

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 364**

Принято
на Педагогическом совете
Протокол № 1 от 31.08.22

Утверждено
Заведующий МАДОУ детский сад № 364
/Н.И. Чусовитина/
Приказ № 654 от 31.08.22



Рабочая программа
по образовательной области
«Физическое развитие»

Тематический модуль ОП МАДОУ детский сад № 364

«Физическая культура»

для детей с 3х до 7х лет

Инструктор по физической культуре:
Крахмалева Анастасия Анатольевна, 1КК

Екатеринбург, 2022г.

Содержание рабочей программы (РП)

I. Целевой раздел РП	
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.1.1. Цель, направления, задачи РП.....	3
1.1.2. Принципы и подходы к формированию РП.....	4
1.1.3. Интеграция тематического модуля «Физическая культура» с содержанием образовательных областей.....	5
1.1.4. Значимые для разработки РП характеристики.....	6
1.1.4.1. Характеристика возрастных особенностей физического развития детей (с 3х до 7ми лет).....	6
1.1.4.2. Характеристика индивидуальных особенностей развития детей, воспитывающихся в дошкольном учреждении.....	11
1.2. Планируемые результаты освоения РП.....	12
1.2.1. Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования.....	12
1.2.2. Планируемые промежуточные достижения детей в сфере физического развития.....	12
II. Содержательный раздел РП	
2.1. Описание образовательной деятельности по физическому развитию детей.....	14
2.1.1. Содержание двигательной образовательной деятельности в соответствии с возрастом детей.....	14
2.1.2. Формы и методы образовательной деятельности по физическому развитию детей дошкольного возраста.....	27
2.2. Особенности образовательной деятельности по физическому развитию детей и культурных практик.....	34
2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы в двигательной деятельности.....	38
2.4. Особенности взаимодействия с родителями воспитанников.....	39
III. Организационный раздел РП	
3.1. Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития. Материально - техническое обеспечение РП.....	41
3.2. Методические материалы и средства физического развития.....	42
3.3. Педагогическая оценка физического развития детей.....	44
Приложения	
Приложение 1. Характеристика индивидуальных особенностей развития детей, воспитывающихся в дошкольном учреждении.....	50

I. Целевой раздел РП

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с образовательной программой Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 364 (далее МАДОУ детский сад № 364) и отражает особенности содержания и организации физического развития детей дошкольного возраста.

Рабочая программа по образовательной области «Физическое развитие» тематический модуль «**Физическая культура**» для детей 3-7 лет (далее РП) является структурной единицей (модулем) образовательной программы МАДОУ детский сад № 364 (далее Программа).

Содержание РП разработано с учетом:

- примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «Детство» / Т. И. Бабаева, А. Г. Гогоберидзе, О. В. Солнцева и др. — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2014.

- образовательной программы «Мы живем на Урале» / Толстикова О.В., Савельева О.В. – Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО». – 2013г.

РП построена с учетом климатических условий Уральского региона, ставит задачи по развитию интереса к культурному наследию земли Уральской, развивает активную личностную позицию маленьких жителей Свердловской области, уральского региона, чувство сопричастности, желание сохранять и передавать традиции, обычаи народов Урала и осуществляется на родном русском языке.

Реализация РП предусматривает решение ведущих целей и задач, отраженных в общей направленности Программы, и конкретных задач физического развития.

1.1.1. Цель, направления, задачи рабочей программы

Цель: воспитание здорового, жизнерадостного, жизнестойкого, физически совершенного, гармонически и творчески развитого ребенка.

Задачи и направления:

1. Приобретение детьми опыта в следующих видах деятельности:

- двигательной, направленной на развитие координации и гибкости;
- способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук;
- связанных с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны).

2. Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.

3. Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.

4. Развитие двигательного опыта ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулирование двигательной активности, стремления к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала.

5. Развитие интереса к народным, традиционным для Урала спортивным играм, видам спорта, достижениям в области спорта спортсменов своей местности, Уральского региона.

6. Внедрение норм ВФСК ГТО для детей 6-7 лет.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию РП

РП разработана в соответствии с культурно-историческим, личностным, деятельностным подходами в воспитании, обучении и развитии детей дошкольного возраста.

Принципы формирования РП:

- Принцип развивающего вариативного образования.
- Принцип полноты содержания и интеграции отдельных образовательных областей.
- Принцип единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста.
- Принцип комплексно-тематического построения образовательного процесса.
- Принцип учета специфики дошкольного образования.
- Принцип возрастной адекватности форм работы с детьми.
- Принцип поддержки инициативы детей в различных видах двигательной деятельности.
- Принцип ситуативности.
- Принцип культуросообразности и региональности.

Принципы организации двигательной деятельности

Принцип фасцинации (от англ. fascination) — специально организованное вербальное воздействие — умение очаровать ребенка своим внешним видом, им самим, друг другом, проявлять интерес к окружающим предметам, действиям с ними, физическим упражнениям и движениям).

Принцип синкретичности (от греч. synkretismos — соединение, объединение) направлен на установление в двигательной сфере синкретических связей, с помощью которых ребенок постигает для себя значение и физических упражнений, природу их внедрения);

Принцип творческой направленности — самостоятельное создание ребенком новых движений на основе его двигательного опыта.

Принцип систематичности и последовательности (построение системы физкультурно-оздоровительной работы и последовательное ее воплощение)

Принцип повторения (формирование двигательных навыков и динамических стереотипов на основе многократного повторения упражнений, движений)

Принцип доступности и индивидуализации (обязательный учет индивидуальных особенностей ребенка для правильного подбора доступных ему физических нагрузок)

Принцип наглядности (направленное воздействие на функции сенсорных систем, участвующих в движении)

Принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий (поступательный характер, усиление и обновление воздействий в процессе физического развития)

Принцип адаптивного сбалансирования динамики нагрузок (зависимость динамичности нагрузок от закономерностей адаптации к ним ребенка)

Принцип оздоровительной направленности (решение задач укрепления здоровья ребенка в процессе физического развития)

Принцип системного чередования физических нагрузок и отдыха (сочетание высокой активности и отдыха в разных формах активности)

Принцип оптимального сочетания фронтальных, групповых и индивидуальных способов обучения.

1.1.3. Интеграция тематического модуля «Физическая культура» с содержанием образовательных областей

Основания интеграции	
<i>По задачам и содержанию образовательной деятельности</i>	<i>По средствам организации и оптимизации образовательного процесса</i>
«Социально-коммуникативное развитие» (приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной активности, овладение навыками ухода за физкультурным инвентарём и спортивной одеждой; «Речевое развитие» (развитие свободного общения со взрослыми и детьми в части	«Речевое развитие» (речевое сопровождение всех видов двигательной активности детей, использование художественных произведений для формирования первичных ценностных представлений о здоровом образе жизни). «Художественно-эстетическое развитие» (использование музыкально-

необходимости двигательной активности и физического совершенствования; игровое общение) «Познавательное развитие» (в части двигательной активности как способа усвоения ребенком предметных действий, а также как одного из средств овладения операциональным составом различных видов детской деятельности), формирования элементарных математических представлений (ориентировка в пространстве, временные, количественные отношения и т. д.). «Художественно-эстетическое развитие» (развитие музыкально-ритмической деятельности, выразительности движений, двигательного творчества на основе физических качеств и основных движений детей).	ритмической и продуктивной деятельности с целью развития представлений и воображения для освоения двигательных эталонов в творческой форме, моторики; использование музыкальных произведений в качестве музыкального сопровождения различных видов двигательной активности).
--	---

1.1.4. Значимые для разработки РП характеристики

1.1.4.1. Характеристика возрастных особенностей физического развития детей (с 3х до 7ми лет)

3-4 года

В младшем дошкольном возрасте *двигательная активность детей характеризуется достаточно высоким уровнем самостоятельных действий.*

Движения имеют преднамеренный и целеустремленный характер. Моторика выполнения движений, характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д.

Возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети стремятся к новым сочетаниям движений, испытывают желание попробовать свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им *свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями, неустойчивость волевых усилий по преодолению трудностей.*

К этому возрастному периоду *дети достаточно хорошо владеют навыками ходьбы, но отсутствуют согласованные движения рук и ног, непринужденное положение корпуса и головы.*

То или иное эмоциональное состояние ребенка проявляется в индивидуальной манере движения, называемой выразительной моторикой (мимика, пантомимика).

Структура бега оформляется к четырем годам, но скорость не высока, движения рук малоактивны.

Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя.

Дети уже владеют прыжками разных видов, умеют отталкиваться от опоры, помогая взмахами рук. Дальность прыжка ограничена слабостью мышц, связок, суставов ног.

При метании предметов еще недостаточно проявляется слитность замаха и броска. Для многих затруднительна ловля мяча.

К 4 годам дети с желанием двигаются, их двигательный опыт достаточно разнообразен. Они интересуются разнообразными физическими упражнениями, действиями с физкультурными пособиями.

При выполнении упражнений демонстрируют достаточную координацию движений, быстро реагируют на сигналы, переключаются с одного движения на другое. Уверенно, самостоятельно и точно выполняют задания. Действуют в общем для всех темпе, легко находят свое место при совместном построении, в играх.

Минимальные результаты развитости основных движений к четырем годам

Бег на 30м – 13 с.

Прыжки в длину с места – 40см.

Бросание предмета – 4м.

Бросание набивного мяча (1кг) – 90см.

Спрыгивание (прыжки в глубину) – 20 – 25см.

Прыжок вверх с места – 20 см

4-5 лет

В этом возрасте продолжается рост всех органов и физиологических систем, сохраняется высокая потребность в движении. Двигательная активность становится целенаправленной, отвечает индивидуальному опыту и интересу, движения – осмысленные, мотивированные, и управляемые. Сохраняется высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию, совершение действий направленных на достижение отдаленного результата привлекательно, в основном, в случае интереса.

Появляется способность к регуляции двигательной активности. Совершенствуются основные нервные процессы, улучшается их подвижность. В движении появляется слаженность, уверенность, стремительность, легкость. Происходит совершенствование приобретенных ранее двигательных качеств и способностей: ловкости, выносливости, гибкости, координации.

У детей появляется интерес к познанию себя, своего тела, его строения, возможностей; возникает потребность действовать совместно, быстро, ловко,

в общем для всех детей темпе; соблюдать определенные интервалы во время передвижения в разных построениях, быть ведущим. Уровень функциональных возможностей повышается.

Начинает формироваться способность контролировать свои эмоции в движении, чему способствует освоение ими языка эмоций (гаммы переживаний, настроений).

Ребенок 5 года жизни владеет в общих чертах всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, хочет испытать сложные виды движений, возникает потребность в импровизации, интерес к результатам движения. Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате возрастают физические силы.

Наряду с игрой побудительным мотивом двигательной активности выступает мотив усвоения новых умений и навыков, их закрепления. В результате закладываются основы школы движений.

Минимальные результаты развитости основных движений к пяти годам

Бег 30м – 10.1с

Прыжки в длину с места – 65см

Бросание предмета – 5-7м

Бросание набивного мяча – (1 кг) – 90 см

Спрыгивание в глубину - 30 см

Что осваивает ребенок пятого года жизни

1. Порядковые упражнения (построения и перестроения, повороты в движении).
2. Общеразвивающие упражнения:
 - исходные положения;
 - одновременные и поочередные движения рук и ног, махи, вращения рук;
 - темп (медленный, средний, быстрый).
3. Основные движения:
 - в беге активный толчок и вынос маховой ноги;
 - в прыжках энергичный толчок и мах руками вперед - вверх;
 - в метании – исходное положение, замах;
 - в лазании чередующийся шаг при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом.
4. Подвижные игры:
 - правила игр;
 - функции водящего.
5. Спортивные упражнения:
 - на лыжах скользящий шаг, повороты на месте, подъем в гору.
6. Ритмические движения:
 - танцевальные позиции (исходные положения);

- элементы народных танцев;
- ритм и темп движений;
- элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу.

5-6 лет

Старший дошкольный возраст играет особую роль в развитии ребенка: в этот период жизни начинают формироваться новые психологические механизмы деятельности и поведения.

Возраст 5—7 лет характеризуется активизацией ростового процесса: за год ребенок может вырасти на 7—10 см, при этом показатели роста детей подготовительной группы несколько выше, чем у детей шестого года жизни. Изменяются пропорции тела. Совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности. Заметно улучшается координация и устойчивость равновесия, столь необходимые при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. Воспитатель, инструктор по физической культуре уделяет особое внимание развитию мелкой моторики. Старший дошкольник технически правильно выполняет большинство физических упражнений. Он способен критически оценить движения других детей, но самоконтроль и самооценка непостоянны и проявляются эпизодически. Углубляются представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и прочее), закаливания, занятий спортом, утренней гимнастики. Дети проявляют интерес к своему здоровью, приобретают сведения о своем организме (органы чувств, движения, пищеварения, дыхания) и практические умения по уходу за ним.

Происходят большие изменения высшей нервной деятельности. В течение шестого года жизни совершенствуются основные нервные процессы — возбуждение и особенно торможение. Это благотворно сказывается на возможностях саморегуляции. Эмоциональные реакции в этом возрасте становятся более стабильными, уравновешенными. Ребенок не так быстро утомляется, становится более вынослив психически, (что связано и с возрастающей физической выносливостью).

Двигательная деятельность ребенка шести лет становится все 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. Движения становятся более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу. У ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей.

Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, повышается уровень развития их физических сил, двигательных качеств, характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

Минимальные результаты развитости основных движений к шести годам

Выполняет ходьбу и бег легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп, выполнять бег 30 м минимум – 8.1 сек.

Может прыгать на мягкое покрытие (30 см – высота).

Прыгать в обозначенное место с высоты 30 см.

Прыгать с места на расстояние минимум 70 см.

Прыжок вверх с места – 25 см.

Метание набивного мяча – 2.5 м.

Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 4-7 м, сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю, ловить его, отбивать мяч на месте не менее 10 раз, в ходьбе.

Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие.

Умеет перестраиваться.

Что осваивает ребенок шестого года жизни

1. Порядковые упражнения: порядок построения в шеренгу, способы перестроения в 2 и 3 звена.

2. Общеразвивающие упражнения:

- способы выполнения упражнения с различными предметами;
- направления и последовательность действий отдельных частей тела.

3. Основные движения:

- вынос голени маховой ноги вперед в скоростном беге;
- равномерный бег в среднем и медленном темпе;
- способы выполнения прыжков в длину и высоту с разбега, прыжки со скакалкой;
- «школу мяча», способы метания в цель, и вдаль;
- лазание одноименным и разноименным способом.

4. Спортивные и подвижные игры:

- правила игры;
- способы выбора ведущего.

6-7 лет

Возраст 7 лет характеризуется активизацией ростового процесса: за год ребенок может вырасти на 7—10 см, при этом показатели роста детей подготовительной группы несколько выше, чем у детей шестого года жизни. Изменяются пропорции тела. Совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности. Заметно улучшается координация и устойчивость равновесия, столь необходимые при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. Воспитатель, инструктор по физической культуре уделяет особое внимание развитию мелкой моторики. Старший дошкольник технически правильно выполняет большинство физических упражнений. Он способен критически оценить движения других детей, но самоконтроль и самооценка непостоянны и проявляются эпизодически. Углубляются представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, о значении гигиенических процедур (для чего необходимо мыть руки, чистить зубы и прочее), закаливания, занятий спортом, утренней гимнастики. Дети проявляют интерес к своему здоровью, приобретают сведения о своем организме (органы чувств, движения, пищеварения, дыхания) и практические умения по уходу за ним.

Минимальные результаты развитости основных движений к семи годам

Бег 30м – 7.3 сек.

Прыжок в длину с места – 100 см

Прыжок вверх с места – 30 см

Метание предмета – 5-8 м

Метание набивного мяча – 3м

Что осваивает ребенок седьмого года жизни

1. Порядковые упражнения: способы перестроения.
2. Общеразвивающие упражнения:
 - разноименные и одноименные упражнения;
 - темп и ритм в соответствии с музыкальным сопровождением;
 - упражнения в парах и подгруппах.
3. Основные движения:
 - в беге: работу рук;
 - в прыжках: плотную группировку, устойчивое равновесие при приземлении;
 - в метании: энергичный толчок кистью, уверенные и разнообразные действия с мячом;
 - в лазании: ритмичный подъем и спуск.
4. Подвижные и спортивные игры:
 - правила игр;
 - способы контроля за своими действиями;
 - способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр.

1.1.4.2. Характеристика индивидуальных особенностей развития детей, воспитывающихся в дошкольном учреждении (Приложение № 1)

1.2. Планируемые результаты освоения РП

Планируемые результаты освоения РП представлены

- в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на этапе завершения уровня дошкольного образования;
- в виде промежуточных планируемых достижений детей в сфере физического развития.

1.2.1. Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования – представлены в Программе МАДОУ детский сад № 364.

1.2.2. Планируемые промежуточные достижения детей в сфере физического развития.

Достижения ребенка 4х лет

Ребенок с желанием двигается, его двигательный опыт достаточно многообразен.

При выполнении упражнений демонстрирует достаточную в соответствии с возрастными возможностями координацию движений, подвижность в суставах, быстро реагирует на сигналы, переключается с одного движения на другое.

Уверенно выполняет задания, действует в общем для всех темпе; легко находит свое место при совместных построениях и в играх.

Проявляет инициативность, с большим удовольствием участвует в подвижных играх, строго соблюдает правила, стремится к выполнению ведущих ролей в игре.

Достижения ребенка 5ти лет

Ребенок гармонично физически развивается, в двигательной деятельности проявляет хорошую координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Уверенно и активно выполняет основные элементы техники основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений, свободно ориентируется в пространстве.

Проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с различными физкультурными пособиями, настойчивость для достижения хорошего результата, потребность в двигательной активности.

Осуществляет элементарный контроль за действиями сверстников: оценивает их движения, замечает их ошибки, нарушения правил.

Переносит освоенные упражнения в самостоятельную деятельность. Способен внимательно воспринять показ педагога и далее самостоятельно успешно выполнить физическое упражнение.

Самостоятельная двигательная деятельность разнообразна. Ребенок самостоятельно играет в подвижные игры, активно общаясь со сверстниками

и воспитателем, проявляет инициативность, контролирует и соблюдает правила.

Проявляет элементарное творчество в двигательной деятельности: видоизменяет физические упражнения, создает комбинации из знакомых упражнений, передает образы персонажей в подвижных играх.

Достижения ребенка 6ти лет

Двигательный опыт ребенка богат (объем освоенных основных движений, общеразвивающих, спортивных упражнений).

В двигательной деятельности ребенок проявляет хорошую выносливость, быстроту, силу, координацию, гибкость.

В поведении четко выражена потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

Ребенок проявляет стойкий интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, избирательность и инициативу при выполнении упражнений.

Имеет представления о некоторых видах спорта.

Уверенно, точно, в заданном темпе и ритме, выразительно выполняет упражнения, способен творчески составить несложные комбинации (варианты) из знакомых упражнений.

Проявляет необходимый самоконтроль и самооценку, способен самостоятельно привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру.

Мотивирован на сбережение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих его людей.

Достижения ребенка 7ми лет

Двигательный опыт ребенка богат: результативно, уверенно, мягко, выразительно с достаточной амплитудой и точно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные).

В двигательной деятельности ребенок успешно проявляет быстроту, ловкость, выносливость, силу, и гибкость.

Осознает зависимость между качеством выполнения упражнения и его результатом.

Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности; самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передает своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях.

Проявляет постоянно самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату, к самостоятельному удовлетворению потребности в двигательной активности за счет имеющегося двигательного опыта. Имеет начальные представления о некоторых видах спорта. Имеет представление о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его.

II. Содержательный раздел РП

2.1. Описание образовательной деятельности по физическому развитию детей

2.1.1. Содержание двигательной образовательной деятельности в соответствии с возрастом детей

3 - 4 года

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать у детей потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

2. Целенаправленно развивать у детей физические качества: скоростно-силовые, быстроту реакции на сигналы и действие в соответствии с ними; содействовать развитию координации, общей выносливости, силы, гибкости.

3. Развивать у детей умение согласовывать свои действия с движениями других: начинать и заканчивать упражнения одновременно, соблюдать предложенный темп; самостоятельно выполнять простейшие построения и перестроения, уверенно, в соответствии с указаниями воспитателя.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Содержание деятельности с детьми четвертого года жизни

Виды двигательной деятельности	Содержание
Порядковые упражнения.	<i>Построения и перестроения:</i> свободное, врассыпную, в полукруг, в колонну по одному, по два (парами), в круг в колонну, парами, находя свое место в пространстве. Повороты на месте переступанием
Общеразвивающие упражнения.	Традиционные двухчастные общеразвивающие упражнения с одновременными и однонаправленными движениями рук, ног, с сохранением правильного положения тела, с предметами и без предметов в различных положениях (стоя, сидя, лежа). Начало и завершение выполнения упражнений по сигналу.

Основные движения: <i>Ходьба</i> <i>Бег.</i> <i>Прыжки.</i> <i>Катание, бросание, метание.</i> <i>Лазание</i> Спортивные упражнения Подвижные игры:. <i>с бегом</i> <i>с прыжками</i> <i>с подлезанием и лазанием</i> <i>с бросанием и ловлей</i> <i>на ориентировку в пространстве</i>	Разные способы ходьбы (обычная, на носках, на месте с высоким подниманием бедра, с заданиями). Ходьба, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног. Ходьба «стайкой», в колонне по одному, парами, в разных направлениях, за ведущим по ориентирам; с заданиями: ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, с приседанием, с изменением темпа; ходьба между линиями, шнурами, по доске, ходьба и бег со сменой темпа и направления. Бег не опуская головы. Прыжки в длину с места, в глубину (спрыгивание), одновременно отталкиваясь двумя ногами и мягко приземляясь на две ноги; подскоки на месте с продвижением вперед, из круга в круг, вокруг предметов и между ними. Прокатывание мячей, отбивание и ловля мяча кистями рук, не прижимая его к груди; бросание предметов одной и двумя руками вдаль, в горизонтальную и вертикальную цели. По лестнице-стремянке и вертикальной лестнице приставным шагом, перелезание и пролезание через и под предметами, не касаясь руками пола. Катание <i>на трехколесном велосипеде</i>; ступающий шаг и повороты на месте <i>на лыжах</i>; скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых. Основные правила в подвижных играх. «Бегите все ко мне!» «Птички и птенчики», «Мыши и кот», «Бегите к флажку!», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках». «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «С кочки на кочку». «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики». «Кто бросит дальше мешочек», «Попади в круг», «Сбей кеглю», «Береги предмет». «Найди свое место», «Угадай, кто и где кричит», «Найди, что спрятано».
--	--

4 - 5 лет

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умения уверенно и активно выполнять основные элементы техники общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений, соблюдать правила в подвижных играх и контролировать их выполнение, самостоятельно проводить подвижные игры и упражнения, ориентироваться в пространстве, воспринимать показ как образец для самостоятельного выполнения упражнений, оценивать движения сверстников и замечать их ошибки.

2. Целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, координацию, общую выносливость, силу, гибкость.

3. Формировать у детей потребность в двигательной активности, интерес к выполнению элементарных правил здорового образа жизни.

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.

Содержание деятельности с детьми пятого года жизни

Виды двигательной деятельности	Содержание
Порядковые упражнения.	Построение в колонну по одному по росту. Перестроения из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего, самостоятельное перестроение в звенья на ходу по зрительным ориентирам. Повороты переступанием в движении и на месте направо, налево и кругом на месте.
Общеразвивающие упражнения.	Традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево), повороты.
Основные движения:	Представления о зависимости хорошего результата в упражнении от правильного выполнения главных элементов техники: в беге — активного толчка

	и выноса маховой ноги; в прыжках — энергичного толчка и маха руками вперед — вверх; в метании — исходного положения, замаха; в лазании — чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Подводящие упражнения.
<i>Ходьба</i>	<i>Ходьба</i> с сохранением правильной осанки, заданного темпа (быстрого, умеренного, медленного).
<i>Бег.</i>	Бег с энергичным отталкиванием мягким приземлением и сохранением равновесия. Виды бега: в колонне по одному и парами, соразмеряя свои движения с движениями партнера, «змейкой» между предметами, со сменой ведущего и темпа, между линиями, с высоким подниманием колен; со старта из разных исходных позиций (стоя, стоя на коленях и др.); на скорость (15—20 м, 2—3 раза), в медленном темпе (до 2 мин), со средней скоростью 40—60 м (3—4 раза); челночный бег (5×3=15), ведение колонны.
<i>Бросание, ловля, метание.</i>	Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании.
<i>Ползание, лазание.</i>	Ползание разными способами; пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек.
<i>Прыжки</i>	Прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе — ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5—10 см; прыжки в длину с места; вверх с места (вспрыгивание на высоту 15—20 см).
Статические упражнения	Сохранение равновесия после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности.
Спортивные упражнения	<i>Ходьба на лыжах</i> — скользящий шаг, повороты на месте, подъемы на гору ступающим шагом и полуюлочкой, правила надевания и переноса лыж под рукой. Скольжение по ледяным дорожкам на двух ногах самостоятельное. Катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при

Ритмические движения.	спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами. Танцевальные позиции (исходные положения); элементы народных танцев; разный ритм и темп движений; элементы простейшего перестроения по музыкальному сигналу, ритмичные движения в соответствии с характером и темпом музыки.
Подвижные игры:	Правила, функции водящего. Игры с элементами соревнования. Подвижные игры и игровые упражнения на развитие крупной и мелкой моторики рук, быстроты реакции, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, равновесия.
<i>с бегом</i>	Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птичка и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Бездомный заяц», «Ловишки».
<i>с прыжками</i>	«Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается».
<i>с ползанием и лазанием</i>	«Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята».
<i>с бросанием и ловлей</i>	«Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».
<i>на ориентировку в пространстве</i>	«Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?», «Прятки».

5 - 6 лет

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умения осознанного, активного, с должным мышечным напряжением выполнения всех видов упражнений (основных движений, общеразвивающих упражнений, спортивных упражнений).

и Развивать умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения товарищей.

2. Формировать первоначальные представления и умения в спортивных играх и упражнениях.

3. Развивать творчество в двигательной деятельности.

4. Воспитывать у детей стремление самостоятельно организовывать и проводить подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.

5. Развивать у детей физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.

6. Развивать интерес к народным, традиционным для Урала спортивным играм, видам спорта, достижениям в области спорта спортсменов своей местности, Уральского региона.

7. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

8. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании, развивать устойчивый интерес к правилам и нормам здорового образа жизни, здоровьесберегающего и здоровьесформирующего поведения.

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.

Содержание деятельности с детьми шестого года жизни

Виды двигательной деятельности	Содержание
Порядковые упражнения.	Порядок построения в шеренгу, из шеренги в колонну, в две колонны, в два круга, по диагонали, «змейкой» без ориентиров, способы перестроения в 2 и 3 звена. Сохранение дистанции во время ходьбы и бега. Повороты направо, налево, на месте и в движении на углах.
Общеразвивающие упражнения.	Четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Освоение возможных направлений и разной последовательности действий отдельных частей тела. Способы выполнения общеразвивающих упражнений с различными предметами, тренажерами. Подводящие и подготовительные упражнения. Представление о зависимости хорошего результата в основных движениях от правильной техники выполнения главных элементов: в скоростном беге — выноса голени маховой ноги вперед и энергичного отталкивания, в прыжках с разбега — отталкивания, группировки и приземления, в метании — замаха и броска.
<i>Основные движения:</i>	

<i>Ходьба</i>	Энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. На носках, с высоким подниманием колен, через и между предметами, со сменой темпа.
<i>Бег.</i>	Бег в медленном темпе 350 м по пересеченной местности. Бег в быстром темпе 10 м (3—4 раза), 20—30 м (2—3 раза), челночный бег 3×10 м в медленном темпе (1,5—2 мин).
<i>Бросание, ловля, метание.</i>	«Школа мяча» (разнообразные движения с мячами). Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами. Бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками не менее 10 раз подряд, одной рукой 4—6 раз подряд. Отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5—6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5—9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5—4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо.
<i>Ползание, лазание.</i>	Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40—50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Лазание по веревочной лестнице, канату, шесту свободным способом.
<i>Прыжки</i>	На месте: ноги скрестно — ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге 4—5 м. Прыжки через 5—6 предметов на двух ногах (высота 15—20 см), вспрыгивание на предметы: пеньки, кубики, бревно (высотой до 20 см). Подпрыгивание до предметов, подвешенных на 15—20 см выше поднятой руки. Прыжки в длину с места (80—90 см), в высоту (30—40 см) с разбега 6—8 м; в длину (на 130—150 см) с разбега 8 м. Прыжки в глубину (30—40 см) в указанное место. Прыжки через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад.
Спортивные игры	<i>Городки:</i> бросание биты сбоку, выбивание

и упражнения	городка с кона (5—6 м) и полукона (2—3 м). <i>Баскетбол:</i> перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам. <i>Бадминтон:</i> отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с воспитателем. <i>Футбол:</i> отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3—5 м); игра по упрощенным правилам. <i>Спортивные упражнения:</i> скользящий переменный лыжный ход, скольжение по прямой на коньках, катание на двухколесном велосипеде и самокате, роликовых коньках.
<i>Ритмические движения:</i>	Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.
Подвижные игры:	Правила в играх, варианты их изменения, выбора ведущих. Самостоятельное проведение подвижных игр. Подвижные игры с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием на развитие физических качеств и закрепление двигательных навыков.
<i>с бегом</i>	«Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».
<i>с прыжками</i>	«Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».
<i>с ползанием и лазанием</i>	«Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».
<i>с бросанием, ловлей, метанием</i>	«Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».
<i>эстафеты</i>	«Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий».
<i>с элементами</i>	«Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?». «Гори, гори ясно!» и др.

<i>соревнования народные игры игры народов Среднего Урала:</i>	<i>Русские</i> – «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки», «У медведя во бору», «Фанты». <i>Башкирские</i> – «Липкие пеньки», «Медный пень», «Палка-кидалка», «Стрелок», «Юрта». <i>Татарские</i> – «Жмурки», «Займи место», «Кто первый», «Кто дальше бросит?», «Лисичка и курочки», «Мяч по кругу», «Перехватчики», «Продам горшки», «Серый волк», «Скок-перескок», «Спутанные кони», «Тимербай», «Хлопушки».
---	---

6 - 7 лет

Задачи образовательной деятельности

1. Развивать умение точно, энергично и выразительно выполнять физические упражнения, осуществлять самоконтроль, самооценку, контроль и оценку движений других детей, выполнять элементарное планирование двигательной деятельности.
2. Развивать и закреплять двигательные умения и знания правил в спортивных играх и спортивных упражнениях.
3. Закреплять умение самостоятельно организовывать подвижные игры и упражнения со сверстниками и малышами.
4. Развивать творчество и инициативу, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений.
5. Развивать физические качества (силу, гибкость, выносливость), особенно ведущие в этом возрасте быстроту и ловкость, координацию движений.
6. Формировать осознанную потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
7. Формировать представления о некоторых видах спорта, развивать интерес к физической культуре и спорту.
8. Развивать интерес к народным, традиционным для Урала спортивным играм, видам спорта, достижениям в области спорта спортсменов своей местности, Уральского региона.

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.

Содержание деятельности с детьми седьмого года жизни

Виды двигательной деятельности	Содержание
Порядковые упражнения.	Способы перестроения. Самостоятельное, быстрое и организованное построение и перестроение во время движения. Перестроение четверками.
Общеразвивающие упражнения.	Четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными, разноименные, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног, парные упражнения. Упражнения в парах и подгруппах. Выполнение упражнений активное, точное, выразительное, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями с различными предметами. Упражнения с разными предметами, тренажерами.
Упражнения в равновесии.	Сохранение динамического и статического равновесия в сложных условиях. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок. Ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием предметов, приседанием, поворотами кругом, перепрыгиванием ленты. Ходьба по узкой стороне гимнастической скамейки прямо и боком. Стоя на скамейке, подпрыгивать и мягко приземляться на нее; прыгать, продвигаясь вперед на двух ногах по наклонной поверхности. Стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх. Балансировать на большом набивном мяче (вес 3 кг). Кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру.
Основные движения: <i>Ходьба</i>	Соблюдение требований к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату: в беге — энергичная работа рук; в прыжках — группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании — энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании — ритмичность при подъеме и спуске. Подводящие и подготовительные упражнения. Разные виды и способы: обычная,

	гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами.
<i>Бег</i>	Сохранение скорости и заданного темпа, направления, равновесия. Через препятствия — высотой 10—15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения и т. п.). Сочетать бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Пробегать 10 м с наименьшим числом шагов. Бегать в спокойном темпе до 2—3-х минут. Пробегать 2—4 отрезка по 100—150 м в чередовании с ходьбой. Пробегать в среднем темпе по пересеченной местности до 300 м. Выполнять челночный бег (5×10 м). Пробегать в быстром темпе 10 м 3—4 раза с перерывами. Бегать наперегонки; на скорость — 30 м.
<i>Прыжки</i>	Ритмично выполнять прыжки, мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом; смещая ноги вправо — влево; сериями по 30—40 прыжков 3—4 раза. Прыжки, продвигаясь вперед на 5—6 м; перепрыгивание линии, веревки боком, с зажатым между ног мешочком с песком, с набитым мячом; через 6—8 набивных мячей (вес 1 кг) на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх из глубокого приседа. Подпрыгивание на месте и с разбега с целью достать предмет. Впрыгивать с разбега в три шага на предметы высотой до 40 см, спрыгивать с них. Прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170—180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см). Прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой. Прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами. Прыжки через большой обруч, как через скакалку.
<i>Лазание</i>	Энергичное подтягивание на скамейке

	различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд. Быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестнице; по канату (шесту) способом «в три приема».
<i>Метание</i>	Отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами. Метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцоброс и др.) разными способами. Точное поражение цели.
Спортивные игры:	Правила спортивных игр.
<i>городки</i>	Выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит.
<i>баскетбол</i>	Забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении. Контролировать свои действия в соответствии с правилами. Вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы.
<i>футбол</i>	Способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр.
<i>настольный теннис, бадминтон</i>	Правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола.
<i>хоккей</i>	Ведение шайбы клюшкой, умение забивать в ворота.
Спортивные упражнения:	
<i>ходьба на лыжах</i>	Скользкий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойке.
<i>катание на коньках</i>	Сохранять равновесие, «стойку конькобежца» во время движения, скольжение и повороты.
<i>катание на самокате:</i>	Отталкивание одной ногой.
<i>катание на велосипеде</i>	Езда по прямой, по кругу, «змейкой», уметь тормозить.
<i>катание на санках</i>	Скольжение по ледяным дорожкам: после разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Скольжение с невысокой горки.
Подвижные игры:	В подготовительной к школе группе особое значение приобретают подвижные игры и упражнения, позволяющие преодолеть излишнюю медлительность

	некоторых детей: игры со сменой темпа движений, максимально быстрыми движениями, на развитие внутреннего торможения, запаздывательного торможения. «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц». «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочку», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы». «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье». «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо». «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий». «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?». «Гори, гори ясно!» и др. <i>Русские</i> – «Городки», «Гуси лебеди», «Жмурки», «Классы», «Краски», «Лапта», «Ляпки», «Молчанка», «Палочка-выручалочка», «Пятнашки», «У медведя во бору», «Фанты». <i>Башкирские</i> – «Липкие пеньки», «Медный пень», «Палка-кидалка», «Стрелок», «Юрта». <i>Татарские</i> – «Жмурки», «Займи место», «Кто первый», «Кто дальше бросит?», «Лисичка и курочки», «Мяч по кругу», «Перехватчики», «Продам горшки», «Серый волк», «Скок-перескок», «Спутанные кони», «Тимербай», «Хлопушки». <i>Удмуртские</i> – «Водяной», «Догонялки», «Игра с платочком», «Охота на лося», «Серый заяц». <i>Марийские</i> – «Биляша», «Катание мяча». <i>Коми</i> – «Ловля оленей», «Невод», «Охота на оленей», «Стой, олень!». <i>Чувашские</i> – «Штаидерт», «Кто вперед возьмет флажок», «Тума-дуй».
<i>с бегом</i>	
<i>с прыжками</i>	
<i>с подлезанием и лазанием</i>	
<i>с бросанием, ловлей, метанием</i>	
<i>эстафеты</i>	
<i>с элементами соревнования</i>	
<i>народные игры</i>	
<i>игры народов Среднего Урала:</i>	

2.1.2. Формы и методы образовательной деятельности по физическому развитию детей дошкольного возраста

Формы двигательной деятельности

№ п/п	Формы двигательной деятельности	Особенности организации
1	<i>Физкультурно-оздоровительные занятия</i>	
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно в зале или на открытом воздухе
1.2	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями (с преобладанием статических поз)	Ежедневно во время перерыва между периодами НОД 10 минут
1.3	Физкультминутка	Ежедневно в середине времени, отведенного на НОД
1.4	Подвижные игры и физические упражнения на свежем воздухе	Ежедневно во время прогулки в первой и второй половине дня
1.5	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время прогулки
1.6	Дифференцированные игры и упражнения с учетом уровня двигательной активности.	1 раз в неделю с подгруппой детей (включены в содержание прогулки, интегрированной образовательной деятельности) 5 минут
1.7	Гимнастика после дневного сна (комплекс упражнений) в сочетании с воздушными ваннами, умыванием прохладной водой	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей
1.8	Ходьба по массажным дорожкам в сочетании с воздушными ваннами, корригирующая гимнастика, ЛФК	Ежедневно после дневного сна
2	<i>Непрерывная образовательная деятельность по физическому развитию детей</i>	
2.1	НОД по физическому развитию	3 раза в неделю
3	<i>Самостоятельная двигательная деятельность детей</i>	
	Ежедневно в помещении и на открытом воздухе	
4	<i>Физкультурно-массовые мероприятия</i>	
4.1	Неделя здоровья (каникулы)	2 раза в год январь, июнь

4.2	Физкультурный досуг	1 раз в месяц
4.3	Физкультурно-спортивный праздник	2 раза в год
5	<i>Совместная физкультурно-оздоровительная работа ДООУ и семьи</i>	
5.1	Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях	В течение периода
6	<i>Дополнительное образование детей</i>	
6.1	Спортивные секции, кружки.	По желанию родителей и детей не более двух раз в неделю

Методы физического развития дошкольников

В практике физического воспитания дошкольников МАДОУ детский сад № 364 наряду с общедидактическими методами используются специфические методы: метод строго регламентированного упражнения, метод круговой тренировки, игровой метод, соревновательный метод и другие.

Метод строго регламентированного упражнения.
Условия: наличие четкой программы движений; точное нормирование нагрузки по ходу выполнения упражнения, нормирование интервалов отдыха и чередование их с нагрузками; создание внешних условий, облегчающих управление движениями, освоение двигательных умений и навыков, успешное развитие физических качеств (использование специальных способов организации детей, физкультурных пособий, снарядов, тренажеров).
Метод круговой тренировки.
Ребенок передвигается по кругу, выполняя 6-8 упражнений, позволяющих всесторонне воздействовать на мышцы, различные органы и системы организма с целью достижения оздоровительного эффекта, повышения работоспособности. Дети начинают с нагрузки не более 50 % от максимально возможной для каждого ребенка (повышение нагрузки происходит за счет увеличения количества упражнений, времени их выполнения, скорости, укорочения отдыха между кругами).
Игровой метод.
Возможность обучения дошкольников движениям, а также закрепления и совершенствования двигательных навыков, приобретенных в разные годы дошкольного детства, развития инициативности, самостоятельности, творчества, познавательной активности, морально-волевых и физических качеств. Основа: двигательная активность, обусловленная игровым замыслом или сюжетом игры в условиях постоянно изменяющейся ситуации.
Соревновательный метод.

Применяется в работе с дошкольниками во всех возрастных группах для развития всех двигательных качеств и навыков. В старшем дошкольном возрасте этот метод стимулирует мобилизацию проявления физических, интеллектуальных, эмоциональных и волевых усилий.
Наглядный метод.
Формирует представления о движении, развивает сенсорные способности. К приемам относится правильный, четкий показ упражнения. Наличие зрительных ориентиров, рисунков, моделей, схематических изображений, плоскостных игрушек. Тактильно-мышечная наглядность предполагает прикосновение к ребенку педагогом уточняется положение, отдельных частей тела. Предметная наглядность включает использование предметов, пособий для формирования представлений о параметрах движения, контроля и коррекции положения тела при выполнении упражнений. Слуховая наглядность обеспечивается звуковой регуляцией движений (музыкой, песней, ритмом, сопровождением ритмичными стихами).
Словесный метод
Активизирует мышление детей, способствует осознанному выполнению физических упражнений, активизации идеомоторных актов (перехода представлений о движении мышц в реальное выполнение этого движения), самостоятельному, творческому применению движений в различных ситуациях. К словесному методу относятся описание, объяснение, пояснения, указания, команды, распоряжения, словесные сигналы, речевки, считалки.
Практические методы
Обеспечивают проверку двигательных действий ребенка, правильность их восприятия, моторные ощущения. Со средней группы для успешного обучения детей технике физических упражнений в работу внедряются специальные «подводящие» упражнения - упражнения, создающие «мышечное» ощущение правильного выполнения отдельных элементов техники. Обогащение двигательного опыта детей осуществляется с учетом закономерностей формирования двигательных навыков (положительного и отрицательного переноса, взаимосвязи с развитием физических качеств, индивидуальных типологических особенностей нервной системы, психологической установки).

Подвижная игра как средство и условие физического развития ребенка

Характерной чертой подвижных игр является не только богатство движений, но и свобода использования в разнообразных игровых ситуациях, что создает большие возможности для проведения инициативы, творчества.

Детям разного возраста выполнение игровых заданий доставляет огромное удовольствие. Играя, ребенок упражняется в различных движениях с помощью взрослых овладевает новыми, более сложными движениями. Многократное повторение требует от детей внимания, волевых усилий, координации движений. Так как подвижные игры коллективные, то это вырабатывает элементарное умение ориентироваться в пространстве, согласовывать свои движения с движениями других играющих. Совместные действия создают условия для общих радостных переживаний, учат уступать друг другу, помогать.

Игра помогает преодолевать детям робость, застенчивость, подчиняясь правилам игры воспитывается организованность, внимание, умение у детей управлять своими движениями. Активные двигательные действия при эмоциональном подъеме способствуют значительному усилению деятельности костно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Благодаря чему улучшается обмен веществ в организме.

Влияние подвижных игр на развитие движений детей, а также волевых проявлений зависит от длительности игры. Чем активнее действует ребенок, тем больше он упражняется в том или ином движении, чаще вступает в разные взаимоотношения с другими играющими, проявляет ловкость, выдержку, умение подчиняться правилам. Активность детей в играх зависит от содержания подвижных игр, характера интенсивности движений в них, подготовленности детей, организации и методики проведения.

Направленность подвижных игр

<i>Развитие физических возможностей</i>	<i>Развитие умственных способностей</i>	<i>Освоение нравственных норм, правил поведения, этических ценностей</i>	<i>Оздоровительный эффект подвижных игр</i>
Упражнение ребенка в различных движениях (беге, прыжках, перелезании, лазании, бросании, ловле, увертывании и др.	Приобретение навыков действий в соответствии с правилами Умение осознанно действовать в соответствии с меняющейся ситуацией Активизация памяти, внимания, мышления, воображения	Приобретение навыков действия в коллективе (команде), подчинение общим требованиям Сознательное выполнение правил формирует волю, самообладание, выдержку, умение контролировать свои поступки	Большое количество движений Активизация дыхания, кровообращения, обменных процессов Благотворное влияние на психическую деятельность

Классификация подвижных игр

По степени подвижности	По видам движений	По содержанию
-------------------------------	--------------------------	----------------------

ребенка		
Игры с малой подвижностью Игры со средней подвижностью Игры с большой подвижностью	Игры с бегом Игры с мячом (в том числе с метанием) Игры с прыжками Игры с упражнениями на равновесие Игры с лазаньем и ползанием	Игры с правилами (сюжетные, не сюжетные, в т.ч. народные) Спортивные игры (баскетбол, городки, бадминтон, настольный теннис, хоккей, футбол)

**Дифференцированные игры для детей
с учетом уровня их двигательной активности**

Возраст детей	Игры для детей с высоким уровнем двигательной активности	Игры для детей с низким уровнем двигательной активности
3-4 года	<i>Игры и упражнения на координацию:</i> «Не замочи ножки», «Шагаем по дорожке», «Зайка», «Удержись!». <i>Игры и упражнения на ловкость:</i> «За мячом с горки», «Не потеряй мяч», «Пролезь в обруч», «Поймай мяч», «Доползи до погремушки», «Возьми кеглю», «Доползи до флажка», «Ручеёк», «Через болото», «Подбрось повыше». <i>Игры и упражнения на внимание:</i> «Стань первым», «Один – двое». <i>Игры и упражнения на внимание и координацию:</i> «Не потеряй свой кубик». <i>Игры и упражнения на внимание и на ловкость:</i> «Холодно – горячо». <i>Игры и упражнения на точность движений:</i> «Мяч в кругу», «Мяч по дорожке», «Не потеряй ежика».	<i>Игры и упражнения на быстроту реакции:</i> «Топ-топ и прыг!», «Не боюсь!». <i>Игры и упражнения на быстроту движений:</i> «Попрыгай как мячик», «Скорее на куб», «Догони обруч», «Топ-топ и прыг», «Не опоздай», «Прокати мяч по коридору», «Быстрее прыгай», «Зайка», «Догони мяч», «Птички», «Толкни и догони», «Машина», «Догони меня». <i>Игры упражнения на координацию:</i> «Не замочи ножки». <i>Игры и упражнения на ловкость:</i> «Доползи и возьми», «Прокати мяч», «Доползи до кубика», «Пройди воротики», «Стрекоза», «Собери предметы одного цвета», «Мяч с горки», «Поймай комара», «Догони шарик».
4-5 лет	<i>Игры и упражнения на координацию:</i> «Не упади», «Удержись», «Кружись, не упади», «Великаны и гномы», «Через	<i>Игры и упражнения на быстроту реакции:</i> «Не боюсь!», «Долгий путь по лабиринту», «Мяч с горки»,

	болото». <i>Игры и упражнения на ловкость:</i> «Пролезь в обруч», «Зайка», «Прокати мяч», «Не задень», «Попади в круг», «Ручеёк», «Кто дальше бросит мяч (снежок)», «Принеси игрушку», «На прогулку», «Перелезь через бревно». <i>Игры и упражнения на внимание и быстроту движений:</i> «Стань первым», «Найди себе пару». <i>Игры и упражнения на внимание и координацию:</i> «Один – двое». <i>Игры и упражнения на ориентировку в пространстве:</i> «Вернись на место». <i>Игры и упражнения на координацию и ловкость:</i> «Бабочки и лягушки», «Не звени, звоночек». <i>Игры и упражнения на развитие ловкости и точности движений:</i> «Лови – бросай», «Не замочи ножки», «Попади в воротаки». <i>Игры и упражнения на внимание и ловкость:</i> «Слушай сигнал».	«Прокати мяч», «Волчек», «Быстро возьми и быстро положи предмет». <i>Игры и упражнения на быстроту движения:</i> «Доползи и возьми предмет», «Не опоздай», «Прыжки из обруча в обруч», «Скорее в обруч», «Быстрее вверх!», «Бросай мяч», «Берегись-заморожу!», «Кто больше соберет предметов», «Юла», «Кто дальше», «Скорее в круг». <i>Игры и упражнения на ловкость:</i> «Кто дальше прыгнет», «Поймай комара», «Дрессированные дельфины». <i>Игры и упражнения на координацию:</i> «Прыгни – повернись».
5-6 лет	<i>Игры и упражнения на координацию:</i> «Змейка», «Выложи дорогу», «Через болото». <i>Игры и упражнения на внимание и координацию:</i> «Замороженный». <i>Игры и упражнения на внимание и ловкость:</i> «Не ошибись», «Круговорот», «Будь внимательным», «Найди свой кубик», «Перенеси предмет», «С мячом под дугой», «Не теряй мяч», «Проведи мяч», «Не задень веревку», «Пролезь в обруч», «Не	<i>Игры и упражнения на быстроту движений:</i> «Догнать соперника», «Пирамида», «Быстрее вверх», «Быстро переложи мяч», «Перебрось мяч», «Догони мяч», «Шмель», «Ударь мяч и догони его», «Поймай мяч», «Задержи мяч», «Волчок», «Бегом в обручи», «Успей взять предмет», «Догони обруч», «Скорее в обруч», «Юла», «Не потеряй», «Скорее до

	задень», «Липучки», «Маяк», «Не урони шарик», «Стоп-хлоп», «Путаница». <i>Игры и упражнения на точность выполнения действий:</i> «Попади в мяч». <i>Игры и упражнения на внимание и быстроту реакции:</i> «Меняемся местами», «У кого больше». <i>Игры и упражнения на внимание и быстроту движений:</i> «Быстро по местам». <i>Игры и упражнения на внимание и ориентировку в пространстве:</i> «Меняемся местами».	середины», «Удочка», «Успей первым», «Найди свой кубик», «Кто дальше?», «Достань птичку».
6-7 лет	<i>Игры и упражнения на координацию:</i> «Попади в мяч», «Дружные пары», «Петушины бои», «Гимнасты», «Спрыгни и развернись», «Не урони мешочек», «Донеси мешочек». <i>Игры и упражнения на ловкость:</i> «Не задень веревку». <i>Игры и упражнения на координацию и ловкость:</i> «Петрушка», «Положи-подними», «Не урони шарик». <i>Игры и упражнения на внимание и координацию:</i> «Бельбоке», «Найди предмет по назначению». <i>Игры и упражнения на координацию и ловкость:</i> «Перекажи назад». <i>Игры и упражнения на внимание и ловкость:</i> «Поверни», «Нитка с иголкой», «Воротники», «Мяч сквозь обруч», «Ловля бабочек», «Картинки». <i>Игры и упражнения на точность выполнения действий:</i> «Не теряй пару».	<i>Игры и упражнения на быстроту движений:</i> «Найди пару в кругу», «Кто быстрее», «Кто скорее с мячом», «Оттолкни и поймай мяч», «Не давай мяч», «Не теряй домик», «Схвати шнур», «Не урони кольцо», «Кольцо на встречу кольцу», «Поскорее пролезай», «Кто быстрее добежит до флажка?», «Собери предметы по цвету», «Эстафета парами», «Салют», «Пропеллер», «От пола на ракетку», «Догони пару». <i>Игры на быстроту движений и ловкость:</i> «Успей поймать», «Не урони мяч», «Играй, но обруч не теряй». <i>Игры и упражнения на ловкость:</i> «Дни недели», «Гребцы», «Поймай мяч в воздухе». <i>Игры и упражнения</i>

	<i>Игры и упражнения на внимание и быстроту реакции: «Меняемся местами», «Переправа через реку».</i> <i>Игры и упражнения на внимание и ориентировку в пространстве: «Не опоздай».</i>	<i>на быстроту движений: «Успей поймать».</i> <i>Игры и упражнения на координацию: «Кто быстрее соберет пирамиду?»</i>
--	--	--

2.2. Особенности образовательной деятельности по физическому развитию детей и культурных практик

Особенности организации непрерывной образовательной деятельности детей (НОД)

Непрерывная образовательная деятельности детей организуется в форме физкультурных занятий, проводимых в физкультурном (музыкальном) зале и на воздухе.

План НОД

разработан в соответствии с СанПиНом 2.4.1.3049-13

<i>№ п/п</i>	<i>Возрастная группа</i>	<i>Количество в неделю</i>	<i>Длительность</i>	<i>Примечание</i>
<i>1.</i>	<i>Младшая группа (3-4 года)</i>	<i>3 раза</i>	<i>15 мин</i>	<i>Занятия на открытом воздухе проводятся при отсутствии у детей медицинских противопоказаний</i>
<i>2</i>	<i>Средняя группа (4-5 лет)</i>	<i>3 раза (одно из них на воздухе)</i>	<i>20 мин</i>	
<i>3</i>	<i>Старшая группа (5-6 лет)</i>	<i>3 раза (одно из них на воздухе)</i>	<i>25 мин</i>	
<i>4.</i>	<i>Подготовительная к школе группа (6-7 лет)</i>	<i>3 раза (одно из них на воздухе)</i>	<i>30 мин</i>	

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию организуется на открытом воздухе.

Для занятий на воздухе, дети переодеваются в спортивную одежду, соответствующую погодным условиям.

Структура физкультурного занятия:

- подготовительная часть – общая разминка с включением упражнений на укрепление суставов ног, разогрева мышц, укрепления осанки; выполнение танцевальных шагов, прыжков, поворотов;

- основная часть - повторение пройденного и обучение новым упражнениям без предмета и с предметом, под музыку, без музыки;
- заключительная часть - игра, спортивная эстафета, подготовка к выступлению, рассказ, повествование, обсуждение, расслабление.

Способы проведения физкультурных занятий

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях, с мячом.

Поточный способ. Все дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие - 0 ходьба по шнуру, гимнастической скамейке, прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости.

Групповой способ. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Виды физкультурных занятий и других форм двигательной активности:

- игровые, сюжетные, тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развития речи, математики, конструирования), контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера, физкультминутки;
- игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок;
- сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек;
- ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений.

Особенности организации гимнастики

Утренняя гимнастика является одной из основных форм обеспечения двигательного режима дошкольников в детском саду. Традиционно она имеет трехчастную структуру. Вводная часть включает простые построения и перестроения, преимущественно ходьбу, бег, подскоки в сочетании с заданиями на внимание. Основная часть содержит комплекс

общеразвивающих упражнений для рук и плечевого пояса, мышц туловища и ног (повороты, наклоны, приседания, взмахи ногами, отведение ног в стороны, вперед и т. д.), выполняемых из разных положений.

В конце комплекса следует бег или подскоки на месте. Заключительная часть — ходьба (танцевальные движения, элементы хореографии или подвижная игра малой подвижности).

Утренняя гимнастика - это также особый режимный момент, в котором сосредоточен целый комплекс воздействий на разностороннее развитие детей (движение, музыка, ритмы, эстетика окружения, пособий, общение, игра).

Возможны инновационные формы ее проведения: сюжетная; игрового характера; с использованием элементов ритмической гимнастики, танцевальных движений, хороводов; в виде оздоровительного бега, преодоления полосы препятствий; гимнастики-экспромта. Комплекс общеразвивающих упражнений для утренней гимнастики берется из физкультурных занятий и повторяется 1-2 недели.

Гимнастика пробуждения после дневного сна

Гимнастика пробуждения после дневного сна помогает улучшить настроение детей, поднять мышечный тонус.

Виды гимнастики

Разминка в постели и самомассаж	Гимнастика игрового характера	Пробежка по массажным дорожкам
Дети постепенно просыпаются под звуки мелодичной музыки, вызывающей приятные положительные эмоции. Затем, лежа на спине поверх одеяла, выполняют 5-6 упражнений общеразвивающего характера. После выполнения упражнений встают и в разном темпе выполняют несколько движений (ходьба на месте, обычным, гимнастическим шагом, бег на месте и др.). заканчивается гимнастика комплексом дыхательных упражнений.	Состоит из 3-6 имитационных упражнений. Дети подражают движения птиц, животных, растений, создают разные образы.	Эти упражнения сочетаются с контрастными воздушными ваннами.

Физкультминутки

Физкультминутки организуются с целью предупреждения переутомления, восстановления умственной работоспособности (возбуждают участки головного мозга, не участвующие в предшествующей деятельности, и дают отдых тем, которые работали). Они улучшают кровообращение, снимают утомление мышц, нервной системы, активизируют мышление, создают положительные эмоции.

Физкультминутки проводят в начале переутомления в начале переутомления (8-я, 13-я, 15 минута непрерывной образовательной деятельности (НОД) – в зависимости от возраста детей, вида и сложности деятельности).

Упражнения должны быть просты по структуре, интересны и хорошо знакомы детям, удобны для выполнения на ограниченной площади, включать движения, воздействующие на крупные группы мышц, улучшающие деятельность всех органов и систем.

Основные формы проведения физкультминуток

Физкультминутка	Содержание
В форме общеразвивающих упражнений	Используются 3-4 упражнения для разных групп мышц. Закончить физкультминутку можно прыжками, бегом на месте или ходьбой.
В форме подвижной игры	Подбираются игры средней подвижности, не требующие большого пространства, с несложными, хорошо знакомыми детям правилами.
В форме дидактической игры с движениями	Такие физкультминутки хорошо вписываются в содержание непрерывной познавательной-исследовательской и коммуникативной деятельности.
В форме танцевальных движений	Используются между структурными частями НОД под аудиозапись, пение воспитателя или детей.
В форме выполнения движений под текст стихотворения	Преимущество отдается стихам с четким ритмом.
В форме любого двигательного действия и задания	Возможно отгадывание загадок не словами, использование имитационных движений спортсменов, трудовых действий (рубим дрова, заводит мотор, едем на машине).

Особенности индивидуальной коррекции нарушений физического развития детей

Индивидуальная коррекция нарушений осанки и плоскостопия осуществляется в процессе организации двигательной деятельности и проведения корригирующих упражнений по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата.

Особенности организации культурных практик

Активный отдых

- *Физкультурный досуг «Здоровья и подвижных игр»,* — вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха: 1-2 раза в месяц.

- *Физкультурные праздники* – 2-4 раза в год.

- *День здоровья* - не реже 1 раза в квартал.

- *Неделя здоровья* (физкультурные праздники, досуги, подвижные игры на воздухе и др.) – 2 раза в год.

2.3. Способы и направления поддержки детской инициативы в двигательной деятельности

В развитии детской инициативы и самостоятельности важно соблюдать ряд *общих требований*:

- развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений;

- создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;

- постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно;

- постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу;

- тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;

- ориентировать дошкольников на получение хорошего результата;

- дозировать помощь детям. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;

- поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

Для поддержки детской инициативы необходимо:

- поддерживать и развивать уверенность в себе и своих возможностях, активность в области самостоятельного движения;
- предоставлять детям самостоятельность во всём, что не представляет опасности для их жизни и здоровья, помогая им реализовывать собственные замыслы;
- рассказывать детям об их реальных, а также возможных в будущем достижениях;
- отмечать и публично поддерживать любые успехи детей;
- не критиковать результаты деятельности ребёнка и его самого как личность;
- уважать и ценить каждого ребёнка независимо от его достижений, достоинств и недостатков;
- учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;
- создавать условия для разнообразной самостоятельной творческой двигательной деятельности детей.

2.4. Особенности взаимодействия с родителями воспитанников

Совместная работа руководителя физического воспитания с семьей строиться на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

1. Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка хорошо понятны не только педагогу, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами физкультурно-оздоровительной работой в детском саду, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
2. Систематичность и последовательность работы (в соответствии с планом) в течение всего года и всего периода пребывания ребенка в детском саду.
3. Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
4. Взаимное доверие и взаимопонимание педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей в детском саду.

Основная задача — помочь родителям в приобретении необходимых теоретических и практических знаний (познакомить с упражнениями и подвижными играми, способствующими развитию у детей двигательных навыков, а также освоить приемы обучения этим упражнениям).

Направления деятельности с родителями включают:

- разработку комплексов упражнений для занятий родителей и детей самостоятельно как в домашних условиях, так и на свежем воздухе;

- планирование графика тур-походов детей совместно с родителями, для приобретения туристическо-краеведческих знаний и навыков, что непосредственно связано с внедрением Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)».

Формы взаимодействия с семьями воспитанников

1. Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п.

2. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.

3. Организация «круглых столов» по проблемам оздоровления и физического развития детей

4. Организации дискуссий с элементами практикума по вопросам физического развития и воспитания детей.

5. Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в Учреждении:

- ознакомление родителей с подвижными играми, в этих целях используются информация в родительских уголках, в папках передвигаках, в библиотеке детского сада;

- помощь в составлении индивидуальных занятий с подвижными играми в условиях семьи, с учетом физического развития детей;

- обучение конкретным подвижным играм, приемам и методам игровых упражнений.

6. Педагогическая диагностическая работа с детьми, направленная на определение уровня физического развития детей. Ознакомление родителей с результатами диагностических исследований. Отслеживание динамики развития детей.

III. Организационный раздел РП

3.1. Особенности организации предметно-пространственной среды для физического развития.

Среда стимулирует физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети имеют возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка предоставляет условия для развития крупной моторики.

Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) трансформируемо (меняется в зависимости от игры и предоставляет достаточно места для двигательной активности).

Материально - техническое обеспечение РП

Перечень оборудования спортивного зала

№	Наименование	Кол-во	Ед. изм.
1.	Балансир детский	1	шт.
2.	Балансировочная дорожка	12	шт.
3.	Блок – кирпич для спортивных игр	10	шт.
4.	Бубен пластмассовый	1	шт.
5.	Бубен деревянный	1	шт.
6.	Гимнастическая палка 71 см.	15	шт.
7.	Гимнастическая палка 106 см.	2	шт.
8.	Гимнастическая скамейка маленькая	2	шт.
9.	Гимнастическая скамейка большая	1	шт.
10.	Дорожка «Следочки»	2	шт.
11.	«Змейка – шагайка» 5 элементов	1	шт.
12.	Игровой лабиринт Тоннель полукруглый	1	секция
13.	Канат	1	шт.
14.	Конус сигнальный	10	шт.
15.	Корзина для инвентаря на колесах	8	шт.
16.	Корзина для инвентаря малая	1	шт.
17.	Кегли (набор: кегли 6 шт, 1 мяча)	5	набор
18.	Мат без аппликации складной 4-х секционный 200х100х10 см. и обычный	2	шт.
19.	Массажная дорожка L 150 см	1	шт.
20.	Массажная дорожка	1	шт.
21.	Массажный коврик «Квадратный малый»	2	шт.
22.	Массажные кочки	6	шт.

23.	Мешочки для метания	50	шт.
24.	Мяч резиновый 7,5 см	7	шт.
25.	Мяч прыгун с рожками средний	2	шт.
26.	Мяч прыгун с рожками большой	1	шт.
27.	Обруч (d 80 см)	5	шт.
28.	Обруч (d 70 см) облегченный	1	шт.
28.	Обруч (d 60 см) облегченный	9	шт.
30.	Погремушка	29	шт.
31	Платочки	30	шт.
32.	Скакалка веревочная L2, 4м, d 4 мм	4	шт.
33.	Скакалка L2, 4м, d 4 мм	5	шт.
34.	Спортивно игровой набор, универсальный WEPLAY:		
35	-половинка кирпича	12	шт.
36	-кирпич	8	шт.
37	- палка – балансир	4	шт.
38	- обруч 60 см.	4	шт.
39	- обруч 35 см.	4	шт.
40	- стойка 35 см.	14	шт.
41	- стойка 70 см.	6	шт.
42	- клипса	12	шт.
43	- зажим	12	шт.
44	- следочки	6	пар
45	- ладошки	6	пар
46	- мешочек с бусинками	16	шт.
47	Шнур плетенный	4	шт.
48	Флажки	25	шт.

3.2. Методические материалы и средства физического воспитания и обучения

Тематический блок «Физическая культура»	
Методические материалы	• Аверина И.Е. Физкультурные минутки в детском саду. М: «Айрис Пресс», 2011; • Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2016. • Муллаева Н.Б. Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников: Учебно-методическое пособие – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010.

	• Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет: Методическое пособие для педагогов ДОУ. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012. • Соколова Л.А. Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО ПРЕСС», 2016. • Утренняя гимнастика под музыку: Пособие для воспитателя и музыкального руководителя детского сада. / Сост. Е.П. Иова, А.Я. Иоффе. – М.: Просвещение, 1998. • Фролов В.Г., Юрко Г.П. Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 1993. • Картушина М.Ю., Физкультурные сюжетные занятия с детьми 5-6 лет. М.: «Сфера», 2012; • Кудрявцева С.Г., Сергиенко Н.И. Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет. М: 2009; • Лосева В.С. Профилактика плоскостопия у детей 6 -7 лет М: 2006; • Мони́на Г.Б., Ларечина Е.В. Игры для детей (энциклопедия игр), СПб: 2008; • Моргунова О.Н. Профилактика плоскостопия и нарушения осанки в ДОУ Воронеж: 2013; • Муллаева Н.Б. Конспекты-сценарии по физической культуре для дошкольников. СПб: «Детство-пресс», 2010; • Николаева Н.И.. Школа мяча. СПб: «Детство-пресс», 2012; • Нищева Н.В., карточки подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. СПб: «Детство», 2011; • Подвижные игры для детей. Опыт поколений. М: «Сфера», 2009; • Подольская Е.И. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет. В: «Учитель», 2010; • Прищепа С.С., организация физкультурных занятий родителей с детьми. М.: 2011; • Прищепа С.С., Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет.М: ТЦ «Сфера», 2009; • Харченко Т.Е. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 5-7 лет. М: «Мозаика-Синтез», 2009; • Харченко Т.Е., Бодрящая гимнастика для
--	--

	дошкольников. СПб: «Детство-Пресс», 2011; • Харченко Т.Е., Физкультурные праздники в детском саду). СПб: «Детство-Пресс», 2011; • «Здоровый образ жизни семьи». Подвижные игры народов Урала. - Екатеринбург: ИРРО. – 2009. Составители: Толстикова О.В., Васюкова С. В., Морозова О.И., Воронина С.Н., Худякова Т.А., Баталова Н. А., Крючкова Г.А., Крыжановская Л.А. • Игры на асфальте. Методические рекомендации / Сост. Воронцова О., Воробьева Л. - Екатеринбург: ИРРО. – 2009.
Средства обучения	Наглядно-дидактические пособия: «Летние виды спорта», «Зимние виды спорта». Картотека: «Зимние виды спорта и спортивные дисциплины»; «Закаливание организма дошкольника»; «Спортивный инвентарь», «Здоровый образ жизни семьи».

3.3. Педагогическая оценка индивидуального развития детей

При реализации РП проводится оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится 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) используются исключительно для решения образовательных задач:

- индивидуализации образования (в т. ч. поддержки ребёнка в двигательной деятельности, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его физического развития);
- оптимизации работы с группой детей на физкультурных занятиях, в самостоятельной двигательной деятельности.

Педагогическая оценка осуществляется в соответствии с диагностической методикой и диагностическим инструментарием, разработанным в соответствии с Постановлением Правительства РФ от 29 декабря 2001 г. N 916 "Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи": Тарасова, Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ. – М.: ТЦ Сфера, 2005.

Тестирование уровня физической подготовленности (ФП) детей

Наиболее объективными и интегральными показателями уровня развития физической подготовленности детей являются количественные и качественные результаты выполнения определенных двигательных заданий:

- *прыжок в длину с места с приземлением на обе ноги одновременно.* Это самый популярный тест для исследования скоростно-силовых способностей мышц ног. Результаты выполнения прыжка обладают высокой информативностью, что делает его приемлемым для проведения массового обследования физической подготовленности детей дошкольного возраста;

- *бросок мяча весом 1 кг вдаль двумя руками из положения стоя.* Выполнение этого движения из положения стоя связано с активным включением в работу группы крупных мышц туловища. Как показывает практика, выполнение теста вызывает затруднения у детей 4-5 лет, хотя 6-7-летние дети в основном справляются с этим заданием без посторонней помощи;

- *бег по прямой с высокого старта на 30 м* (для оценки быстроты);

- *бег змейкой между предметами, расположенными на расстоянии между собой в 1 м, общая дистанция бега – 10 м* (для оценки ловкости);

- *сохранение статического равновесия, стоя на линии – пятка одной ноги примыкает к носку другой ноги* (от 15-20 с);

- *подбрасывание и ловля мяча двумя руками* (15 раз, диаметр мяча 15-20 см);

- *метание вдаль мешочков с песком весом 150-200 г удобной рукой* (5-8 м);

- *наклон вперед из положения сидя* (5-7 см за линию пяток).

В качестве дополнительных тестов проводится:

- исследование мышечной силы правой и левой кисти;
- непрерывный бег в медленном темпе в течение 3 мин;
- подъем туловища в сед за 30 с (8-10 раз).

Детям с отклонениями в состоянии здоровья и развития требуется дифференцированный подход к тестированию физической подготовленности, предусматривающий индивидуальный подбор диагностических разнообразных методики тестирования. Инструктор по физической культуре совместно с медицинским персоналом выбирают подходящие тесты для любого ребенка с нарушениями в состоянии здоровья и развития.

Детям, с повышенным внутричерепным или артериальным давлением, выраженными нарушениями сердечно-сосудистой, костно-мышечной систем, бронхиальной астмой и т.д. проводят диагностику уровня развития статического равновесия, координации движений и меткости, кистевой мышечной силы и мелкой моторики.

После перенесенных острых заболеваний, обострения хронических заболеваний, травм, а также при наличии у ребенка на момент тестирования

катаральных явлений, болей в животе, жалоб на плохое самочувствие длительность периода освобождения от диагностики ФП определяется медперсоналом ДООУ в индивидуальном порядке.

Тестирование физической подготовленности детей проводится, начиная с 4 лет. Для определения исходного уровня физической подготовленности детей оптимальным считается период с 15 сентября по 15 октября. К середине сентября дети старшего дошкольного возраста адаптируются к ДООУ, а медперсонал информирует воспитателя, инструктора по физкультуре о состоянии здоровья каждого ребенка и дает разрешение на тестирование ФП.

Тестирование начинается со старших групп: детям младшего возраста требуется более длительный срок для адаптации к ДООУ. В конце учебного года тестирование ФП проводить с 15 апреля по 20 мая - это позволит определить динамику показателей. Все дети должны быть в спортивной одежде и обуви.

Диагностика проводится в физкультурном зале или на улице (на физкультурной площадке, беговой дорожке) при благоприятных метеорологических условиях. В группах необходимо четко организовать переодевание детей. Особое внимание следует обращать на дошкольников с выраженной потливостью.

Оптимальной температурой для занятий физическими упражнениями в зале считается +18-19 °С. Перед тестированием проводится влажная уборка. С целью подготовки организма к предстоящим нагрузкам перед тестированием детям проводится разминка: несколько общеразвивающих упражнений для основных групп мышц, не большую пробежку.

С целью профилактики травматизма прыжок в длину с места проводится в физкультурном зале на ковровом покрытии; при отсутствии спортивной обуви дети должны прыгать на мат. Беговая дорожка должна быть чистой, ровной и нескользкой.

Перед стартом обязательно проверяется, как у детей завязаны шнурки, свободны ли карманы от посторонних предметов, которые могут выпасть во время бега.

При выполнении броска набивного мяча (1 кг) необходимо страховать ребенка, чтобы не допустить падения мяча ему на голову. В зоне метания не должно быть других детей. Мячи или мешочки разрешается собирать только после того, как ребенок закончил выполнять задание.

В первую очередь тестируются гиперактивные дети.

При негативном отношении детей к тестированию не следует заставлять их выполнять задание. Такие дети нуждаются в индивидуальном подходе: рекомендуется заинтересовать их, проводить диагностику в игровой форме или перенести ее на другой день. Есть дети, которые не хотят выполнять двигательные задания, так как боятся, что у них не получится, - им требуется несколько раз выполнить задание с помощью воспитателя. Тестировать их целесообразно в последнюю очередь, предоставив им возможность наблюдать за другими детьми.

Наряду с количественными показателями физической подготовленности следует обращать внимание на качество выполнения двигательных заданий по простой 5-балльной системе:

5 (*высокий*) - при выполнении теста ребенок самостоятельно без вмешательства взрослого действует в правильной последовательности.

4 (*выше среднего*)– ребенок выполняет тест с косвенной помощью взрослого, допускается одна ошибка, существенно не влияющая на конечный результат.

3(*средний*)– тест выполнен с большим трудом, имеются значительные ошибки.

2 (*низкий*)- тест практически не выполнен, однако ребенок делает попытки

1 (*очень низкий*)– ребенок не делает попыток выполнить тест.

Оценка темпа прироста показателей (ТПП) двигательных качеств позволяет определить эффективность влияния системы физического воспитания на организм каждого ребенка дошкольного возраста. Рассчитывается ТПП по формуле В.И. Усакова: $W = \frac{V_2 - V_1}{V_1} \times 100\%$

Где **W**- темп прироста показателя, **V₁**- абсолютное значение показателя в начале учебного года, **V₂**-абсолютное значение показателя в конце учебного года.

Физическое воспитание считается эффективным при значении темпа прироста показателей не менее 10%.

Виды испытаний (тесты) и нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – виды испытаний (тесты) и нормативы)

I. ступень (возрастная группа от 6 до 8 лет)

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
		Мальчики			Девочки		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак	Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Челночный бег 3x10 м (с)	10,4	10,1	9,2	10,9	10,7	9,7
	Или бег на 30 м (с)	6,9	6,7	5,9	7,2	7,0	6,2
2.	Смешанное передвижение (1 км)	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени

3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	2	3	4	-	-	-
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз)	5	6	13	4	5	11
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	7	9	17	4	5	11
4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Касание пола пальцами рук	Касание пола пальцами рук	Достать пол ладонями	Касание пола пальцами рук	Касание пола пальцами рук	Достать пол ладонями
Испытания (тесты) по выбору							
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	115	120	140	110	115	135
6.	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество раз)	2	3	4	2	3	4
7.	Бег на лыжах на 1 км (мин, с)	8.45	8.30	8.00	9.15	9.00	8.30
	Бег на лыжах на 2 км (мин, с)	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
	или смешанное передвижение на 1,5 км по пересеченной местности*	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
8.	Плавание без учета времени (м)	10	10	15	10	10	15
Количество видов испытаний (тестов) в возрастной группе		8	8	8	8	8	8

Количество видов испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия ВФСК ГТО (далее- Комплекс)**	6	6	7	6	6	7
--	---	---	---	---	---	---

* Для бесснежных районов страны.

** Для получения знака отличия Комплекса необходимо выполнить обязательные испытания (тесты) по определению уровня развития скоростных возможностей, выносливости, силы, гибкости, а также необходимое количество испытаний (тестов) по выбору по определению уровня развития скоростно-силовых возможностей, координационных способностей, уровня овладения прикладными навыками. Виды обязательных испытаний (тестов) и испытаний (тестов) по выбору изложены в приложении к настоящим государственным требованиям к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) (далее – Требования).

**Характеристика индивидуальных особенностей развития детей, воспитывающихся в дошкольном учреждении (по Верещагиной Н.В.)
на 2022 / 2023 учебный год**

Предлагаемая диагностика разработана с целью оптимизации образовательного процесса в любом учреждении, работающем с детьми от 3 до 7 лет, вне зависимости от приоритетов разработанной программы обучения и воспитания и контингента детей. Это достигается путем использования общепринятых критериев развития детей данного возраста и уровневый подход к оценке достижений ребенка по принципу: чем ниже балл, тем больше проблем в развитии ребенка или организации педагогического процесса в группе детей. Система мониторинга содержит 5 образовательных областей, соответствующих Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования, приказ Министерства образования и науки № 1155 от 17 октября 2013 года: «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие», что позволяет комплексно оценить качество образовательной деятельности в группе и при необходимости индивидуализировать его для достижения достаточного уровня освоения каждым ребенком содержания образовательной программы учреждения.

Оценка педагогического процесса связана с уровнем овладения каждым ребенком необходимыми навыками и умениями по образовательным областям:

- 1 балл - ребенок не может выполнить все параметры оценки, помощь взрослого не принимает;
- 2 балла ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые параметры оценки;
- 3 балла — ребенок выполняет все параметры оценки с частичной помощью взрослого;
- 4 балла — ребенок выполняет самостоятельно и с частичной помощью взрослого все параметры оценки;
- 5 баллов — ребенок выполняет все параметры оценки самостоятельно.

Таблицы педагогической диагностики заполняются дважды в год, если другое не предусмотрено в образовательной организации, — в начале и конце учебного года (лучше использовать ручки разных цветов), для проведения сравнительного анализа. Технология работы с таблицами проста и включает 2 этапа.

Этап 1. Напротив фамилии и имени каждого ребенка проставляются баллы в каждой ячейке указанного параметра, по которым затем считается итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение = все баллы сложить (по строке) и разделить на количество параметров, округлять до десятых долей). Этот показатель необходим для написания характеристики на конкретного ребенка и проведения индивидуального учета промежуточных результатов освоения общеобразовательной программы.

Этап 2. Когда все дети прошли диагностику, тогда подсчитывается итоговый показатель по группе (среднее значение = все баллы сложить (по столбцу) и разделить на количество параметров, округлять до десятых долей). Этот показатель необходим для описания обще групповых тенденций (в группах компенсирующей направленности — для подготовки к групповому медико- психолого-педагогическому совещанию), а также для ведения учета обще групповых промежуточных результатов освоения общеобразовательной программы.

Двухступенчатая система мониторинга позволяет оперативно находить неточности в построении педагогического процесса в группе и выделять детей с проблемами в развитии. Это позволяет своевременно разрабатывать для детей индивидуальные образовательные маршруты и

оперативно осуществлять психолого-методическую поддержку педагогов. Нормативными вариантами развития можно считать средние значения по каждому ребенку или обще групповому параметру развития больше 3,8. Эти же параметры в интервале средних значений от 2,3 до 3,7 можно считать показателями проблем в развитии ребенка социального и/или органического генеза, а также незначительные трудности организации педагогического процесса в группе. Средние значения менее 2,2 будут свидетельствовать о выраженном несоответствии развития ребенка возрасту, а также необходимости коррективки педагогического процесса в группе по данному параметру \ данной образовательной области. *(Указанные интервалы средних значений носят рекомендательный характер, так как получены с помощью применяемых в психолого-педагогических исследованиях психометрических процедур, и будут уточняться по мере поступления результатов мониторинга детей данного возраста.)*

Наличие математической обработки результатов педагогической диагностики образовательного процесса оптимизирует хранение и сравнение результатов каждого ребенка и позволяет своевременно оптимизировать педагогический процесс в группе детей образовательной организации

Рекомендации по описанию инструментария педагогической диагностики в средней группе

Инструментарий педагогической диагностики представляет собой описание тех проблемных ситуаций, вопросов, поручений, ситуаций наблюдения, которые вы используете для определения уровня сформированное™ у ребенка того или иного параметра оценки. Следует отметить, что часто в период проведения педагогической диагностики данные ситуации, вопросы и поручения могут повторяться, с тем чтобы уточнить качество оцениваемого параметра. Это возможно, когда ребенок длительно отсутствовал в группе или когда имеются расхождения в оценке определенного параметра между педагогами, работающими с этой группой детей. Музыкальные и физкультурные руководители, педагоги дополнительного образования принимают участие в обсуждении достижений детей группы, но разрабатывают свои диагностические критерии в соответствии со своей должностной инструкцией и направленностью образовательной деятельности.

Важно отметить, что каждый параметр педагогической оценки может быть диагностирован несколькими методами, с тем чтобы достичь определенной точности. Также одна проблемная ситуация может быть направлена на оценку нескольких параметров, в том числе из разных образовательных областей.

Основные диагностические методы педагога образовательной организации:

- ☐ наблюдение;
- ☐ проблемная (диагностическая) ситуация;
- ☐ беседа.

Формы проведения педагогической диагностики:

- ☐ индивидуальная;
- ☐ подгрупповая;
- ☐ групповая.

Обратите внимание, что диагностируемые параметры могут быть расширены / сокращены в соответствии с потребностями конкретного учреждения, поэтому описание инструментария педагогической диагностики в разных образовательных организациях будет различным. Это

объясняется разным наполнением развивающей среды учреждений, разным контингентом воспитанников, разными приоритетными направлениями образовательной деятельности конкретной организации.

Примеры описания инструментария по образовательной области «Физическое развитие»

Младшая группа (от 3 до 4 лет)

1. Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, в разных направлениях по указанию взрослого.

Методы: проблемная ситуация, наблюдение в быту и организованной деятельности.

Материал: зонтик.

Форма проведения: подгрупповая, групповая.

Задание: «Сейчас мы будем играть в игру „Солнышко и дождик“. Когда я скажу „солнышко“, дети бегают. Когда скажу „дождик“, дети бегут под зонт

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

1. Ловит мяч с расстояния. Метает мяч разными способами правой и левой руками, отбивает о пол.

Методы: проблемная ситуация, наблюдение в быту и организованной деятельности.

Материал: мяч, корзина, стойка-цель.

Форма проведения: индивидуальная, подгрупповая.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

1. Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, отбивает и ловит мяч.

Методы: проблемная ситуация, наблюдение в быту и организованной деятельности.

Материал: мяч, корзина, стойка-цель.

Форма проведения: индивидуальная, подгрупповая.

Задание: «Попади в корзину мячом правой рукой, потом левой рукой. Теперь попробуем попасть в стойку-цель. Теперь играем в игру «Лови мяч и отбивай».

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

1. Знает о принципах здорового образа жизни (двигательная активность, закаливание, здоровое питание, правильная осанка) и старается их соблюдать.

Методы: проблемная ситуация, наблюдение в быту и организованной деятельности.

Материал: игрушка Незнайка, мнемо-таблица или схемы-подсказки.

Форма проведения: индивидуальная.

Задание: «Помоги Незнайке научиться быть здоровым. Расскажи, как это — быть здоровым».

Литература

1. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования // Приказ Министерства образования и науки № 1155 от 17 октября 2013 года (вступил в силу 01 января 2014 года).
2. Каменская В. Г., Зверева С. В. К школьной жизни готов! — СПб., 2001.
3. Каменская В. Г. Детская психология с элементами психофизиологии. — М., 2005.
4. Ноткина Н. А. и др. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста. — СПб, 2003.
5. Урунтаева Г. А., Афонькина Ю. А. Практикум по детской психологии. — М., 2001

Образовательная область «Физическое развитие»

Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

№ п/п	ФИО ребенка	Владеет простейшими навыками поведения во время еды, умывания		Приучен к опрятности, замечает и устраняет беспорядок в одежде		Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, в разных направлениях по указанию взрослого		Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом		Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места		Катает мяч в заданном направлении с расстояния, бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударяет мячом об пол, бросает вверх и ловит; метает предметы правой и левой руками		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															
13															
14															
15															
16															
17															
18															
19															
20															
21															
22															
23															

24															
25															
26															
27															
28															
29															
30															
Итоговый показатель по группе (среднее значение)															

Выводы (сентябрь):

Выводы (май):

Образовательная область «Физическое развитие»
Средняя группа (от 4 до 5 лет)

№ п/п	Ф.И.О. ребенка	Знает о значении для здоровья утренней гимнастики, закаливания, соблюдения режима дня		Соблюдает элементарные правила личной гигиены, опрятности		Умеет самостоятельно одеваться и раздеваться, убирает одежду и обувь в шкафчик		Ловит мяч с расстояния. Метает мяч разными способами правой и левой руками, отбивает о пол		Строится по заданию взрослого в шеренгу, в колонну по одному, парами, в круг		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
11.													
12.													
13.													
14.													
15.													
16.													
17.													
18.													
19.													
20.													
21.													
22.													
23.													
24.													
25.													
26.													
27.													

28.													
29.													
30.													
Итоговый показатель по группе (среднее значение)													

Выводы (сентябрь):

Выводы (май):

Образовательная область «Физическое развитие»

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

[illegible]

25.															
26.															
27.															
28.															
29.															
30.															
Итоговый показатель по группе (среднее значение)															

Выводы (сентябрь):

Выводы (май):

Образовательная область «Физическое развитие»

Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)

№ п/ п	Ф.И.О. ребенка	Знает о принципах здорового образа жизни (двигательная активность, закаливание, здоровое питание, правильная осанка) и старается их соблюдать		Называет атрибуты некоторых видов спорта, имеет предпочтение в выборе подвижных игр с правилами		Выполняет ОРУ по собственной инициативе, согласует движения рук и ног		Умеет прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, через скакалку		Умеет перестраиваться в 3—4 колонны, в 2—3 круга на ходу, в 2 шеренги после пересчета, соблюдаем интервалы в передвижении		Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, в движущуюся цель, отбивает и ловит мяч		Итоговый показатель по каждому ребенку (среднее значение)	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1.															
2.															
3.															
4.															
5.															
6.															
7.															
8.															
9.															
10.															
11.															
12.															
13.															
14.															
15.															
16.															
17.															
18.															
19.															
20.															
21.															

22.															
23.															
24.															
25.															
26.															
27.															
28.															
29.															
30.															
Итоговый показатель по группе (среднее значение)															

Выводы (сентябрь):

Выводы (май):

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ В МАДОУ № 364
на 2021 - 2022 учебный год

	2 младшая № 5	2 младшая № 6	Средняя № 1	Старшая № 3	Подготовительная № 2	Подготовительная № 4
понедельник	1) 9.00 - 9.15 Коммуникативная (<i>Pp</i>) 2) 9.30– 9.45 Двигательная	1) 9.00 - 9.15 Коммуникативная (<i>Pp</i>) 2) 9.50 – 10.05 Двигательная	1) 9.00 - 9.20 Двигательная 2) 9.30 - 9.50 Познавательно-исследовательская (<i>П</i>) 3) 10.00 – 10.20 Коммуникативная (<i>Pp</i>)	1) 9.00 - 9.25 Изобразительная (<i>К</i>) 2) 9.35– 10.00 Коммуникативная (<i>О</i>) 3) 15.15 – 15.40 Двигательная	1) 9.00 - 9.30 Изобразительная (<i>P</i>) 2) 9.40 – 10.10 Коммуникативная (<i>О</i>) 3) 12.00 – 12.30 Двигательная	1) 9.00 - 9.30 Коммуникативная (<i>О</i>) 2) 9.40 – 10.10 Изобразительная (<i>P</i>) 3) 10.20– 10.50 Двигательная
вторник	1) 9.00 - 9.15 Изобразительная (<i>P/К</i>) 2) 9.50 – 10.05 Музыкальная	1) 9.00 - 9.15 Изобразительная (<i>P/К</i>) 2) 9.30 – 9.45 Музыкальная	1) 9.00 - 9.20 Музыкальная 2) 9.30 – 9.50 Познавательно-исследовательская (<i>М</i>)	1) 9.30 – 9.55 Познавательно-исследовательская (<i>М</i>) 3) 15.15 – 15.40 Музыкальная	1) 9.00 – 9.30 Познавательно-исследовательская (<i>М</i>) 2) 9.40 – 10.10 Чтение худ. литературы 3) 10.20 – 10.50 Музыкальная	1) 9.00 – 9.30 Познавательно-исследовательская (<i>М</i>) 2) 9.40 – 10.10 Чтение худ. литературы 3) 12.00 – 12.30 Музыкальная
среда	1) 9.00 - 9.15 Познавательно-исследовательская (<i>М</i>) 2) 9.30 – 9.45 Познавательно-исследовательская (<i>ПуСМ</i>) 3) 10.35 – 10.50 Двигательная (<i>В</i>)	1) 9.00 - 9.15 Познавательно-исследовательская (<i>П</i>)/ Чтение худ. литературы 2) 9.30 – 9.45 Познавательно-исследовательская (<i>ПуСМ</i>) 3) 10.50- 11.05 Двигательная (<i>В</i>)	1) 9.00 - 9.20 Изобразительная (<i>P / К</i>) 2) 9.30 – 9.50 Познавательно-исследовательская (<i>ПуСМ</i>) 3) 11.05 – 11.25 Двигательная (<i>В</i>)	1) 9.00 - 9.25 Познавательно-исследовательская (<i>ПуСМ</i>) 2) 9.35– 10.00 Коммуникативная (<i>Pp</i>) 3) 10.10– 10.35 Двигательная (<i>В</i>)	1) 9.00 – 9.30 Коммуникативная (<i>Pp</i>) 2) 9.40 – 10.10 Изобразительная (<i>К</i>) 3) 11.25 – 11.55 Двигательная (<i>В</i>)	1) 9.00 – 9.30 Коммуникативная (<i>Pp</i>) 2) 9.40 – 10.10 Познавательно-исследовательская (<i>П</i>) 3) 11.55– 12.25 Двигательная (<i>В</i>)
четверг	1) 9.00 - 9.15 Познавательно-исследовательская (<i>П</i>)/ Чтение худ. литературы 2) 9.30 – 9.45 Музыкальная	1) 9.00 - 9.15 Познавательно-исследовательская (<i>М</i>) 2) 9.50 – 10.05 Музыкальная	1) 9.00 - 9.20 Музыкальная 2) 9.30 – 9.50 Чтение худ. литературы	1) 9.00 - 9.25 Познавательно-исследовательская (<i>П</i>) 2) 9.35– 10.00 Изобразительная (<i>P</i>) 3) 15.15 – 15.40 Музыкальная	1) 9.00 – 9.30 Познавательно-исследовательская (<i>М</i>) 2) 9.40 – 10.10 Познавательно-исследовательская (<i>П</i>) 3) 12.00 – 12.30 Музыкальная	1) 9.00 – 9.30 Познавательно-исследовательская (<i>М</i>) 2) 9.40 – 10.10 Изобразительная (<i>К</i>) 3) 10.20 – 10.50 Музыкальная
пятница	1) 9.00 - 9.15 Изобразительная (<i>Л / А</i>) 2) 9.50 – 10.05 Двигательная	1) 9.00 - 9.15 Изобразительная (<i>Л / А</i>) 2) 9.30 – 9.45 Двигательная	1) 9.00 - 9.20 Двигательная 2) 9.30 - 9.50 Изобразительная (<i>Л / А</i>)	1) 9.00 – 9.25 Изобразительная (<i>Л / А</i>) 2) 9.35 – 10.00 Чтение худ. литературы 3) 15.15– 15.40 Двигательная	1) 9.00 – 9.30 Изобразительная (<i>Л / А</i>) 2) 9.40 – 10.10 Познавательно-исследовательская (<i>ПуСМ</i>) 3) 10.20– 10.50 Двигательная	1) 9.00 – 9.30 Изобразительная (<i>Л / А</i>) 2) 9.40 – 10.10 Познавательно-исследовательская (<i>ПуСМ</i>) 3) 12.00 – 12.30 Двигательная
	10+1 (двигат. на воздухе) 2 ч. 45 мин.	10+1 (двигат. на воздухе) 2 ч. 45 мин.	11+1 (двигат. на воздухе) 4 ч. 00 мин.	13+1 (двигат. на воздухе) 5 ч. 50 мин.	14+1 (двигат. на воздухе) 7 ч. 30 мин.	14+1 (двигат. на воздухе) 7 ч. 30 мин.

Pp - речевое развитие*P* - рисование*Л* - лепка*А* - аппликация*К* – конструирование*О* - обучение грамоте*В* - двигательная на воздухе*М* – математическое и сенсорное развитие*П* - природный мир*ПуСМ* -предметный и социальный мир

/ - чередование через неделю

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 310227031995278721568419988831218614170173341610

Владелец Чусовитина Наталия Игоревна

Действителен с 12.09.2022 по 12.09.2023