понимать обращенную речь с опорой и без опоры на наглядность при выполнении физических упражнений и в подвижных играх, обогащать словарь детей за счет расширения представлений о физических упражнениях, исходных положениях, зимних и летних видах спорта,

	подвижных игр и эстафет, развивать умение соблюдать этику общения в условиях коллективного взаимодействия.
Художественно эстетическое развитие	- Организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок, сюжетных физкультурных занятий на темы прочитанных сказок, потешек. Отражение впечатлений детей о прослушанных и знакомых произведениях, литературных героях и событиях на физкультурных занятиях и спортивных досугах; использование различных жанров фольклора (загадки, заклички, считалки) на физкультурных занятиях, спортивных праздниках, подвижных играх; освоение элементов танца и ритмопластики для создания танцевальных композиций спортивного направления.

2.5. Образовательная деятельность в режимных процессах (ОО Физическое развитие)

Режимные процессы	Образовательная деятельность
Утренний отрезок времени	индивидуальная работа в соответствии с задачами ОО Физическое развитие, оздоровительные и закаливающие процедуры, двигательная деятельность (подвижные игры, гимнастика и другое).
Занятия	В каждой возрастной группе в неделю проводится 2 физкультурных занятия в зале и одно на прогулке.
Прогулка	Проведение физкультурных занятий (в содержание занятий входят подвижные игры и спортивные упражнения); организация подвижных игр и спортивных упражнений, направленных на оптимизацию режима двигательной активности; индивидуальная работа в соответствии с задачами ОО Физическое развитие; проведение спортивных праздников.
Вторая половина дня	закаливающие процедуры (гимнастика пробуждения), проведение спортивных досугов, праздников; индивидуальная работа в соответствии с задачами ОО Физическое развитие, работа с родителями (законными представителями)

Расписание физкультурных занятий

Дни недели	Группы		
Вторник	Младшая	09.00 - 09.20	
	Средняя	09.30 - 09.55	
	Старшая	10.05 – 10.30	
	Подготовит	10.40 – 11.10	
Пятница Физкультурный досуг	Младшая группа	1 пятница месяца	} 16.00
	Средняя группа	2 пятница месяца	
	Старшая	3 пятница месяца	
	Подготовительная к школе группа	4 пятница месяца	

2.6. Условия, способы и приемы поддержки детской инициативы

Любая деятельность ребенка а ДОО может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например:
самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений.

<p>Условия поддержки детской инициативы</p>	<p>Уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребенка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы; организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребенка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности.</p> <p>Расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей задач, которые ребенок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребенка творчества, сообразительности, поиска новых подходов; поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребенка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы.</p> <p>Создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленных на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребенка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата.</p> <p>Поощрять и поддерживать желание детей получать результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребенку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата.</p> <p>Внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к ее дозированию;</p> <p>поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.</p>
<p>Способы и приемы поддержки детской инициативы</p>	<p>Не спешить на помощь ребенку, если он испытывает затруднения решения задачи, побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи дать совет, задать наводящий вопрос, активизировать имеющийся у ребенка опыт.</p> <p>Дать возможность ребенку самостоятельно решить поставленную задачу. Помочь в поиске разных вариантов решения одной задачи, поощрять активность детей в поиске, принимать любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживать инициативу и творческие решения, акцентировать внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобрять, хвалить за результат, вызывать у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных действий.</p> <p>Особое внимание уделять общению с детьми в период кризиса семи лет: характерные для ребенка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребенком. Уделять внимание ребенку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Поддерживать ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.</p>

Акцентировать внимание на освоение ребенком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель(или принять ее от педагога), обдумать способы ее достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат. Предложить детям средства, помогающие детям планомерно и самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты.
Уделять внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребенка

2.7. Работа с родителями (законными представителями)

Построение взаимодействия с родителями (законными представителями) придерживается следующих требований:

приоритет семьи в воспитании, образовании и развитии ребенка: в соответствии с Законом об образовании у родителей (законных представителей) обучающихся не только есть преимущественное право на обучение и воспитание детей, но именно они обязаны заложить основы физического, нравственного и интеллектуального развития личности ребенка;

открытость: для родителей (законных представителей) доступна актуальная информация об особенностях пребывания ребенка ДОО, предоставлен свободный доступ в ДОО, между педагогом и родителями (законными представителями) происходит обмен информацией об особенностях развития ребенка в ДОО и семье;

взаимное доверие, уважение и доброжелательность во взаимоотношениях педагога и родителей (законных представителей), позитивный настрой на общение и сотрудничество, этичное и разумное использование полученной информации в интересах детей;

индивидуально-дифференцированный подход к каждой семье: при взаимодействии в совместное решение образовательных задач учитываются особенности семейного воспитания, потребности родителей (законных представителей) в отношении образования ребенка, отношение к педагогу и ДОО, проводимым мероприятиям; возможности включения родителей (законных представителей).

Деятельность инструктора по физкультуре по построению взаимодействия с родителями (законными представителями)

Направление	Деятельность инструктора
диагностико-аналитическое	получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, ее запросах в отношении охраны здоровья и развития ребенка; об уровне компетенции родителей (законных представителей) по вопросам особенностей физического развития детей дошкольного возраста; планирование работы с семьей с учетом проведенного анализа
просветительское	просвещение родителей (законных представителей) по повышению уровня компетенции в вопросах здоровьесбережения ребенка: информирование о фактах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребенка (рациональная организация режима дня для ребенка, правильное питание в семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребенком и другое) информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО в решении данных задач; знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями проводимыми в ДОО

консультационное	консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребенком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и другом
------------------	--

План работы с родителями (законными представителями) на 2023 – 2024 учебный год

Дата	Форма работы	Тема	Группа
Сентябрь	Родительское собрание Консультация- передвижка	«Спортивная форма» «Чему научатся дети в учебном году»	Младшая группа Все группы
Октябрь	Консультация Фото-Презентация (семейные ценности) День здоровья 17.10.2023	«Для чего ребенку соблюдать режим дня» «Какое место занимает физкультура в вашей семье?» «Семейный кодекс здоровья» Осенний день здоровья	Младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная группа Все дошкольные группы
Ноябрь	Семейные ценности Обмен опытом	«Мой семейный спортивный альбом» «А мы играем так»	Младшая группа Средняя группа Старшая группа Подготовительная группа
Декабрь	Консультация Консультация	«Зимние виды спорта» «Подвижные игры зимой на воздухе»	Все группы Все группы
Январь	Творческий проект Мастер-класс 23.01.2024	«Дерево здоровья» «Снежинка»- тренажеры для дыхательной гимнастики Зимний день здоровья	Младшая группа Средняя группа Все группы
Февраль	Фотовыставка Физкультурный досуг	23 февраля 23 февраля	Все группы Все группы
Март	Спортивный досуг	«Как поздравить маму»	Все группы
Апрель	Фотовыставка	«Малыши на спорте»	Младшая группа

	Обмен опытом 16.04.2024 «Вместе весело играть»	«Полезная еда» Весенний день здоровья	Средняя группа Старшая группа Подготовительная группа Все группы
Май	Консультация Экскурсия к местам боевой славы Консультация- передвижка	«Польза пеших прогулок» «Мы помним, мы гордимся» «Как весело и с пользой провести лето!»	Младшая группа Средняя группа Старшая и подготовительная группа Все группы

2.8. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы (КРР)

КРР и (или) инклюзивное образование в ДОО направлено на обеспечение коррекции нарушений развития у различных детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ и детей- инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы, их разностороннее развитие с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

Задачи КРР ОО Физическое развитие на уровне ДОО	Определение ООП обучающихся, в том числе с трудностями освоения Федеральной программы и социализации; своевременное выявление обучающихся с трудностями социальной адаптации, обусловленными различными причинами; Осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с учетом особенностей их психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии (ППК)
Содержание КРР	В образовательной области Физическое развитие содержание КРР для каждого обучающего определяется с учетом его ООП на основе рекомендаций ППК ДОО

Категории целевых групп обучающихся для оказания им адресной психологической помощи и включения их в программы психолого-педагогического сопровождения

Целевые группы	Реализация КРР
Дети с ОВЗ и (или) инвалидностью, получившие статус в порядке, установленном законодательством Российской Федерации	Реализация КРР с обучающимися с ОВЗ и детьми инвалидами согласно нозологическим группам осуществляется в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования.
Обучающиеся по индивидуальному учебному плану на основании медицинского	Часто болеющие дети характеризуются повышенной заболеваемостью острыми респираторными инфекциями, которые не связаны с врожденными и наследственными состояниями, приводящими к большому количеству пропусков ребенком в посещении ДОО.

<p>заклучения находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющие дети)</p>	<p>(дети, под)</p> <p>Детям, находящиеся под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющим детям, свойственны: быстрая утомляемость, длительный период восстановления после заболевания и (или) его обострения (не менее 4-х недель), специфические особенности межличностного взаимодействия и деятельности (ограниченность круга общения больного ребенка, объективная зависимость от взрослых, стремление постоянно получать от них помощь). У таких детей в итоге появляются сложности в освоении программы и социальной адаптации.</p> <p>Направленность КРР с детьми, находящимися под диспансерным наблюдением, в том числе часто болеющими детьми на дошкольном уровне образования:</p> <p>коррекция (развитие) коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сфер, познавательных процессов;</p> <p>снижение тревожности;</p> <p>помощь в решении поведенческих проблем;</p> <p>создание условий для для успешной социализации, оптимизации межличностного взаимодействия со взрослыми и сверстниками.</p> <p>Включение часто болеющих детей в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого-педагогического сопровождения осуществляется на основании медицинского заключения и рекомендаций ППК по результатам психолого педагогической диагностики.</p>
<p>Обучающие, испытывающие трудности в освоении образовательных программ, развитии, адаптации.</p>	<p>В эту группу могут входить дети мигрантов, испытывающие трудности с пониманием государственного языка российской Федерации на дошкольном уровне образования.</p> <p>Направление КРР:</p> <p>развитие коммуникативных навыков, формирование чувствительности к сверстнику, его эмоциональному состоянию, намерениям и желаниям;</p> <p>формирование уверенного поведения и социальной успешности;</p> <p>коррекция деструктивных эмоциональных состояний, возникших вследствие попадания в новую языковую и культурную среду (тревога, неуверенность, агрессия);</p> <p>создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку.</p> <p>Психолого-педагогическое сопровождение детей данной целевой группы осуществляется в контексте общей программы адаптации ребенка к ДОО. В случаях выраженных проблем социализации, личностного развития и общей дезадаптации ребенка, его включают в программу КРР на основе заключения ППК или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.</p>
<p>Обучающиеся «группы риска»</p>	<p>Дети, проявляющие комплекс выраженных факторов риска негативных появлений (импульсивность, агрессивность, неустойчивая или крайне низкая (завышенная) самооценка, завышенный уровень притязаний.</p> <p>Направленность КРР с обучающимися, имеющими девиации развития и поведения на дошкольном уровне образования:</p> <p>коррекция (развитие) социально-коммуникативной, личностной, эмоционально-волевой сферы;</p> <p>помощь в решении поведенческих проблем;</p> <p>формирование адекватных, социально приемлемых способов</p>

	<p>поведения; развитие рефлексивных способностей; совершенствование способов саморегуляции. Включение ребенка «группы риска» в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого- педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК или по запросу родителей (законных представителей) ребенка.</p>
Одаренные обучающиеся	<p>Направленность КРР с одаренными обучающимися на дошкольном уровне образования: определение уровня одаренности, личностных особенностей, прогноз возможных проблем и потенциала развития; вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс и установление с ними отношений сотрудничества как обязательного условия поддержки и развития одаренного ребенка, как в ДОО, так и в условиях семейного воспитания; создание атмосферы доброжелательности, заботы и уважения по отношению к ребенку, обстановки, формирующей у ребенка чувство собственной значимости, поощрение его индивидуальности; сохранение и поддержка индивидуальности ребенка, развитие его индивидуальных способностей и творческого потенциала как субъекта отношений с людьми, миром и самим собой; формирование коммуникативных навыков и развитие эмоциональной устойчивости; организация предметно-развивающей, обогащенной образовательной среды в условиях ДОО, благоприятную для развития физических способностей и одаренности в области физического развития. Включение ребенка в программу КРР, определение индивидуального маршрута психолого- педагогического сопровождения осуществляется на основе заключения ППК по результатам психологической и педагогической диагностики.</p>

2.9. Рабочая программа воспитания ОО Физическое развитие

1 Целевой раздел	
Общая цель воспитания в ДОО	<ul style="list-style-type: none"> - формирование первичных представлений о традиционных ценностях российского народа, социально приемлемых нормах и правилах поведения; - формирование ценностного отношения к окружающему миру (природному и социокультурному), другим людям, самому себе; - становление первичного опыта деятельности и поведения в соответствии с традиционными ценностями, принятыми в обществе нормами и правилами.
Общие задачи воспитания в ДОО	<ul style="list-style-type: none"> - содействовать развитию личности, основанному на принятых в обществе представлениях о добре и зле, должном и недопустимом; - способствовать становлению нравственности, основанной на духовных отечественных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести; - создавать условия для развития и реализации личностного потенциала ребенка, его готовности к творческому самовыражению и саморазвитию, самовоспитанию; - осуществлять поддержку позитивной организации ребенка посредством проектирования и принятия уклада, воспитывающей среды, создания воспитывающих общностей.
Направления воспитания	<p>1) Патриотическое направление воспитания Цель- содействовать формированию у ребенка личностной позиции наследника</p>

	<p>традиций и культуры, защитника отечества и творца (созидателя), ответственного за будущее своей страны</p> <p>Ценности- родина и природа культура, семья</p> <p>2) Духовно-нравственное направление.</p> <p>Цель- формирование способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, индивидуально ответственному поведению.</p> <p>Ценности- жизнь, милосердие, добро.</p> <p>3) Социальное направление воспитания</p> <p>Цель- формирование ценностного отношения детей к семье, дому, человеку развитие дружелюбия, умения находить общий язык с другими людьми.</p> <p>Ценности: семья, дружба, человек и сотрудничество</p> <p>4) Познавательное направление</p> <p>Цель- формирование ценности познания</p> <p>Ценности: познание</p> <p>5) Физическое и оздоровительное направление</p> <p>Цель: формирование ценностного отношения детей к здоровому образу жизни, овладение элементарными навыками и правилами безопасности.</p> <p>Ценности: жизнь, здоровье.</p> <p>6) Трудовое направление воспитания</p> <p>Цель: формирование ценностного отношения детей к труду, трудолюбию и приобщение ребенка к труду.</p> <p>Ценность: труд</p> <p>7) Эстетическое направление воспитания</p> <p>Цель: способствовать становлению у ребенка ценностного отношения к красоте</p> <p>Ценности: культура, красота.</p>
Целевые ориентиры воспитания на этапе завершения освоения программы ОО Физическое развитие	<p>Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья. Занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих.</p> <p>Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного отдыха.</p>
2. Содержательный раздел	
Задачи воспитания ОО Физическое развитие	<p>Решение задач воспитания в рамках ОО Физическое развитие направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:</p> <ul style="list-style-type: none"> -формирование у ребенка возрастосообразных представлений о жизни, здоровье и физической культуре; -становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническими нормами и правилами: -воспитание активности, самостоятельности, уверенности, нравственных и волевых качеств.
Формы деятельности сотрудничества с родителями (законными представителями) в процессе воспитательной работы	<ul style="list-style-type: none"> -родительское собрание; -круглый стол; -опрос; -мастер-класс; -анкета; -консультация -консультация- передвижка -стенд

События образовательной организации Физическое развитие	-проекты воспитательной направленности -праздники -тематические встречи с родителями (законными представителями) имеющими отношение к спорту (мастер спорта, тренер, другое) -общие дела
Совместная деятельность в образовательных ситуациях Физическое развитие	-ситуативная беседа, совет, вопрос; -заучивание стихов, считалок наизусть (подготовка к спортивным праздникам, сопровождение подвижных игр); -рассматривание и обсуждение картин, иллюстраций, просмотр видеороликов, презентаций, мультфильмов спортивной направленности; -организация выставок детского рисунка, семейных фотографий спортивной направленности; -экскурсии (в спорткомплексы, школьный спортзал); -участие в массовых мероприятиях города («Лыжня России», другие); туристические походы.
Организация предметно-пространственной среды	-знаки и символы государства; -компоненты среды, обеспечивающие ребенку возможности для укрепления здоровья, раскрывающие смысл здорового образа жизни, физической культуры и спорта (физкультурное оборудование, спортивный инвентарь); -компоненты среды, предоставляющие ребенку возможность погружения в культуру России, знакомства с особенностями традиций многонационального российского народа (атрибуты к народным подвижным играм, другое); -компоненты среды, обеспечивающие детям возможность общения, игры и совместной деятельности (спортивный инвентарь)
Социальное партнерство	-участие представителей комплекса ГТО в сдаче нормативов ГТО, мероприятиях, посвященных популяризации ГТО среди обучающихся; -проведение на базе школы спортивных мероприятий акций воспитательной направленности; -участие представителей ГИБДД в мероприятиях ДОО по безопасности дорожного движения; -реализация проектов воспитательной направленности, совместно разрабатываемых детьми, родителями (законными представителями), педагогами с организациями-партнерами.
3 Организационный раздел	
Нормативно-методическое обеспечение.	Перечень локальных правовых документов ДОО, в которые вносятся изменения в соответствии с рабочей программой воспитания: - Годовой план работы ГБДОУ №123 на 2023-2024 учебный год - Календарный учебный график; - Должностные инструкции педагогов, отвечающих за организацию воспитательной деятельности в ДОУ;
Приложение	
Федеральный календарный план воспитательной работы	
Сентябрь	1 сентября- День знаний 3 сентября- День окончания Второй мировой войны, День солидарности в борьбе с терроризмом 8 сентября- Международный день распространения грамотности 27 сентября- День воспитателя и всех дошкольных работников

Октябрь	<p>1 октября: Международный день пожилых людей, Международный день музыки</p> <p>4 октября День защиты животных</p> <p>5 октября- День учителя</p> <p>Третье воскресенье октября- День отца в России</p>
Ноябрь	<p>4 ноября- День народного единства</p> <p>8 ноября- День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России</p> <p>Последнее воскресенье ноября- День матери в России</p> <p>30 ноября- День Государственного герба Российской Федерации</p>
Декабрь	<p>3 декабря- День неизвестного солдата; Международный день инвалидов (рекомендуется включить в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)</p> <p>5 декабря день добровольца (волонтера) в России</p> <p>8 декабря Международный день художника</p> <p>9 декабря День Героев Отечества</p> <p>12 декабря День Конституции Российской Федерации</p> <p>31 декабря- Новый год</p>
Январь	<p>27 января День снятия блокады Ленинграда; День освобождения Красной армией крупнейшего «лагеря смерти» Аушвиц-Биркенау (Освенцима)- День памяти жертв Холокоста (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)</p>
Февраль	<p>2 февраля- День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)</p> <p>8 февраля День Российской науки</p> <p>15 февраля День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами отечества</p> <p>21 февраля- Международный день родного языка</p> <p>23 февраля День защитника Отечества</p>
Март	<p>8 марта- Международный женский день</p> <p>18 марта День воссоединения Крыма с Россией (рекомендуется включать в план воспитательной работы с дошкольниками регионально и/или ситуативно)</p> <p>27 марта Всемирный день театра</p>
Апрель	<p>12 апреля- День космонавтики</p>
Май	<p>1 мая - Праздник весны и труда</p> <p>9 мая- День Победы</p> <p>19 мая- День детских общественных организаций в России</p> <p>24 мая-День славянской письменности и культуры</p>
Июнь	<p>1 июня- День защиты детей</p> <p>6 июня- День русского языка</p> <p>12 июня- День России</p> <p>22июня- День памяти и скорби</p>
Июль	<p>8 июля- День семьи, любви и верности</p>
Август	<p>12 августа- День физкультурника</p>

2.10. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений

- Дополнительная оздоровительная программа В.Г. Коваленко «К здоровой семье через детский сад». СПб. 2000 г.
- Технологии «Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада. СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014. (продукт ОЭР ГБДОУ № 123 2010-2013 г.).

Выбор выше представленных парциальных образовательных программ и технологий осуществлен по причине наибольшего соответствия потребностям и интересам детей, а также возможностям педагогического коллектива.

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Психолого- педагогические условия реализации Федеральной программы

Успешная реализация Федеральной программы ОО Физическое развитие обеспечивается следующими психолого-педагогическими условиями:

- 1) признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребенка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;
- 2) решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, обогащение двигательной активности в центрах здоровья, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия).
- 3) обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса в ДОО, в том числе дошкольного и начального общего уровней образования (опора на опыт детей, накопленный на предыдущих этапах развития, изменение форм и методов образовательной работы, ориентация на стратегический приоритет непрерывного образования- формирование умения учиться);
- 4) учет специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся;
- 5) создание развивающей и эмоционально-комфортной для ребенка образовательной среды, способствующей физическому развитию ребенка, сохранению его индивидуальности, в которой ребенок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера и прочее;
- 6) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывая его социальную ситуацию его развития;
- 7) индивидуализация образования (в том числе поддержка ребенка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики;
- 8) оказание ранней коррекционной помощи детям ООП, в том числе с ОВЗ на основе специальных психолого-педагогических подходов, методов, способов общения и условий, способствующих получению ДО, социальному развитию этих детей, в том числе посредством инклюзивного образования;
- 9) совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;

- 10) психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;
- 11) вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;
- 12) развитие профессиональной компетенции, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;
- 13) взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, физкультуры и спорта), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социально-значимой деятельности;
- 14) использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования ее социализации;
- 15) предоставление информации о Федеральной программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности.

3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Для реализации программы образования и воспитания по физической культуре в ДОО предусмотрен музыкально-спортивный зал.

РППС рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей.

При проектировании РППС учитываются местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия; возраст уровень развития детей и особенности их деятельности, содержание образования; задачи образовательной программы для различных возрастов групп; возможности и потребности участников образовательной деятельности.

РППС соответствует требованиям ФГОС ДО, образовательной программе ДОО, возрастным особенностям детей; воспитательному характеру обучения детей; требованиям безопасности и надежности.

Наполняемость РППС спортивного зала, спортивной площадки ДОО

№	Спортивное оборудование для обучения основным движениям	Необходимо для реализации программы	Есть в наличии	Необходимо дополнить
Для детей 3-4 лет				
1	Дорожка шир. 25 см, дл 2-2,5 м	2 шт	-	+
2	Наклонная доска шир. 20 см, дл 1,5-2 м	2 шт	+	
3	Извилистая дорожка 15-20 см. дл 2-2,5 м	2 шт	-	+
4	Гимнастическая скамья (узкая и широкая рейка) выс. 20 см, дл 1.5-2 м.	4 шт	2 шт	
5	Воротца, дуга выс.50 см	4 шт	+	
6	Ребристая доска шир. 25 см, дл.1,5 м	2 шт	+	
7	Корзина для метания	2 шт	+	
8	Лесенка-стремянка	2 шт	-	+
9	Гимнастическая стенка 6 секций	1 шт	двухсекцио	

			нная	
10	Лестница 1 пролет шир.35 см, дл 1.5 м.	2 шт		
11	Горизонтальные стойки для крепления обручей, гимнастических палок, веревок	4 шт	+	
12	Шнур дл 2-3 м	4 шт	+	
13	Куб выс 10-15 см, шир 25 см, дл 40 см	1 шт	+	
14	Сетка волейбольная	1 шт	-	+
15	Крепеж для подвешивания сетки, веревки	4 шт	+	
16	Мат гимнастический	4 шт	+	
Дополнительно для детей 4-5 лет				
17	Гимнастическая доска шир.20 см, дл1.5-2 м	2 шт	+	
18	Гимнастический шест 2-3 м	6 шт	-	+
19	Мишень - щит	3 шт	1шт	
Дополнительно для детей 5-6 лет				
20	Шнур, закрепленный зигзагообразно на дорожке дл 2 м	2 шт	+	
21	Куб выс 30 см , шир 25 см, дл 40 см	2 шт	+	
22	Тоннель выс 50 см, дл 2 м	2 шт	+	
23	Мягкий модуль выс 20 см, шир. 40 см, дл. 70 см	2 шт	+	
24	Стойка для прыжков в высоту	1 шт	+	
25	Гимнастическая скамья выс. 25 см, дл 1.5 м	2 шт	+	
Дополнительно для детей 6-7 лет				
26	Мягкий модуль выс 30 см, шир. 40 см, дл. 70 см	2 шт	+	
27	Веревочная лестница с возможностью крепления на высоте	1 шт	-	+
28	Канат с возможностью крепления на высоте	1 шт	+	
29	Баскетбольная корзина	2 шт	+	
№	Спортивный инвентарь для обучения основным движениям	Необходимо для реализации программы	Есть в наличии	Необходимо дополнить
Для детей 3-4 лет				
1	Кегли	30 шт	+	
2	Кубики	60 шт	+	
3	Мяч диаметром 25 см	30 шт	+	
4	Конусы	10 шт	+	
5	Мяч диаметром 15 см	30 шт	+	

6	Обруч плоский диаметр 50 см	30 шт	-	
7	Набивной мешок 200 гр	30 шт	+	
8	Мяч теннисный	30 шт	+	
9	Веревка дл 2 м	2 шт	+	
Дополнительно для детей 4-5 лет				
10	Набивной мешок 400 гр	30 шт	+	
11	Обруч круглый диаметр 60 см	30 шт	+	
12	Платочек 40x40 см	30 шт	+	
Дополнительно для детей 5-6 лет				
13	Набивной мяч вес 1 кг	30 шт	+	
14	Шар для пинг-понга	30 шт	+	
15	Скакалка короткая	30 шт	+	
16	Скакалка длинная	1 шт	+	
Дополнительно для детей 6-7 лет				
17	Камешек- бита	30 шт	-	+
18	Палка гимнастическая диаметр 3 см дл 20 см	4 шт	+	
№	Спортивный инвентарь для выполнения ОРУ, утренней гимнастики, выступлений на праздниках (для всех возрастов) + к обозначенному выше	Необходимо для реализации программы	Есть в наличии	Необходимо дополнить
1	Гимнастические палки	30 шт	+	
2	Султанчики (ленточки на кольце)	60 шт	+	
3	Флажки цветные	60 шт	+	
4	Флажки с российской символикой	60 шт	+	
5	Косички, шнуры, дл 60 см	30 шт	-	+
6	Ленты разноцветные дл. 60 см	60 шт	+	
7	Цветные полотна (триколор)	3 шт	-	+
8	Флаг РФ	1 шт	+	
9	Фитбол-мячи	4 шт	+	
10	Лестница скорости и координации	2 шт	+	
11	Игровой парашют	1 шт	+	
12	Канат для игры	1 шт	+	
	Спортивный инвентарь для занятий на прогулке + к обозначенному выше	Необходимо для реализации программы	Есть в наличии	Необходимо дополнить
Для детей 3-4 лет				

1	Трехколесный велосипед	5 шт	-	+
2	Лыжи 70 см	30 пар	-	
Дополнительно для детей 4-5 лет				
2	Двухколесный велосипед	5 шт	-	
3	Самокат	5 шт	-	
Дополнительно для детей 5-6 лет				
4	Городки	2 комплекта	-	
5	Футбольный мяч	30 шт	+	
6	Футбольные ворота	2 шт	-	
7	Баскетбольный мяч	30 шт	-	
8	Баскетбольная стойка с корзиной	2 шт	+	
9	Ракетка для бадминтона	30 шт	+	
10	Волан для бадминтона	30 шт	+	
12	Лыжи 110 см	30 пар	-	
Дополнительно для детей 6-7 лет				
11	Хоккейная клюшка	30 шт	+	+
12	Хоккейная шайба	30 шт	+	+
13	Хоккейные ворота	2 шт	-	+
14	Стол для настольного тенниса	2 шт	-	
15	Сетка для настольного тенниса	2 шт	-	
16	Ракетка для настольного тенниса	30 шт	-	
17	Шарик для настольного тенниса	30 шт	-	

3.3. Технические средства обучения

№	Технические средства обучения	Необходимо для реализации программы	Есть в наличии	Необходимо дополнить
1	Ноутбук	1 шт		
2	Музыкальный центр	1 шт		
3	Проектор с экраном	1 шт		
4	Цветной принтер с расходниками	1 шт	-	+
5	Гарнитура усиления звука	1 шт	-	+

3.4. Методическое обеспечение

- Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. Москва «Мозаика-Синтез», 2014г.
- Анферова В.И. Физкультурные сюжетные занятия с детьми 3-4 лет. Москва, ТЦ «Сфера», 2012г.

3.5. Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3–4 года	4–5 лет	5–6 лет	6–7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю 15 минут	2 раза в неделю 20 минут	2 раза в неделю 25 минут	2 раза в неделю 30 минут
	б) на улице	1 раз в неделю 15 минут	1 раз в неделю 20 минут	1 раз в неделю 25 минут	1 раз в неделю 30 минут
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 10	Ежедневно 10	Ежедневно 10	Ежедневно 10
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15–20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20–25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25–30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30–40
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	2–4 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	4–6 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	4–6 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий	6–8 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20–25	1 раз в месяц 20–25	1 раз в месяц 30–45	1 раз в месяц 40–45
	б) физкультурный праздник		2 раза в год до 90 (зрители)	2 раза в год до 90	2 раза в год до 90
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
	г) туристическая прогулка, экскурсия			1 раз в месяц 90–120	1 раз в месяц 120–150
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

	оборудования				
	б) самостоятельн ые подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физкультурой должны проводиться в зале.

Приложение

Перечень музыкальных произведений для выполнения музыкально-ритмических движений из ФОП

3-4 года	Игровые упражнения, ходьба и бег под музыку «Марш и бег» А. Александрова; «Скачут лошадки», муз. Т. Попатенко; «Шагаем как физкультурники», муз. Ломовой; «Топотушки», муз. М. Раухвергера; «Птички летают», муз. Л. Банниковой. Перекатывание мяча под музыку Д. Шостаковича (вальс-шутка) Бег под музыку Р. Шумана (игра в жмурки)
4-5 лет	Игровые упражнения «Пружинки» рус.нар.мелодия Ходьба под марш, муз. И. Беркович Подпрыгивания и бег «Веселые мячики», муз М. Сатулиной Лиса и зайцы «В садике», муз. А. Майкапара Ходит медведь «Этюд», муз. К. Черни «Полька», муз. М. Глинки «Всадники», муз. В.Витлина Потопаем покругимся рус.нар.мелодии «Петух», муз. Т.Ломовой «Кукла», муз. М. Старокадомского Упражнения с цветами «Вальс» муз. А. Жилина

	Музыкальные игры «Куручка и петушок» муз. Г. Фрида. «Жмурки», муз. Ф.Флотова «Медведь и заяц», муз. В.Ребикова «Самолеты», муз. М. Магиденко «Найди себе пару», муз. Т. Ломовой «Займи домик», муз. М. Магиденко
5-6 лет	Упражнения «Шаг и бег», муз.Н.Надененко «Плавные руки», муз Р. Лизра («Вальс», фрагмент) «Кто лучше скачет», муз. Т. Ломовой «Росинки», муз. С. Майкапара Упражнения с предметами «Упражнения с мячами», муз. Т. Ломовой; «Вальс», муз. Ф. Бургмюллера. Музыкальные игры «Не выпустим», муз. Т. Ломовой «будь ловким», муз. Н. Ладухина «Ищи игрушку», «Найди себе пару», латв.нар. Мелодия обраб. Т. Потапенко
6-7 лет	Упражнения «Марш», муз. М. Роберта «Бег», «Цветные флажки», муз. Е. Тиличевой «Кто лучше скачет», «Шагают девочки и мальчики», муз. В. Золотарева Поднимай и скрещивай флажки «Этюд», муз. К. Гуритта полоскать платочки «Ой, утушка луговая», рус.нар. Мелодия, обраб. Т. Ломовой «Упражнение с кубиками», муз. С. Соснина Музыкальные игры «Кот и мыши», муз. Т. Ломовой «Кто скорей», муз. М. Шварца Игра с погремушками», муз. Ф. Шуберта «Экоссез» «Поездка», «Пастух и козлята», рус. Нар. Песня, обраб. в. Трутовского.