

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Новоуральского городского округа - детский сад комбинированного вида «Гармония»
(МАДОУ детский сад «Гармония»)
обособленное структурное подразделение детский сад № 51 «Лесовичок»**

ул. Ленина, 97, г. Новоуральск,
Свердловская область, 624135
тел.(fax) 6-17-82
e-mail: madou.garmoniya@mail.ru

ул. Чурина, 14/1, г. Новоуральск,
Свердловская область, 624134
тел.(fax) 4-23-95

**Принято Советом педагогов
Протокол № 1
от «31» августа 2018 г.**

УТВЕРЖДАЮ:
 О.В.Иванова
Заведующий обособленным структурным подразделением
детским садом № 51 «Лесовичок»
«31» августа 201 8 г.

**Рабочая программа педагога
по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования
с детьми дошкольного возраста
в группах общеразвивающей направленности
модуль «Образовательная область «Физическое развитие»
Срок реализации 1 год .**

Новоуральск

СОДЕРЖАНИЕ

Введение

I. Целевой раздел

Обязательная часть

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Цели и задачи реализации рабочей программы педагога

1.1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы педагога

1.1.3. Значимые характеристики для разработки и реализации рабочей программы педагога, в том числе характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста.

1.1.3.1. Концептуальные основания для реализации рабочей программы педагога

1.1.3.2. Климатические, национально-культурные (этнокультурные) особенности реализации рабочей программы педагога дошкольного образования.

1.1.3.3. Социо-культурные особенности реализации рабочей программы педагога

1.1.3.4. Характеристика особенностей развития детей дошкольного возраста.

1.1.3.5. Психолого-педагогические условия реализации рабочей программы педагога

1.1.3.6. Характеристика контингента воспитанников

1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы педагога

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

II. Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в образовательной области «Физическое развитие»; вариативных форм, способов, методов и средств реализации рабочей программы педагога дошкольного образования с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Образовательная область «Физическое развитие»

Обязательная часть

Модуль 2.1.1. Ранний возраст

Модуль 2.1.1.1. Дети второго года жизни

Модуль 2.1.1.2. Дети третьего года жизни

Модуль 2.1.2. Дошкольный возраст

Модуль 2.1.2.1. Дети четвертого года жизни

Модуль 2.1.2.2. Дети пятого года жизни

Модуль 2.1.2.3. Дети шестого года жизни

Модуль 2.1.2.4. Дети седьмого года жизни

2.2. Здоровьеформирующие технологии, способствующие реализации образовательной области «Физическое развитие».

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

III. Организационный раздел

Обязательная часть

3.1. Описание материально-технического обеспечения Основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования

3.2. Описание обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания

3.3. Распорядок и режим дня, особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

3.5. Описание обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания

3.6. Распорядок и режим дня, особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

3.7. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Приложения

Введение.

Рабочая программа инструктора по физической культуре (далее Рабочая программа, Программа) разработана в соответствии с учетом:

- базовой примерной основной образовательной программы дошкольного образования «Мир открытий», под общей ред. Л.Г. Петерсон, И.А. Лыковой;
- парциальных программ: О.В. Толстиковой «Мы живём на Урале», Т.Э Токаевой «Азбука здоровья» и «Будь здоров, малыш!», которые входят в программно-методический комплект детского сада в ЧФУ.
- имеющейся ООП ОП ДО.

Рабочая программа - нормативный документ инструктора по физической культуре, реализуется на государственном языке Российской Федерации (русском). Рекомендована к реализации в группах общеразвивающей направленности для детей дошкольного возраста.

В рабочей программе специалиста:

- определены основные принципы, цели и задачи образовательной деятельности с детьми дошкольного возраста, с сохранением для взрослого (педагога, родителей) пространства для творчества, возможности учета индивидуальных особенностей и интересов современного ребенка;
- представлено содержание программы, ориентированное на создание условий для формирования у детей: соответствующих возрасту двигательных умений и навыков, направленных на укрепление здоровья; осознанного здоровьесберегающего отношения к себе и окружающему миру; целостной картины мира и успешной социализации при сохранении этнической самооценности; толерантности, гражданственности и этнотолерантности, посредством вхождения ребенка в физическую культуру;
- описаны вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы;
- определены планируемые результаты освоения ребенком программы как целевые ориентиры для взрослых;

- определены подходы к конструированию интерактивной физкультурно-оздоровительной развивающей предметно-пространственной среды, способствующей развитию и саморазвитию ребенка дошкольного возраста в двигательной деятельности;
- определены требования, предъявляемые к взрослому, ориентированному на учет специфики национальных, социокультурных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность;
- описаны особенности организации образовательного процесса.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования объем обязательной части должен составлять не менее 60% времени, необходимого для реализации основной образовательной программы дошкольного образования, а части, формируемой участниками образовательных отношений – не более 40% общего объема.

***Структура образовательной программы. ***

Рабочая программа состоит из 3 разделов:

1) Целевой раздел. Целевой раздел включает в себя цели, задачи и планируемые результаты освоения рабочей программы; принципы и подходы к организации образовательной деятельности с детьми; характеристики особенностей современного ребенка дошкольного возраста.

2) Содержательный раздел. Содержательный раздел представлен:

- содержанием образования по модулям: ранний и дошкольный возраст. Модули структурированы по следующим ***видам детской двигательной и познавательной деятельности: основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр, валеологический компонент – формирование культурногигиенических навыков, начальных представлений о ЗОЖ и безопасном поведении.***

- описанием вариативных форм, способов, методов и средств реализации содержания, способов и направлений поддержки детской инициативы с учетом возрастных особенностей ребенка дошкольного возраста.

3) Организационный раздел. Организационный раздел включает в себя описание особенностей организации образовательного процесса и развивающей предметно-пространственной среды, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами.

- Конвенции о правах ребенка;
- Конституции РФ;

- Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155, зарегистрирован в Минюсте России 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30 384);
- «Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. N 1014);
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций";
- Устава МАДОУ детский сад «Гармония»;
- с учетом соответствующей примерной основной образовательной программы дошкольного образования «Мир открытий», под общей ред. Л.Г. Петерсон, И.А. Лыковой;
- в части, формируемой участниками образовательных отношений с учетом парциальных программ Толстиковой О.В. «Мы живём на Урале», Т.Э Токаевой «Азбука здоровья» и «Будь здоров, малыш!» ;
- с учетом социального заказа семьи, возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников образовательной организации.

Срок реализации рабочей программы – 1 год.

I. Целевой раздел

Обязательная часть

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Цели и задачи образовательной деятельности с детьми по реализации модуля образовательной области «Физическое развитие»

Цель Программы:

- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его физического развития, позитивной социализации, личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками в двигательной деятельности;

- накопление ребенком культурного опыта двигательной деятельности и общения в процессе активного взаимодействия с окружающим миром, другими детьми и взрослыми, решения задач и проблем (в соответствии с возрастом) как основы для формирования в его сознании целостной картины мира, готовности к непрерывному образованию, саморазвитию и успешной самореализации на всех этапах жизни.

Задачи, решение которых необходимо для реализации цели:

- 1) охрана и укрепление здоровья детей, обеспечение их физической и психологической безопасности, эмоционального благополучия; создание комфортных условий жизнедеятельности, в которых каждый ребенок чувствует себя защищенным и уверенным в том, что его любят и принимают таким, какой он есть;
- 2) обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- 3) развитие социальных, нравственных, физических, интеллектуальных, эстетических качеств детей; создание благоприятных условий для гармоничного развития детей в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями каждого ребенка;
- 4) формирование общей культуры (в том числе физической - ценностей здорового образа жизни) личности ребенка, предпосылок учебной деятельности, инициативности, самостоятельности и ответственности, активной жизненной позиции;
- 5) формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- 6) формирование у ребенка способностей и потребностей открывать и творить самого себя в основных формах человеческой деятельности (в том числе двигательной), готовности познавать себя в единстве с миром, в диалоге с ним;
- 7) развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка; организация содержательного взаимодействия ребенка с другими детьми, взрослыми и окружающим миром на основе гуманистических ценностей и идеалов, прав свободного человека;
- 8) воспитание в детях патриотических чувств, любви к Родине, гордости за ее достижения на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей (ценности здорового образа жизни), принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;

9) объединение воспитательно-оздоровительных ресурсов семьи и дошкольной организации на основе традиционных духовно-нравственных ценностей семьи и общества; установление партнерских взаимоотношений с семьей, оказание ей психолого-педагогической поддержки, повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

10) обеспечение преемственности целей, задач, методов и содержания образования с позиций самооценности каждого возраста и непрерывности образования на всех этапах жизни человека.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы.

1. Полноценное проживание ребенком всех этапов дошкольного детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития.
2. Принцип научной обоснованности и практической применимости (содержание программы должно соответствовать основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики, при этом иметь возможность реализации в массовой практике дошкольного образования).
3. Реализация Программы в формах, специфических для детей дошкольного возраста, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей физическое развитие ребенка.
4. Проектно-тематический принцип построения образовательного процесса.
5. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей, законных представителей, педагогических и иных работников образовательной организации) и детей, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
6. Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования).
7. Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
8. Сотрудничество детского сада с семьей.

9. Учет индивидуально-психологических и личностных особенностей ребенка (типа высшей нервной деятельности, преобладающего вида темперамента; особенностей восприятия, памяти, мышления; наличия способностей и интересов, мотивов деятельности; статуса в коллективе, активности ребенка и т.д.).
10. Целенаправленное содействие духовному и физическому развитию и саморазвитию всех участников образовательных отношений.
11. Содействие и сотрудничество детей и взрослых (педагогов, родителей), признание ребенка полноценным участником образовательных отношений.
12. Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
13. Учет этнокультурной ситуации развития детей.

1.1.3. Значимые характеристики для разработки и реализации рабочей программы педагога, в том числе характеристика особенностей развития детей дошкольного возраста.

1.1.3.1. Концептуальные основания для реализации Программы.

Содержательную основу Программы составляют культурно-исторический, а технологическую – системно-деятельностный подход к развитию ребенка и организации образовательной среды. Согласно культурно-историческому подходу развитие человека происходит путем присвоения исторически выработанных (культурных) форм и способов деятельности. Основоположник данного подхода Л.С. Выготский отмечал, что развитие мышления и других психических функций ребенка в первую очередь происходит через освоение им «культурных» знаков (речи, языка и пр.).

В основе системно-деятельностного подхода лежит представление о том, что развитие всех сторон личности ребенка определяется характером организации его деятельности. Организация образовательного процесса согласно данному подходу (А.Г. Асмолов, П.Я. Гальперин, В.В. Давыдов, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др.) предполагает развитие самой деятельности, ее основных компонентов (мотивов, целей, действий, способов действий или операций), в результате чего ребенок развивается как субъект этой деятельности (деятель).

Непрерывная образовательная система Л.Г. Петерсон, положенная в основу ООП-ОПДО, реализует системно-деятельностный подход на основе общей теории деятельности (О.С. Анисимов, Г.П. Щедровицкий и др.).

Создание образовательной среды в Программе происходит на основе *системы принципов деятельностного обучения*:

Принцип психологической комфортности. Взаимоотношения между детьми и взрослыми строятся на основе доброжелательности, поддержки и взаимопомощи.

Принцип деятельности. Основной акцент делается на организации самостоятельных детских «открытий» в процессе разнообразных видов деятельности детей (игре, общении, исследовании и пр.); педагог выступает, прежде всего, как организатор образовательного процесса.

Принцип целостности. Стратегия и тактика воспитательно-образовательной работы с детьми опирается на представление о целостной жизнедеятельности ребенка. У ребенка формируется целостное представление о мире, себе самом, социокультурных отношениях.

Принцип минимакса. Создаются условия для продвижения каждого ребенка по индивидуальной траектории развития и саморазвития – в своем темпе, на уровне своего возможного максимума.

Принцип творчества. Образовательный процесс ориентирован на развитие творческих способностей каждого ребенка, приобретение им собственного опыта творческой деятельности.

Принцип вариативности. Детям предоставляются возможности выбора материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения, информации, способа действия и др.

Принцип непрерывности. Обеспечивается преемственность в содержании, технологиях, методах между дошкольным и начальным общим образованием, определяется вектор на дальнюю перспективу развития.

Принятая в Программе методология позволяет придать процессу развития ребенка целостность и системность, создать условия для построения непрерывной образовательной траектории при переходе от предыдущего уровня образования к следующему, полноценно проживая каждый возрастной период.

Данная методологическая позиция опирается на личностно - ориентированную педагогику, обуславливая чрезвычайно бережное отношение к ребенку как к активно развивающейся личности – уважение его индивидуальности, личностного достоинства, принятие ребенка таким, каков он есть.

При разработке Программы учитывались *основные положения* современных и новейших психолого-педагогических теорий:

- *о ведущей роли обучения в развитии* Л.С. Выготского;
- *об амплификации* развития ребенка А.В. Запорожца;
- *о развитии учебной деятельности и теоретического мышления* В.В. Давыдова, Д.Б. Эльконина;

- *о развитии мышления, «горизонтах развития»* Н.Н. Поддъякова;
- *о развитии индивидуальности и личности* А.Г. Асмолова;
- *о социальном развитии ребенка* как результате культуроосвоения и культуротворчества и др. В.Т. Кудрявцева.

1.1.3.2. Климатические, национально-культурные (этнокультурные) особенности реализации рабочей программы

Город Новоуральск находится в зоне умеренно-континентального климата с характерной резкой изменчивостью погодных условий, хорошо выраженными сезонами года. Уральские горы, несмотря на их незначительную высоту, преграждают путь массам воздуха, поступающим с запада, из европейской части России. В результате Средний Урал оказывается открытым для вторжения холодного арктического воздуха и сильно выхолаженного континентального воздуха Западно-Сибирской равнины; в то же время с юга сюда могут беспрепятственно проникать теплые воздушные массы пустынь Средней Азии. Поэтому для Новоуральска характерны резкие колебания температур и формирование погодных аномалий: зимой – от суровых морозов до оттепелей и дождей, летом – от жаркой погоды выше + 35° С до заморозков. Климат города Новоуральска континентальный с холодной и продолжительной зимой и сравнительно теплым, но коротким летом. Июль, особенно вторая половина месяца, - наиболее теплое время года. С учетом особенностей климата, и географических природных условий Программой определяется проведение оздоровительных мероприятий и процедур, организация режимных моментов, например, таких как удлиненная прогулка и выбор формы утренней гимнастики для старших дошкольников в форме утренней пробежки, ОРУ или подвижных игр и имитационных упражнений на свежем воздухе.

Основными компонентами содержания образовательной программы являются: ознакомление с природой, историей и культурой жителей родного края; приобщение к народным традициям; формирование представлений о своей национальной принадлежности; учет региональных (природных, географических, производственных и т.д.) и этнических особенностей; использование средств народного воспитания (устное народное творчество, музыкальный фольклор, народное декоративно-прикладное искусство и т.д.).

При организации образовательного процесса (в том числе культурно-досуговой деятельности) учитываются реальные потребности и интересы детей различной этнической принадлежности, которые воспитываются в семьях с разными национальными и культурными традициями. Для уральского региона характерна многонациональность и многоконфессиональность, но сильны и православные традиции. Велико влияние региональных памятников истории и

культуры, традиций исторически сложившихся народов Среднего Урала - русских, удмуртов, татар, башкир, марийцев и др. С учетом национально-культурных традиций для детей осуществляется отбор литературных и музыкальных произведений, народных игр (в ЧФУ), образцов национального фольклора (считалки, заклички в народных подвижных играх).

С учетом особенностей климата, природных условий, состояния экологической обстановки, здоровья населения определяется проведение оздоровительных мероприятий процедур, организация режимных моментов.

Процесс воспитания и развития в детском саду является непрерывным, но, тем не менее, график образовательного процесса составляется в соответствии с выделением двух периодов:

1) холодный период - образовательный: (сентябрь-май), составляется определенный режим дня и осуществляется планирование непосредственно образовательной деятельности с детьми в разнообразных формах работы;

2) летний период - оздоровительный (июнь-август), для которого составляется другой режим дня, осуществляется оздоровительная и культурно-досуговая деятельность.

Учитывая климатические и природные особенности Уральского региона, два раза непосредственно образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста по физическому развитию проводится в зале и один раз – на воздухе.

Прогулки с детьми организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой. Прогулки в холодный период предусматриваются в соответствии с требованиями СанПиН и режимом/распорядком дня. Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется в зависимости от климатических и погодных условий. В условиях холодной уральской зимы, когда световой день уменьшается до 7 часов, количество прогулок и совместной деятельности взрослого и детей, осуществляемой на улице во вторую половину дня, сводится к минимуму. Прогулка не рекомендуется проводить при t воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей 5-7 лет при t воздуха ниже -20°C и скорости ветра более 15 м/с .

Особое внимание уделяется одежде детей, которая должна соответствовать погодным условиям. На зимних прогулках детям удобнее в утепленных куртках и штанах (комбинезонах) спортивного фасона, чем в тяжелых шубах (для занятий по физическому развитию и игре в подвижные, народные игры на прогулке).

В зимний период при безветренной погоде и температуре воздуха выше -15°C дети старшего возраста осваивают навык ходьбы на лыжах (подгруппой не более 10 человек). В более холодную погоду дети обучаются технике плавания в бассейне (так же по подгруппам).

1.1.3.3. Социокультурные особенности реализации рабочей программы

В образовательной программе учитывается тот факт, что современные дети существенно отличаются по своим интеллектуальным и психоэмоциональным характеристикам. Сегодняшние дошкольники – другие, они дети информационного века, цифровых технологий, у них другие способы общения и мышления, что нашло отражение в определении задач и содержания образования. Какими из них воспользуется ребенок, будет зависеть от его насущных интересов, состояния здоровья, индивидуальных особенностей, доступности предметов и видов деятельности. Вступая в многоплановые отношения с окружающим миром, ребенок учится, получает свое первое персонифицированное образование, формируется и проявляется его индивидуальный стиль деятельности, в целом вызревает интегральная индивидуальность личности. На формирование личностных особенностей воспитанников влияет так же окружающий социум. На протяжении многих лет нашими социальными партнерами являются:

- **образовательные учреждения:** ГАОУ ДПО СО «ИРО», МАОУ СОШ № 53 и МАОУ «Лицей № 58»;
- **учреждения дополнительного образования:** МАОУ «ЦДК», МАУ ДО «СЮТ», МАУ ДО «ЦВР», МАОУ «ДШИ».
- **учреждения культуры:** МБУК «Публичная библиотека», МАУК театр кукол «Сказ», МАУК театр драмы и оперетты Урала, МАУК ДК «Новоуральский», МАУК «Краеведческий музей»
- **другие организации:** Военная часть 3280, Пожарная часть г. Новоуральска; Фольклорный ансамбль «Горенка»; СК «Кедр»; ФСК «Лабиринт»; ОГИБДД МУ МВД России по НГО и МО «п. Уральский».

Детский сад поддерживает научно-образовательные связи с ГАОУ ДПО СО «ИРО» (институт регионального образования) и его Нижнетагильским филиалом по вопросам научно-методического сопровождения образовательной деятельности; стратегии и тактики развития системы дошкольного образования в современных условиях; повышения квалификации педагогических работников. Взаимодействие с МАОУ НГО «ЦДК» (Центр диагностики и консультирования) позволяет проводить мониторинг развития детей группы риска и обеспечивать консультационную помощь специалистов по вопросам воспитания и развития дошкольников по запросу родителей.

Традиционные связи с находящимися в непосредственном окружении МАОУ СОШ № 53 и МАОУ «Лицей № 58» НГО обеспечивают единый преемственный подход к образованию. Вместе с педагогами школ проводится система

мероприятий, направленных на реализацию основных задач дошкольного образования с целью обеспечения благополучной социально-психологической адаптации выпускников к условиям школьной жизни. Педагоги школ удовлетворены уровнем подготовленности воспитанников детского сада к школьному обучению. Они отмечают заинтересованность большинства учеников в процессе обучения, любознательность, эмоционально-волевые, социально-коммуникативные навыки первоклассников, а так же их эмоциональность и артистизм.

Вблизи детского сада находится небольшое количество социально-культурных объектов города. Было установлено прочное сотрудничество с учреждениями: МАОУ «ЦДК», МАОУ «СЮТ», МАОУ «ДШИ», МБУК «Публичная библиотека», МБУК «Краеведческий музей», МАУК театр кукол «Сказ», МАУК театр драмы и оперетты Урала, МАУК ДК «Новоуральский».

Взаимодействие с этими учреждениями позволяет:

- согласовать позиции всех субъектов образования детского сада и его социальных партнеров по вопросам развития воспитанников;
- обогатить, расширить содержание дошкольного образования;
- содействовать успешной социализации детей в обществе;
- предоставить возможность детям представлять результаты своей практической и познавательной деятельности за пределами детского сада;
- повысить теоретический уровень и уровень профессионального мастерства педагогов, обобщать и транслировать опыт работы по реализации современных образовательных программ на городском, региональном, всероссийском уровне.
- воспитывать активную жизненную позицию детей через включенность и самореализацию детей в творческой деятельности.

Однако при взаимодействии с социо-педагогической средой города у детского сада существуют определенные трудности, связанные с его удаленностью, в организации совместных мероприятий по развитию социальной компетентности воспитанников. В перспективе необходимо активнее использовать предметно-развивающую и образовательную среду школ для преодоления возникших проблем, а так же активнее привлекать социальных партнеров для организации выездных мероприятий на территории детского сада.

Организация такого рода взаимодействия положительно отражается на качестве и результате образовательной деятельности.

1.1.3.4. Характеристика особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста.

Наш детский сад № 51 «Лесовичок» оказывает образовательные услуги семьям, имеющим детей от 2 мес. до семи лет. Родители детей в возрасте от 2 мес до 1,5 лет получают образовательные услуги на консультационном пункте МАДОУ детский сад «Гармония».

Выбор содержания образовательного процесса, методов и форм реализации данного содержания основан на возрастных и индивидуальных особенностях контингента детей.

Младенческий возраст условно делится на 2 фазы: от периода новорожденности 1мес до 6мес - раннее младенчество, от 6 мес до 1г - позднее младенчество. В период раннего младенчества идут ежемесячные значительные изменения антропометрических показателей. Уже к 7-8 мес. удваивается масса мозга в сравнении с периодом новорожденности. Усиливается работоспособность ЦНС. К 6 мес полностью раскрывается рука ребенка, свободнее двигаются пальцы. Он способен активно манипулировать предметами и игрушками, действия с предметами становятся его потребностью.

Для детей младенческого возраста характерен высокий темп физического развития.. В первый год жизни малыша существует определенный темп и последовательность развития его общих движений: удержание головы в положении лежа на животе, повороты туловища, подползание, ползание, сидение, стояние у опоры, стояние без опоры,, ходьба. Сначала ребенок овладевает движениями изменения положения тела в пространстве и перемещения, а затем движениями, сохраняющими положение в статике. Ведущую роль развитие движений приобретает к 6-9 месяцу жизни. Это связано прежде всего с овладением ползанием. Ползание – важный фактор формирования правильной осанки, профилактики плоскостопия, укрепления мышц ног, рук, спины, брюшного пресса, шеи. Овладев самостоятельным перемещением (ползанием) ребенок вступает в «новую эпоху» овладения пространством, преодолевая его без помощи взрослого, что определяет скачок в его общем нервно – психическом развитии. С 9 мес ребенок подражает плясовым, игровым движениям взрослого. Продолжают формироваться ручные умения (развитие движений пальцев, осязание), проявляются элементарные навыки самостоятельности (при выполнении гигиенических процедур в различных режимных моментах).

Ранний возраст (1-3года) Для возраста характерен интенсивный темп физического развития: увеличивается масса тела, рост, формируются внутренние органы, становится более пластичной нервная система. Дети овладевают всеми видами основных движений, (ходьба в разных направлениях, в различном темпе, бег в разных направлениях и к цели, непрерывный в течение 30 - 40 сек., прыжки на месте и с продвижением вперед), движения становятся более координированными. Охотно выполняют движения имитационного характера, участвуют в несложных сюжетных

подвижных играх, организованных взрослым, воспроизводят простые движения по показу взрослого. Активны в выполнении осваиваемых движений, получают удовольствие от процесса выполнения движений.

Дети способны к активному усвоению КГН на основе подражания взрослому при его побуждении и поддержке.

Младший дошкольный возраст (3 -5 лет).

Потребность детей в движении высока (двигательная активность составляет не менее половины времени бодрствования). Дети начинают осваивать основные движения, обнаруживая при выполнении физических упражнений стремление к целеполаганию (быстро пробежать, дальше прыгнуть, точно воспроизвести движение и др.). возраст благоприятен для начала целенаправленной работы по формированию физических качеств (скоростных, силовых, координации, гибкости, выносливости).

Появляется сосредоточенность на своем самочувствии, детей начинает волновать тема собственного здоровья. К 5 годам дети способны элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания.

Успешно осваиваются алгоритмы процессов умывания, одевания, приема пищи. К концу младшего дошкольного возраста дети овладевают элементарной культурой поведения во время еды за столом и умывания в туалетной комнате. Подобные навыки основываются на определенном уровне развития двигательной сферы ребенка, одним из основных компонентов которого является уровень развития *моторной координации*.

Малыши любят рассматривать книжные иллюстрации, внимательно слушают, когда им читают. Знают и помнят короткие стихи, которые учат в детском саду, с удовольствием рассказывают их дома.

Малыши любознательны, самостоятельно пробуют экспериментировать: разбирать, вкладывать, комбинировать.

Старший дошкольный возраст (5 – 7 лет)

Более совершенной становится крупная *моторика*. Дети способны к освоению сложных движений: пройти по неширокой скамейке и при этом даже перешагнуть небольшое препятствие; отбить мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются отличия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков – более порывистые, у девочек – мягкие, плавные, уравновешенные), общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Посредством целенаправленной и систематической двигательной активности укрепляются мышцы и связки. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребенком небольших по величине усилий на протяжении достаточно длительного времени).

Ловкость и развитие мелкой моторики проявляются в более высокой степени самостоятельности при *самообслуживании*: дети могут самостоятельно обслужить себя, обладают полезными привычками, элементарными навыками личной гигиены; определяют состояние своего здоровья (здоров он или болен), а также состояние здоровья окружающих; могут назвать и показать, что именно болит, какая часть тела, какой орган; владеют культурой приема пищи; одеваются в соответствие с погодой, не переохлаждаясь и не утепляясь чрезмерно. Старший дошкольник уже может объяснить ребенку или взрослому, что нужно сделать в случае травмы (алгоритм действий) и готов оказать элементарную помощь самому себе и другому (промыть глаза, промыть ранку, обработать ее, обратиться к взрослому за помощью) в подобных ситуациях.

1.1.3.5. Психолого-педагогические условия:

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

1.1.3.6. Характеристика контингента воспитанников

По результатам анализа контингента воспитанников детского сада, мы имеем:

Общий численный состав контингента детей – 210 человек. Среди них детей дошкольного возраста (3-7 лет) – 145 человек, раннего возраста (1,5-3 года) – 65 человек.

Количество мальчиков приблизительно равно количеству девочек (в соотношении примерно 50% мальчиков и, соответственно 50% девочек). Фон здоровья воспитанников средний. 73% детей имеют вторую группу здоровья, остальные 27 % имеют первую и третью группы здоровья.

Основной контингент детей проживает в пределах района детского сада. Но по причине расположения детского сада на окраине города наблюдается некоторая сменяемость детей (из-за переездов родителей в другие районы города), т.к. часть семей живёт на съёмных квартирах. Среди родителей есть работники сферы образования и культуры. Большинство родителей заинтересовано в художественно-эстетическом, физическом развитии своих детей. Они проявляют интерес к праздникам, развлечениям, интересуются дополнительным образованием детей по обучению танцам, игре на музыкальных инструментах, английскому языку, развитию в изобразительной деятельности. Востребована услуга по подготовке детей к обучению в школе и физическому развитию.

*Особую тревогу вызывает рост численности детей с нарушениями и заболеваниями опорно-двигательного аппарата. Данные за 2011-2016 учебный год свидетельствуют о том, что: уже в раннем дошкольном возрасте выявлено 25% детей с нарушениями формирования свода стопы, в дошкольном возрасте – 17% детей наблюдаются у врача с отклонениями. Диагноз «нарушение осанки и сколиоз» имеют 3%. Имеют отклонения неврологического характера 10% детей. Патологии органов зрения наблюдаются у 16% детей. 18% воспитанников относится к группе ДЧБ.

*Высокий уровень эмоциональной нестабильности вновь набранных детей объясняется наличием в анамнезе детей неврологических диагнозов: до 40% детей наблюдаются у невропатолога (ММД, МЦД, синдромы гипервозбудимости и нарушения сна). Констатирующее первичное наблюдение позволяет выявить наличие у большей части детей непосредственно-эмоциональную форму общения детей со взрослыми (79% детей) и лишь у 21% - внеситуативно-личностная форма взаимодействия со взрослым.

Вследствие этого, отмечается острое проявление симптоматики «кризиса 3-лет» у большей части детей. Ориентированность психологической поддержки педагогов и родителей на приоритет социально-эмоционального развития детей способствует стабилизации эмоционального развития 96% детей: у детей преимущественно бодрое настроение, стремление к самостоятельности и активности, доброжелательное соучастие в совместных играх со сверстниками.

*До 58% вновь набранных малышей имеют задержку речевого развития, при этом у 38% детей на 2 и более эпикризных срока. Высокая степень динамики отмечается у малышей второго года пребывания в детском саду – до 70% детей достигают возрастной нормы. У 30% детей отмечается общее недоразвитие речи

Наиболее успешно происходит коррекция сенсорного развития детей, если на начало учебного года задержка ведущей линии «сенсорика» отмечается у 39% малышей, то к концу раннего возраста лишь у 14%.

Активное появление элементов целеполагания проявляется в умении 94% малышей занять себя.

98% детей имеют положительное мнение о себе,

88% детей имеют представление о простейших навыках общения;

74% - видят и замечают чувства других людей;

84% - знакомы с элементарными правилами этикета, следуют правилам в играх, стремятся выполнять простые поручения взрослых;

93% детей выражают желание бережно относиться к собственным и не принадлежащим им вещам, результатам труда других людей, объектам природы;

68% детей испытывает интерес к ближайшему социокультурному окружению: своей семье, детскому саду.

94% детей овладевают способами игровой деятельности – игровыми действиями с игрушками и предметами-заместителями, приобретают первичные умения ролевого поведения.

В результате организованной совместной и самостоятельной деятельности в созданных в детском саду условиях наши воспитанники добиваются значительных результатов в своем развитии. Их достижениями являются:

- успешное освоение содержания комплексной образовательной программы - 98% детей;

- Более 70% воспитанников являются участниками и победителями конкурсов, смотров, фестивалей детского творчества и спортивных состязаний Всероссийского, регионального и муниципального уровней.

Получение дипломов, грамот, званий победителей в номинациях являются хорошим стимулом для их спортивных достижений и дальнейших творческих успехов.

1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы педагога.

«Для парусника, который не знает, куда плыть ни один ветер не будет попутным» /Сенека/

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов развития, его непосредственность и произвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в РФ, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат) обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров, представляющих собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

Целевые ориентиры, обозначенные в ФГОС ДО, являются общими для всего образовательного пространства Российской Федерации. Целевые ориентиры, представленные в Программе базируются на ФГОС ДО и одновременно учитывают ее отличительные особенности и приоритеты. Также как и в ФГОС ДО, целевые ориентиры в Программе представлены к началу дошкольного возраста (к 3 годам) и к завершению дошкольного образования (к 7 годам). В той части, которая совпадает с ФГОС ДО, ориентиры даются по тексту соответствующего документа.

Представленные в Программе целевые ориентиры помогут определиться, в каком направлении «вести» развитие детей, как спроектировать индивидуальный образовательный маршрут каждого ребенка.

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

Целевые ориентиры как ценностные установки и векторы развития ребенка.

Целевые ориентиры к началу дошкольного возраста (к 3 годам)

- Ребенок интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечен в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий.
- Ребенок проявляет стремление к независимости, свободе, перестройке отношений с взрослыми (выбор движения, материала, места, партнеров, длительности деятельности и т.п.).
- Ребенок владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек.

- В общении ребенка преобладает положительный эмоциональный фон; ребенок не проявляет необоснованной агрессии по отношению к окружающим и себе. В соответствующих ситуациях сопереживает сверстнику, герою литературного произведения, мультфильма.

- Ребенок стремится к общению с взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; проявляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого. Может быть ведущим в диалоге с взрослым, даже малознакомым (задает вопросы, призывает к действию и т.п.).

- Ребенок проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им.

- У ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.). Пытается использовать приобретенные двигательные навыки в новых предлагаемых условиях (преодоление препятствий, расстояний в изменившихся условиях).

- Ребенок узнает и называет членов своей семьи. Ориентируется в отношении гендерных представлений о людях и себе (мальчик, девочка, тетя, дядя) и возраста людей (дедушка, бабушка, тетя, дядя, дети). Имеет первичные представления о некоторых профессиях (продавец, воспитатель, врач, водитель).

Целевые ориентиры к завершению дошкольного детства (к 7 годам)

- Ребенок овладевает основными культурными средствами и способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности – игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников совместной деятельности.

- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства.

- Ребенок активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх; способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты.

- Ребенок владеет способами передачи собственных эмоциональных состояний, умеет сдерживать проявления негативных эмоций;

- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации.

- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

- Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены; может оценить свои и чужие поступки в соответствии с первичными ценностными представлениями о том, «что такое хорошо, а что такое плохо».

- Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей, склонен экспериментировать и наблюдать.

- Ребенок проявляет познавательный интерес и уважение к явлениям истории и культуры своей семьи, города, страны; проявляет толерантность, интерес, симпатию и уважение к носителям других национальных культур, стремится к познавательно-личностному общению с ними.

- Ребенок обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.

- Ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности; стремится самостоятельно преодолевать ситуации затруднения разными способами, в зависимости от ситуации может преобразовывать способы решения задач (проблем).

- Ребенок умеет работать по правилу, по образцу и по простейшему алгоритму (3-4 шага); с помощью взрослого может определить свое затруднение, выявить его причины и сформулировать познавательную задачу, зафиксировать достижение результата и условий, которые позволили его достичь.

Дети с различными недостатками в физическом и/или психическом развитии могут иметь качественно неоднородные уровни речевого, познавательного и социального развития личности. Поэтому целевые ориентиры основной образовательной программы Организации, реализуемой с участием детей с ограниченными возможностями здоровья, учитывают не только возраст ребенка, но и уровень развития его личности, степень выраженности различных нарушений, а также индивидуально-типологические особенности развития ребенка.

Условием достижения целевых ориентиров являются специальным образом созданные условия, в число которых входит педагогический мониторинг.

Особенности педагогического мониторинга.

Педагогический мониторинг осуществляется с целью определения динамики актуального индивидуального профиля развития ребенка и используется при решении следующих задач:

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

Педагогический мониторинг опирается на принципы поддержки специфики и разнообразия детства, а также уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.

В связи с этим, педагогический мониторинг:

- не содержит каких-либо оценок развития ребенка, связанных с фиксацией образовательных достижений;
- позволяет фиксировать актуальный индивидуальный профиль развития дошкольника и оценивать его динамику;
- учитывает зону ближайшего развития ребенка по каждому из направлений;
- позволяет рассматривать весь период развития ребенка от рождения до школы как единый процесс без условного деления на разные возрастные этапы, «привязанные» к паспортному возрасту, при этом учитывает возрастные закономерности развития, опираясь на оценку изменений деятельности дошкольника;
- учитывает представленные в Программе целевые ориентиры, но не использует их в качестве основания для их формального сравнения с реальными достижениями детей.

Инструментарий для педагогического мониторинга детского развития – *карты наблюдения, карты развития*. Педагогический мониторинг осуществляется по методикам Н.А.Коротковой, П.Г. Нежнова и В.К.Загвоздкина, И.Е.Федосовой. Диагностика физического развития детей дошкольного возраста – по методике Т.Э. Токаевой.

Физические качества	Скоростные		Выносливость	Скоростно-силовые			Гибкость	
Контрольные задания	Бег на 10м с разбега (сек)	Бег на 30м со старта (сек)	Бег в умеренном (медленном) темпе (м)	Прыжок в длину с места (см)	Метание мешочка с песком (м)		Бросок набивного мяча (1кг) двумя руками из-за головы (см)	Наклон туловища вперёд, из положения сидя (см)
					правой рукой	левой рукой		

	4 года	м	3.7-3.2		Я устал!	55-75	2.5-4	2-3	125-205	1-3
			3.8-3.4			50-70	2.0-3.5	1.5-2.8	110-190	2-3
	5 лет		3.2-2.9	9.0-8.5	Я устал!	75-90	4-5	3-4	165-260	2-4
			3.4-3.0	9.8-9.0		70-85	3.5-4	2.8-3.5	140-230	2-5
	6 лет		2.5-2.3	7.8-7.0	300	95-110	6-8	5.5-6.5	215-340	2-5
			2.7-2.4	8.2-8.0		90-100	5-6.5	4.5-5.5	175 – 300	3-6
	7 лет		2.3-2.0	7.0-6.6	До 500	110-125	8-12	6.5-8.5	270 – 400	4-6
			2.4-2.1	7.2-6.4		100-115	6-9	4.5-6	220 - 350	4-7

В отдельных случаях (при необходимости) может проводиться психологическая диагностика детей и педагогическое наблюдение специалистов за динамикой развития по определенным направлениям. Она проводится квалифицированными специалистами (например, педагогами-психологами, музыкальными руководителями, воспитателями по ИЗО и ФК) и только с согласия родителей (законных представителей) детей.

Успешное развитие личности возможно только в социальной, культурной, природно-климатической среде определенной территории, что становится возможным при единстве целей, ценностей, межличностных отношений, видов деятельности, сфер общения отдельного человека, семьи.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Задачи поставлены на основе анализа анкетирования, изучения микро и макро среды, результатов педагогической диагностики, состояния психофизического развития воспитанников:

Создание условий для обеспечения оптимального двигательного режима, физического развития детей и осуществления своевременной коррекционно – развивающей помощи воспитанникам детского сада:

- содействовать укреплению детского мышечного корсета, в том числе с позвоночника, верхних и нижних конечностей;
- способствовать формированию ценностного отношения дошкольников к собственному здоровью;
- содействовать элиминации избыточного психоэмоционального и мышечного напряжения в процессе самостоятельной и совместной двигательной деятельности;
- способствовать накоплению двигательного опыта детей, в ходе которого происходит : освоение ими основных видов движений; совершенствование их физических качеств; развитие представлений о своем теле и своих физических возможностях через знакомство с доступными способами укрепления здоровья; создание эмоционально-благоприятной (поддерживающей, стабилизирующей, настраивающей, активизирующей, тренирующей) среды физического развития и профилактика негативных эмоций;
- поддерживать формирование двигательно-творческих способностей до уровня соответствующего возрастным и индивидуальным возможностям ребенка;
- осуществлять воспитание гражданственности детей с учетом возрастных категорий, прививать уважение к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье в процессе самостоятельной и совместной двигательной деятельности.

Взаимодополнение содержания примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования происходит за счет использования комплексной программы «Мы живем на Урале» О.В.Толстиковой и парциальных программ физкультурно–оздоровительной направленности «Будь здоров малыш!» Т.Э.Токаевой и «Азбука здоровья» Т.Э.Токаевой.

Образовательная область	Направления	ЧФУ Парциальные программы	
		Ранний возраст	Дошкольный возраст

Физическое развитие	Забота о психическом и физическом здоровье (становление ценностей ЗОЖ, становление целенаправленности и саморегуляции)	Т.Э Токаева программа развития детей раннего возраста, как субъекта физкультурно- оздоровительной деятельности «Будь здоров, малыш!»	Т.Э Токаева программа физического и валеологического развития детей дошкольного возраста «Азбука здоровья» -
	Приобщение к физической культуре	Т.Э Токаева программа развития детей раннего возраста, как субъекта физкультурно- оздоровительной деятельности «Будь здоров, малыш!»	О. В. Толстикова Парциальная программа «Мы живем на Урале» Т.Э Токаева программа физического и валеологического развития детей дошкольного возраста «Азбука здоровья» Методика Осокина «Обучение детей плаванию в детском саду»

Пояснительная записка

Комплексная образовательная программа О.В. Толстиковой «Мы живем на Урале» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г., N 1155, г. Москва и отвечает современным принципам государственной политики – «единство образовательного пространства на территории Российской Федерации, защита и развитие этнокультурных особенностей и традиций народов Российской Федерации в условиях многонационального государства».

Цели и задачи реализации парциальных программ:

О. В. Толстикова «Мы живем на Урале»

Цели образования ребенка дошкольного возраста

1. Воспитание любви к малой Родине, осознание ее многонациональности, многоаспектности. Формирование общей культуры личности с учетом этнокультурной составляющей образования.

2. Формирование духовно-нравственного отношения и чувства сопричастности к родному дому, семье, детскому саду, городу (селу), родному краю, культурному наследию своего народа.
3. Воспитание уважения и понимания своих национальных особенностей, чувства собственного достоинства, как представителя своего народа, и толерантного отношения к представителям других национальностей (сверстникам и их родителям, соседям и другим людям.)
4. Формирование бережного отношения к родной природе, окружающему миру.
5. Формирование начал культуры здорового образа жизни на основе национально-культурных традиций.

Реализация целей образовательной программы осуществляется через:

- введение краеведческого материала в работу с детьми, с учетом принципа постепенного перехода от более близкого ребенку, лично-значимого, к менее близкому – культурно-историческим фактам, путем сохранения хронологического порядка исторических фактов и явлений и сведения их к трем временным измерениям: прошлое – настоящее – будущее;
- формирование личного отношения к фактам, событиям, явлениям в жизни города (села), Свердловской области;
- создание условий, для активного приобщения детей к социальной действительности, повышения личностной значимости для них того, что происходит вокруг;
- осуществление деятельного подхода в приобщении детей к истории, культуре, природе родного края, т.е. выбор самими детьми той деятельности, в которой, они хотели бы отобразить свои чувства, представления об увиденном и услышанном (творческая игра, составление рассказов, изготовление поделок, сочинение загадок, аппликация, лепка, рисование);
- создание развивающей среды для самостоятельной и совместной деятельности взрослых и детей, которая будет способствовать развитию личности ребенка на основе народной культуры, с опорой на краеведческий материал (предметы, вещи домашнего обихода, быта; предметы декоративно-прикладного быта, искусства уральских народов), предоставляющие детям возможность проявить свое творчество;
- разнообразие форм, методов и приемов организации образовательной деятельности с детьми:
 - детско-взрослые проекты (дети – родители - педагоги) как формы работы с детьми по освоению содержания образования в соответствии с психолого-педагогическими задачами тем комплексно-тематического планирования образовательного процесса;

- мини-музеи, выставки, экскурсии, детское портфолио, кейсы, акции (природоохранные, социальные) и т.д.;
- кружки, студии, секции краеведческой, спортивной, социальной направленности с учетом интересов способностей детей, потребностей заказчиков образовательных услуг (родители);
- клубные формы работы с родителями и детьми;
- формы партнерского сотрудничества с социальными институтами (школа, библиотека, поликлиника, музей, планетарий, ботанический сад, станция юннатов, станция юных техников, дом культуры, театр, филармония, дом фольклора, зоопарк, дендрарий, спортивный комплекс, стадион, ГИБДД, пожарная часть, МЧС и др.): экскурсии, целевые прогулки, гостевание, культурно-досуговая деятельность, совместные акции, проекты (на основе договора о сотрудничестве, плана совместной образовательной деятельности), конкурсы, фестивали, соревнования, дни здоровья.

Задачи содержательных блоков программы:

Моя семья

1. Формировать познавательный интерес к истории своей семьи, ее родословной.
2. Воспитывать чувство родовой чести, привязанности, сопричастности к общим делам, любви и уважения к членам семьи.

Моя малая Родина

1. Развивать у детей интерес к родному городу: к улицам, районам, достопримечательностям, архитектуре, истории, событиям прошлого и настоящего; к символике (герб, флаг, гимн), традициям.
2. Развивать способность чувствовать красоту природы, архитектуры своей малой родины и эмоционально откликаться на нее.
3. Содействовать становлению желания принимать участие в традициях города, горожан, культурных мероприятиях, социальных, природоохранных акциях.
4. Развивать чувство гордости, бережное отношение к родному городу.
5. Расширять представления детей о том, что делает малую родину (город село) красивым.
6. Познакомить детей с жизнью и творчеством некоторых знаменитых людей своего города (села).

Мой край – земля Урала

1. Развивать у детей интерес к родному краю как части России: культуре, истории зарождения и развития своего края; к людям, прославившим свой край в истории его становления; к людям разных национальностей, живущих в родном крае.

2. Развивать интерес и уважение к деятельности взрослых на благо родного края, стремление участвовать в совместной со взрослыми деятельности социальной направленности.

3. Воспитывать патриотические и гражданские чувства: чувство восхищения достижениями человечества; чувство гордости от осознания принадлежности к носителям традиций и культуры своего края; уважительное отношение к историческим личностям, памятникам истории.

4. Развивать представления детей об особенностях (внешний облик, национальные костюмы, жилища, традиционные занятия) и культурных традициях представителей разных национальностей жителей родного края - Среднего Урала.

5. Воспитывать чувство привязанности ребенка к родному краю, уважение к культурным традициям своего и других народов.

6. Развивать интерес детей к природным богатствам родного края, стремление сохранять их.

Культура и искусство народов Среднего Урала

1. Развивать интерес детей к народной культуре (устному народному творчеству, народной музыке, танцам, играм, игрушкам) своего этноса, других народов и национальностей.

2. Способствовать накоплению опыта познания ребенком причин различия и глубинного сходства этнических культур, опыта субъекта деятельности и поведения в процессе освоения культуры разных видов, обеспечивая возможность отражения полученных знаний, умений в разных видах художественно-творческой деятельности.

3. Обеспечивать познание детьми общности нравственно-этических и эстетических ценностей, понимание причин различий в проявлениях материальной и духовной культуры.

4. Развивать способность к толерантному общению, к позитивному взаимодействию с людьми разных этносов.

5. Воспитывать у детей миролюбие, принятие и понимание других людей (детей и взрослых) независимо от их расовой и национальной принадлежности, языка и других особенностей культуры.

Т.Э.Токаева «Будь здоров, малыш!»

Цель программы: Содействие физическому и валеологическому развитию ребенка с 1 года до 3-х лет как субъекту физкультурно-оздоровительной деятельности и укрепление его физического и психического здоровья.

Т.Э.Токаева «Азбука здоровья»

Цель программы: приобщение развивающейся личности ребенка дошкольного возраста, жителя Уральского региона, к культурно - историческому опыту человечества и уральцев по сохранению здоровья и физической культуре.

Цели, задачи, а так же целевые ориентиры этих образовательных программ соответствуют целям, задачам и целевым ориентирам базовой программы «Мир открытий».

Принципы организации образовательного процесса:

О.В.Толстикова «Мы живем на Урале»

- принцип природосообразности предполагает учет индивидуальных физических и психических особенностей ребенка, его самостоятельность (направленность на развитие творческой активности), задачи образования реализуются в определенных природных, климатических, географических условиях, оказывающих существенное влияние на организацию и результативность воспитания и обучения ребенка;
- принцип культуросообразности предусматривает необходимость учета культурно-исторического опыта, традиций, социально-культурных отношений и практик, непосредственным образом встраиваемых в образовательный процесс;
- принцип вариативности обеспечивает возможность выбора содержания образования, форм и методов воспитания и обучения с ориентацией на интересы и возможности каждого ребенка и учета социальной ситуации его развития;
- принцип индивидуализации опирается на то, что позиция ребенка, входящего в мир и осваивающего его как новое для себя пространство, изначально творческая. Ребенок, наблюдая за взрослым, подражая ему, учится у него, но при этом выбирает то, чему ему хочется подражать и учиться. Таким образом, ребенок не является «прямым наследником» (то есть продолжателем чужей-то деятельности, преемником образцов, которые нужно сохранять и целостно воспроизводить), а творцом, то есть тем, кто может сам что-то создать. Освобождаясь от подражания, творец не свободен от познания, созидания, самовыражения, самостоятельной деятельности.

Т.Э.Токаева «Будь здоров, малыш!», Т.Э.Токаева «Азбука здоровья»

- Проектно-тематический принцип построения образовательного процесса.
- Вариативность физического развития детей раннего и дошкольного возраста при сохранении его базовости на основе адаптирования программы к потребностям и возможностям детского сада, семьи.

Планируемые результаты освоения парциальных программ

О.В.Толстикова «Мы живем на Урале»

Целевые ориентиры:

- ребенок ориентирован на сотрудничество, дружелюбен, приязненно расположен к людям, способен участвовать в общих делах, совместных действиях, деятельности с другими детьми и взрослыми; способен понимать состояния и поступки других людей, выбирать адекватные способы поведения в социальной ситуации и уметь преобразовывать ее с целью оптимизации общения с окружающими;
- ребенок обладает установкой на толерантность, способностью мириться, уживаться с тем, что является отличным, непохожим, непривычным (например, с чужим мнением, с человеком, имеющим недостатки физического развития, с людьми других национальностей и др.); с удовольствием рассказывает о своих друзьях других этносов, высказывает желание расширять круг межэтнического общения;
- ребенок знает некоторые способы налаживания межэтнического общения с детьми других этносов и использует их при решении проблемно-игровых и реальных ситуаций взаимодействия;
- ребенок обладает чувством разумной осторожности, выполняет выработанные обществом правила поведения (на дороге, в природе, в социальной действительности);
- ребенок проявляет уважение к родителям (близким людям), проявляет воспитанность и уважение по отношению к старшим и не обижает маленьких и слабых, посильно помогает им;
- ребенок проявляет познавательную активность, способность и готовность расширять собственный опыт за счет удовлетворения потребности в новых знаниях, переживать радость открытия нового; умение использовать разнообразные источники получения информации для удовлетворения интересов, получения знаний и содержательного общения;
- ребенок проявляет интерес к малой родине, родному краю, их истории, необычным памятникам, зданиям; к событиям настоящего и прошлого родного края; к национальному разнообразию людей своего края, стремление к

знакомству с их культурой; активно включается в проектную деятельность, самостоятельное исследование, детское коллекционирование, создание мини-музеев, связанных с прошлым и настоящим родного края;

- ребенок обладает креативностью, способностью к созданию нового в рамках адекватной возрасту деятельности, к самостоятельному поиску разных способов решения одной и той же задачи; способностью выйти за пределы исходной, реальной ситуации и в процессе ее преобразования создать новый, оригинальный продукт;

- ребенок проявляет самостоятельность, способность без помощи взрослого решать адекватные возрасту задачи, находить способы и средства реализации собственного замысла на материале народной культуры; самостоятельно может рассказать о малой родине, родном крае (их достопримечательностях, природных особенностях, выдающихся людях), использует народный фольклор, песни, народные игры в самостоятельной и совместной деятельности, общении с другими детьми и взрослыми;

- ребенок способен чувствовать прекрасное, воспринимать красоту окружающего мира (людей, природы), искусства, литературного народного, музыкального творчества;

- ребенок признает здоровье как наиважнейшую ценность человеческого бытия, проявляет готовность заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих, соблюдать правила безопасности жизнедеятельности, самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением здоровья в рамках адекватной возрасту жизнедеятельности и общении;

- ребенок проявляет эмоциональную отзывчивость при участии в социально значимых делах, событиях (переживает эмоции, связанные с событиями военных лет и подвигами горожан, стремится выразить позитивное отношение к пожилым жителям города и др.); отражает свои впечатления о малой родине в предпочитаемой деятельности (рассказывает, изображает, воплощает образы в играх, разворачивает сюжет и т.д.); охотно участвует в общих делах социально-гуманистической направленности (в подготовке концерта для ветеранов войны, посадке деревьев на участке, в конкурсе рисунков «Мы любим нашу землю» и пр.; выражает желание в будущем (когда вырастет) трудиться на благо родной страны, защищать Родину от врагов, стараться решить некоторые социальные проблемы.

- ребенок обладает начальными знаниями о себе, об истории своей семьи, ее родословной; об истории образования родного города; о том, как люди заботятся о красоте и чистоте своего города; о богатствах недр Урала (полезных ископаемых, камнях самоцветах); о природно-климатических зонах Урала (на севере - тундра, тайга, на Юге Урала - степи), о животном и растительном мире; о том, что на Урале живут люди разных национальностей; о том, что уральцы внесли большой вклад в победу нашей страны над фашистами во время Великой Отечественной войны; о промыслах и

ремеслах Урала (камнерезное и ювелирное искусство; каслинское литье, ограды и решетки города Екатеринбурга; уральская роспись на бересте, металле, керамической посуде);

- ребенок знает название и герб своего города (поселка, села), реки (водоема), главной площади, местах отдыха; фамилии уральских писателей и названия их произведений (П.П. Бажов, Д.Н Мамин-Сибиряк); другие близлежащие населенные пункты и крупные города Урала; Урал – часть России, Екатеринбург - главный город Свердловской области.

II. Содержательный раздел.

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях; вариативные формы, способы, методы и средства реализации образовательной области «Физическое развитие» с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Обязательная часть

2.1.1. Модуль ранний возраст

2.1.1.1. Дети второго года жизни.

Программные задачи:

- Создавать условия для оптимальной двигательной активности детей в течение дня, обогащения двигательного опыта.
- Развивать жизненно необходимые естественные движения (ходьба, равновесие, бег, подпрыгивание вверх, лазание, ползание, катание, бросание).
- Создавать атмосферу интереса к физическим упражнениям.
- Содействовать формированию физических и личностных качеств (физическая активность, стремление к самостоятельным движениям, позитивное эмоциональное отношение к двигательной деятельности, стремление к подражанию в движениях взрослым и детям).

- Воспитывать культурно-гигиенические навыки; формировать потребность в чистоте и опрятности.
- Укреплять здоровье, развивать защитные свойства организма, приобщать к здоровому образу жизни.
- Создавать медико-психологические условия для гармоничного физического и психического развития, повышения умственной и физической работоспособности с учетом возможностей каждого ребенка.

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации содержания, способы и направления поддержки детской инициативы.

С детьми второго года жизни физкультурно-оздоровительные занятия воспитатель проводит подгруппами 2-3 раза в неделю в групповом помещении. Рекомендуемая наполняемость групп на занятиях физкультурой и их длительность, в зависимости от возраста детей, представлена в таблице (согласно действующим СанПиН).

Наполняемость групп и длительность занятий физкультурой:

Возраст детей	Число детей	Длительность занятия
от 1 года 3 месяцев до 1 года 6 месяцев	2 - 4	6 - 8 (в мин)
от 1 года 7 месяцев до 2 лет	4 - 6	8 - 10 (в мин)
от 2 лет 1 месяца до 2 лет 11 месяцев	8 - 12	10 - 15 (в мин) от 1 года 7 месяцев до 2 лет
3 года	вся группа	15 (в мин)

Возможный диапазон движений (упражнений), которые может осваивать ребенок в этом возрасте.

Развитие движений детей.

Упражнения в ходьбе и равновесии.

Самостоятельная ходьба без опоры при стимулировании игрушкой и словесной инструкцией с сохранением осанки. Ходьба при поддержке за гимнастическую палку. Ходьба по лежащей на полу дорожке (длина 1,5-2м, ширина 35см). Ходьба с изменением направления; со сменой высоты и ширины шага в зависимости от условий. Ходьба со сменой темпа. Ходьба с перешагиванием через ленточки, веревочки, лежащие на полу. Ходьба по ребристой дорожке. Ходьба в одном направлении с использованием зрительных ориентиров расстояние 3-4м (принеси мячик, куклу и т.п.). Ходьба с перешагиванием через веревочки, приподнятые на 5-10 см от пола. Ходьба по наклонной доске, приподнятой одним концом над полом на 10-15см. Ширина доски 30см, длина 1,5-2м (страховка взрослого). Ходьба стайкой за взрослым в одном направлении. Ходьба стайкой за взрослым со сменой направления. Самостоятельная ходьба со сменой направления по сигналу взрослого к 2-3 зрительным ориентирам (игрушкам).

Упражнения в бросании и прокатывании мяча.

Отталкивание мяча с приданием ему правильного направления при прокатывании. Отталкивание мяча, висящего в сетке на уровне груди ребенка. Прокатывание мяча взрослому (расстояние 50-100см) с горки. Бросание мяча в разных направлениях (вперед, вверх, вниз), разными способами (от плеча, от груди, из-за головы) двумя и одной руками.

Упражнения в лазании ползании.

Ползание на расстояние 2-3м; к игрушке на четвереньках; подползая под предметы, прогибая спину; по ограниченной поверхности к игрушке. Подползание под дугу (высота дуги 60см), под веревку, сетку, натянутую на высоте 40см от пола. Перелезание через невысокие предметы (например, бревно); пролезание в обруч. Влезание на предметы (высота 10-15-20 см) и сплезание с них.

Упражнения в беге.

Легкий бег с изменением темпа (замедляя и ускоряя); переход от ходьбы к бегу и наоборот; выдерживание направления во время бега, соблюдая правильную осанку.

Общеразвивающие упражнения.

Упражнения с обручем.

Приседание и вставание при поддержке за обруч (диаметр 50см) двумя руками (обруч держит взрослый). Приседание и выпрямление туловища без опоры («Подними игрушку»).

Упражнения с гимнастической палкой.

Приседание, держась за палку; поднятие корпуса, держась за палку; поднятие палки вверх.

Упражнения имитационного характера.

Поднимание рук в стороны и опускание их «птички машут крыльями». Приседание и выпрямление «птички клюют зернышки».

Педагог использует физическую культуру как средство полноценного развития всех сторон личности ребенка, его позитивного отношения к окружающему миру, близким взрослым, содействия интереса к другим детям.

2.1.1.2. Дети третьего года жизни.

Программные задачи:

- Создавать условия для инициативной двигательной активности в помещении и на улице.

- Содействовать накоплению двигательного опыта, развитию основных видов движений (ходьба, бег, бросок, ловля, прыжки).
- Создавать условия для формирования у детей интереса, положительных эмоций, потребности в движениях, активность и самостоятельность в их выполнении.
- Укреплять здоровье ребенка, закаливать его, повышать работоспособность нервной системы.
- Развивать культурно-гигиенические навыки.
- Побуждать к соблюдению опрятности и чистоты, вызывать и поддерживать у ребенка приятные чувства от чистоты своего тела и окружающего пространства; поощрять за желание и умение с помощью взрослого приводить себя в порядок.
- Вызывать желание пользоваться предметами индивидуального назначения (носовым платком, салфеткой, расческой, стаканчиком для полоскания рта).
- Учить различать и называть органы чувств, дать элементарное представление об их роли в организме, необходимости бережно и регулярно ухаживать за ними.
- Содействовать освоению элементарных сведений о человеческом организме, его физическом и психическом состоянии – здоровый, больной, веселый, грустный, устал.
- Вызывать положительное отношение к режиму дня (приему пищи, сну, прогулке и др.).

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации содержания, способы и направления поддержки детской инициативы.

С детьми третьего года жизни физкультурно-оздоровительные занятия воспитатель проводит подгруппами 2-3 раза в неделю в групповом помещении или в физкультурном зале.

Развитие движений детей.

Упражнения в ходьбе и равновесии.

Ходьба стайкой за воспитателем в одном направлении; ходьба стайкой в разных направлениях за воспитателем к зрительным ориентирам, расположенным в разных местах комнаты или участка; самостоятельная ходьба стайкой к зрительному ориентиру по совместной инструкции («Идем в гости к кукле Маше» расстояние не менее 10м); ходьба стайкой на носочках (1-1,5-2м), в чередовании с обычной ходьбой «Вот какие мы большие» ходьба обычным шагом. Общее расстояние от 10 до 20м. Ходьба стайкой в разных направлениях за воспитателем, к зрительным ориентирам, расположенным в разных местах комнаты или участка. Ходьба в колонне по одному со сменой направления; в колонне по одному за воспитателем со сменой темпа; в колонне по одному в сочетании с движением рук (самолеты, птицы) расстояние не менее 15- 20м. Ходьба с остановкой на сигнал («Будь внимательным» сигнал может быть звуковым, зрительным). Ходьба по ограниченной поверхности (длина дорожки 2-2,5м, ширина от 25 до 10см); по кругу (ходьба обычная, на носочках, взявшись за руки); по твердой и мягкой дорожкам; по прямой и извилистой дорожкам; по гладкой и колючей дорожкам; по гимнастической скамейке. Ходьба с перешагиванием предметов (8-10 предметов высотой от 10 до 25-30см). Ходьба парами.

Упражнения в бросании, катании и ловле.

Отталкивание мяча, подвешенного в сетке, одной, двумя руками. Катание мяча взрослому и ловля. Прокатывание мяча по дорожке (длина 2-2,5м, ширина 35см); в ворота (расстояние до ворот 1,5-2м, ширина ворот не менее 50см). Бросание мяча вперед и бег за ним; перебрасывание мяча через сетку, через веревку (сетка, веревка подвешивается на уровне вытянутой руки ребенка). Подбрасывание мяча вверх и попытка поймать его; бросание мяча об пол и ловля; бросание мяча в горизонтальную цель (расстояние до цели 0,5-1м - 1,5м). Ловля мяча, брошенного воспитателем.

Упражнения в лазании, ползании.

Ползание на четвереньках в одном направлении к зрительному ориентиру (расстояние от 2 до 3м); ползание в разных направлениях к зрительным ориентирам (3-4 крупные игрушки размещаются в разных местах групповой комнаты или зала); по ограниченной поверхности (используются обычная дорожка, длина 2-2,5м, ширина 35см; извилистая дорожка, длина 2-2,5м, ширина 35см; мягкая дорожка, длина 2м, ширина 35-40см); между предметами (4-6 крупных предметов

размещаются на расстоянии 50см друг от друга). Подлезание под ворота (расстояние от ворот 2м, ширина ворот не менее 50-60см); под веревку натянутую на расстоянии 30-40см от пола. Перелезание через бревно; лазание по стремянке (высота 1,5м) любым способом; влезание на гимнастическую стенку и сплезание с нее.

Упражнения в прыжках.

Подпрыгивание на месте, держась за обе руки взрослого. Прыжки на месте без опоры; вокруг обруча («Зайчик прыгает вокруг обруча»); впрыгивание в обруч. Прыжки по прямой дорожке в чередовании с ходьбой (длина дорожки 3-4м, ширина 25-35см); по извилистой дорожке в чередовании с ходьбой (длина дорожки 2-2.5м, ширина 35см); в длину («Перепрыгнем через ручеек» – ширина ручейка от 15 до 35см); между предметами, огибая их («Зайчик прыгает между пенечками» – 5-6 больших кубиков размещаются на расстоянии 40см друг от друга); спрыгивание с предметов (высота предметов 10-15см).

Упражнения в беге.

Бег стайкой за воспитателем в одном и разных направлениях (расстояние от 8-10м до 30м); стайкой от воспитателя; стайкой за воспитателем в разном темпе. Бег в колонне друг за другом, по кругу друг за другом, по кругу, взявшись за руки. Бег со сменой направления

по сигналу взрослого, бег с остановкой на сигнал (звуковой, зрительный) – расстояние 30м. Бег по дорожкам: извилистой, мягкой; между предметами (предметы располагаются на расстоянии 50-60см. Всего 5-6 крупных предметов). Непрерывный бег 30-40с. Бег имитационный (как мышки, как лошадки и т.п.).

Общеразвивающие упражнения.

Упражнения с обручем.

Приседание и вставание при поддержке за обруч (диаметр 50см) двумя руками (обруч держит взрослый). Приседание и выпрямление туловища без опоры («Подними игрушку»).

Упражнения с гимнастической палкой.

Приседание, держась за палку; поднимание корпуса, держась за палку; поднимание палки вверх.

Упражнения имитационного характера.

Поднимание рук в стороны и опускание их «птички машут крыльями». Приседание и выпрямление «птички клюют зернышки», прыгаем как «зайки», ходим как «мишка», «петушок» и т.д..

Педагог использует физическую культуру как средство полноценного развития всех сторон личности ребенка, его позитивного отношения к окружающему миру, близким взрослым, содействия интереса к другим детям.

2.1.2. Модуль дошкольный возраст

2.1.2.1. Дети четвертого года жизни.

Программные задачи:

Забота о психическом и физическом здоровье детей. Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия.

- Содействовать оптимизации эмоциональных отношений между родителями и детьми.
- Обеспечивать комфортный эмоциональный микроклимат в группе детского сада, в котором ребенок чувствует себя защищенным и принимаемым педагогами.
- Создавать условия для охраны жизни и укрепления здоровья; создавать условия для укрепления иммунной системы организма, систематически проводить оздоровительные и закаливающие мероприятия.
- Создавать условия, стимулирующие двигательную активность детей; формировать и совершенствовать основные виды движений, способствовать формированию правильной осанки.

- Обеспечивать рациональный режим дня, сбалансированное и качественное питание, достаточное пребывание на воздухе; обеспечивать в помещении оптимальный температурный режим, регулярно проветривать.
- Обеспечить психолого-педагогическую поддержку родителям в повышении компетентности в вопросах охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия.

Формирование культурно-гигиенических навыков

- Формировать культурно-гигиенические навыки; приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде; воспитывать привычку следить за своим внешним видом.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

- Формировать у детей начальные представления о здоровом образе жизни и правилах безопасного поведения; поддерживать интерес к изучению себя, своих физических возможностей; воспитывать бережное отношение к своему здоровью; развивать интерес к правилам здорового сберегающего поведения.

Приобщение к физической культуре.

- Удовлетворять потребность детей в движении и развивать положительные эмоции, активность и самостоятельность.
- Знакомить детей с подвижными играми разной интенсивности, с разными видами основных движений.
- Развивать умение ходить и бегать свободно, естественно, согласовывая движения рук и ног; выполнять во время ходьбы двигательные задания: повернуться, присесть и остановиться.
- Развивать умение бегать, держа темп в соответствии с указанием педагога (медленно, быстро).
- Формировать умение сохранять правильную осанку в различных положениях: сидя, стоя, в движении.
- Развивать у детей чувство равновесия и ориентировку в пространстве.
- Развивать навыки энергичного отталкивания двумя ногами и правильного приземления во время прыжков с высоты, на месте и с продвижением вперед.
- Развивать умение бросать и ловить мяч кистями рук, не прижимая его к груди; отталкивать предметы во время катания их.

- Закреплять умение ползать на четвереньках, толкая мяч головой, перелезать через препятствия, лазать по лесенке-стремянке и гимнастической стенке (высота 1,5м).

СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА - ЗАБОТА О ПСИХИЧЕСКОМ И ФИЗИЧЕСКОМ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ.

Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия. Здоровье человека, и тем более ребенка, во много определяется его эмоционально-психическим состоянием, которое, в первую очередь, зависит от системы взаимоотношений с ближайшим социумом: с родителями, педагогами, сверстниками. Самое важное для эмоционального здоровья ребенка – его отношения с семьей, ощущение им родительской любви и безусловного его принятия близкими.

Для детей младшего дошкольного возраста ощущение родительской любви чаще всего приобретается невербальным путем, через тактильные взаимодействия (объятия, поглаживания, поцелуи и др.). Сегодня детско- родительские отношения требуют коррекции, поскольку современные родители, как правило, не осознают значимости любви к ребенку как основного условия его психофизического здоровья. Следовательно, в системе

оздоровительной работы первостепенной задачей является коррекция эмоциональных взаимоотношений между родителями и детьми.

Вторым по значимости условием, обеспечивающим психофизическое здоровье ребенка, является искреннее доброжелательное отношение к детям со стороны педагогов, воспитателей – в первую очередь, а также доброжелательные контакты детей друг с другом.

Принятие ребенка другими сверстниками, установление с ними дружеских взаимоотношений также в значительной степени влияет на эмоциональное состояние ребенка и, таким образом, сказывается на его психофизическом здоровье.

Для педагогов детского сада коррекция детско-родительских взаимоотношений и взаимодействий детей друг с другом является приоритетной задачей, вне решения которой другие средства оздоровления детей будут малоэффективны.

Поскольку создание комфортного микроклимата в группе детского сада является первоочередной задачей в системе общего оздоровления ребенка, в детском саду необходимо:

- создать атмосферу принятия, искренности и тепла по отношению к каждому воспитаннику, что зависит от стиля общения педагога с детьми;
- организовать жизнедеятельность детей на основе общих привлекательных для каждого ребенка традиций: утренние встречи, ритуал укладывания на дневной сон, теплое прощание, празднование дней рождения детей и др.;
- организовать работу с родителями, способствующую их эмоциональному сближению с детьми на основе совместной двигательной деятельности (совместные подвижные игры, физкультурные занятия и развлечения и др.).

Третьим важным условием сохранения и укрепления здоровья детей является осознание педагогами, что их психическое и физическое состояние напрямую влияет на здоровье воспитанников.

Реализация этих условий требует нового осмысления организации оздоровительной работы в детском саду, создания системы психологической помощи и профессиональной поддержки специалистам, работающим с детьми и их родителями.

Формирование культурно-гигиенических навыков.

В младшем дошкольном возрасте совершенствуются умения детей правильно осуществлять процессы умывания, купания, мытья рук с использованием мыла (при незначительной помощи взрослого), элементарно ухаживать за внешним видом. Воспитатель побуждает детей пользоваться только индивидуальным полотенцем, расческой, носовым платком; обращает внимание на то, что при кашле и чихании нужно прикрывать нос и рот носовым платком.

Осваиваются правила культурного поведения во время приема пищи (тщательно пережевывать пищу с закрытым ртом, не «набивать» полный рот, не разговаривать с полным ртом, не кричать и не смеяться за столом); дети приобретают навык есть без помощи взрослого (правильно пользоваться ложкой, вилкой, салфеткой). Воспитатель обращает внимание на правильность посадки детей за столом.

Дети знакомятся с техникой чистки зубов. Воспитатель приучает детей полоскать рот после каждого приема пищи, побуждает детей чистить зубы утром и вечером.

Формируются потребность и умение ухаживать за своими вещами и игрушками (при помощи взрослого). Воспитатель поощряет стремление детей помогать взрослым при уборке помещения. Развиваются умения детей одеваться и раздеваться (при участии взрослого). Воспитатель поддерживает стремление детей к самостоятельным действиям. Воспитывается потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Педагог приобщает детей к здоровому образу жизни, стимулирует интерес каждого ребенка к своему внешнему облику и внутреннему миру. Продолжает знакомить детей с внешним строением тела человека (голова, шея, туловище, руки, ноги); дает представление об их роли в жизни человека, о том, как ухаживать за ними. Дети начинают изучать себя, свое тело и свои физические возможности; учатся различать и называть органы чувств (рот, нос, уши, глаза).

Педагог дает детям элементарные представления о ценности здоровья и здорового образа жизни: о полезной и вредной пище, о пользе физических упражнений, утренней зарядки, закаливающих процедур.

На четвертом году жизни у детей появляется интерес к правилам безопасного и здоровьесберегающего поведения. Педагог воспитывает осторожное и осмотрительное отношение к потенциально опасным для здоровья человека ситуациям, умение сообщать о своем самочувствии взрослому. Закладываются основы бережного отношения детей к своему здоровью и здоровью других людей. Взрослые (педагоги и родители) широко используют режимные моменты, прогулки, занятия физической культурой для формирования у детей начальных представлений о своем теле, здоровье,

физических возможностях; содействуют переходу от «азбуки движений» к освоению их различных способов и знакомству с основами здоровьесберегающего поведения.

ПРИБЛИЖЕНИЕ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Образовательная деятельность по физическому развитию детей проводится в форме занятий не менее трех раз в неделю, длительность одного занятия составляет не более 15 минут. Эта деятельность проводится в физкультурном зале и на свежем воздухе в игровой форме.

Личный пример воспитателя, его отношение к физической культуре формирует у детей необходимые привычки и навыки, которые составляют основу здорового образа жизни.

Организация двигательной активности детей 3-4 лет.

Основные формы и методы.	Периодичность и особенности организации детей.
Занятия по физическому развитию детей	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (один раз – на улице) 12-15 минут
Игровая утренняя гимнастика	Ежедневно с подгруппой или группой детей (в теплое время года – на улице) 5-7 минут
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно с группой или подгруппой детей 10-12 минут
Игровая гимнастика после дневного сна с включением общеразвивающих упражнений	Ежедневно с группой детей 7-10 минут
Комплекс имитационных упражнений с проведением	2 раза в неделю с подгруппой детей (включены в

беседы, с использованием произведений художественной литературы и рассматриванием иллюстраций	содержание прогулки, интегрированной образовательной деятельности) не более 7 минут
Дифференцированные игры и упражнения с учетом уровня двигательной активности	1 раз в неделю с подгруппой детей (включены в содержание прогулки, интегрированной образовательной деятельности)
Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно в разные отрезки режима дня

Примерный перечень упражнений.

Основные движения.

Упражнения в ходьбе и равновесии.

Ходьба на носках, пятках, с высоким подниманием колен; в колонне по одному, по два; в разных направлениях (враспынную, по прямой, по кругу, змейкой). Ходьба по прямой дорожке (15-20см), доске (длина 2-2,5м, ширина 20см), гимнастической скамейке, шнуру, бревну, ребристой доске, по наклонной доске (высота 30-35см), сохраняя равновесие.

Упражнения в беге.

Бег на носках, с одного края площадки до другой; в колонне по одному; в разных направлениях (по прямой, по кругу, змейкой, враспынную). Бег с выполнением заданий: остановка, догнать и убежать от сверстника (в конце года). Бег в медленном темпе (в течение 50-60 сек), бег в быстром темпе (на расстояние 10м к концу года).

Упражнения в прыжках.

Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (расстояние 2-3м), из кружка в кружок, вокруг предметов. Прыжки в длину с места (не менее 40 см) на мягкое покрытие, вверх с места с доставанием подвешенных предметов.

Упражнения в катании бросании, ловле.

Катание мяча (шарика) друг другу, в определенном направлении, между предметами, под дугой (ширина 50-60 см). Бросание мяча вверх и ловля двумя руками; перебрасывание мяча друг другу; ловля мяча, брошенного воспитателем. Бросание предметов в горизонтальную цель двумя руками снизу (расстояние 1,5м), от груди, правой и левой рукой, в вертикальную цель (высота центра мишени 1-1, 2м).

Упражнения в ползание, лазание.

Ползание на четвереньках по прямой (не менее 6м), между предметами, вокруг предметов, по скамейке, наклонной доске. Пролезание в обруч, под предметами (высотой 40см); лазание по лестнице (вертикальной, наклонной), перелезание через бревно.

Спортивные упражнения.

Ходьба на лыжах катание на санках, скольжение по ледяной дорожке.

Ходьба по ровной лыжне ступающим шагом, делая повороты на лыжах переступанием. Катание на санках друг друга; с невысокой горки; скольжение по ледяной дорожке с поддержкой воспитателя.

Плавание. Знакомство с правилами поведения в бассейне, душе, раздевалке, на воде. Вхождение и погружение в воду, игры в воде.

Подвижные игры.

Игры с бегом: «Птичка и птенчики», «Найди свой цвет», «Найди свой домик», «Мыши и кот», «Трамвай», «Поезд», «Лохматый пес».

Игры с прыжками: «С кочки на кочку», «По ровной дорожке», «Поймай комара», «Воробушки и кот», «Утята», «Кто дальше».

Игры с пролезанием и лазаньем: «Мыши в кладовой», «Наседка и цыплята», «Кролики», «Птицы и дождь», «Не задень колокольчик».

Игры с бросанием и ловлей: «Сбей кеглю», «Прокати мяч с горки», «Лови, бросай, упасть не давай», «Кто дальше бросит».

Игры на ориентировку в пространстве: «Угадай, кто кричит», «Кто хлопнул», «Найди, что спрятано», «Найди свое место».

Общеразвивающие упражнения: для кистей рук развития и укрепления мышц плечевого пояса для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника; для развития и укрепления мышц брюшного пресса.

Дифференцированные игры для детей с высоким уровнем двигательной активности.

Игры и упражнения на координацию: «Не замочи ножки», «Шагаем по дорожке», «Зайка», «Удержись!».

Игры и упражнения на ловкость: «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».

Игры и упражнения на внимание: «Стань первым», «Один – двое».

Игры и упражнения на внимание и координацию: «Не потеряй свой кубик».

Игры и упражнения на внимание и на ловкость: «Холодно – горячо».

Игры и упражнения на точность движений: «Мяч в кругу», «Мяч по дорожке», «Не потеряй ежика».

Дифференцированные игры для детей с низким уровнем двигательной активности.

Игры и упражнения на быстроту реакции: «Топ-топ и прыг!», «Не боюсь!».

Игры и упражнения на быстроту движений: «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».

Игры упражнения на координацию: «Не замочи ножки».

Игры и упражнения на ловкость: «Доползи и возьми», «Прокати мяч», «Доползи до кубика», «Пройди воротики», «Стрекоза», «Собери предметы одного цвета», «Мяч с горки», «Поймай комара», «Догони шарик».

2.1.2.2. Дети пятого года жизни.

Программные задачи:

Забота о психическом и физическом здоровье детей. Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия.

- Обеспечивать психологически комфортную развивающую среду.
- Формировать позитивное отношение детей к себе, к другим и миру в целом.
- Способствовать оптимизации эмоциональных отношений между родителями и детьми.
- Соблюдать санитарно-гигиенические нормы и правила.
- Продолжить работу по осуществлению мероприятий, способствующих сохранению здоровья детей, закаливанию, повышению защитных сил организма.

- Осуществлять контроль за формированием правильной осанки.
- Обеспечивать рациональный режим дня, сбалансированное, качественное питание, достаточное пребывание на воздухе; обеспечивать в помещении оптимальный температурный режим, регулярно проветривать.
- Организовывать и проводить различные подвижные игры.
- Ежедневно проводить утреннюю гимнастику продолжительностью 7-10 минут.
- Повышать компетентность родителей в вопросах сохранения, укрепления и формирования здоровья детей.

Формирование культурно-гигиенических навыков

- Закреплять потребность в чистоте и опрятности, воспитывать привычку следить за своим внешним видом.
- Совершенствовать навыки самостоятельного и правильного приема пищи, умывания, подготовки ко сну.
- Закреплять умения правильно пользоваться предметами личной гигиены (мыло, расческа, полотенце, носовой платок), ухаживать за своими вещами.
- Расширять диапазон деятельности детей по самообслуживанию (одеваться, раздеваться, полоскать рот после еды, пользоваться туалетом и др.).
- Развивать умения переносить в игру правила здоровья сберегающего поведения.
- Обращать внимание детей на чистоту продуктов употребляемых в пищу, на необходимость мыть овощи и фрукты перед едой.
- Обращать внимание детей на чистоту помещений, одежды, окружающих предметов.
- Развивать навыки культурного поведения за столом.

Формирование первоначальных представлений о здоровом образе жизни.

- Дать представление о ценности здоровья, формировать желание вести здоровый образ жизни.
- Продолжить формировать представления о частях тела и органах чувств, их функциональном назначении для жизни и здоровья человека.
- Расширять представления о важности для здоровья гигиенических и закаливающих процедур, соблюдения режима дня, физических упражнений, сна, пребывания на свежем воздухе.
- Воспитывать у детей бережное отношение к своему здоровью и здоровью других людей.

- Формировать умение обращаться за помощью к взрослым при травме или плохом самочувствии, оказывать себе элементарную помощь при ушибах.

Приобщение к физической культуре.

- Развивать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной деятельности.
- Обогащать двигательный опыт детей за счет усвоения основных видов движений и подвижных игр.
- Совершенствовать разные виды ходьбы: обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Выполнять во время ходьбы вариативные упражнения (присесть, изменить положение рук и др.).
- Развивать у детей умение бегать легко и ритмично.
- Продолжать формировать правильную осанку во время выполнения разных упражнений.
- Развивать умение энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте; в прыжках в длину и высоту с места, сочетая отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохраняя равновесие.
- Развивать координацию во время ходьбы на лыжах скользящим шагом (на расстояние не более 500м), катания на двухколесном велосипеде.
- Формировать умение ловить мяч, метать предметы, принимая правильное исходное положение.
- Совершенствовать навыки ползания на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; пролезания в обруч, перелезания через различные препятствия; лазанья по гимнастической стенке.
- Развивать осознанное отношение ребенка к выполнению правил подвижной игры.
- Развивать у детей физические качества: быстроту, ловкость, координацию, гибкость, выносливость.
- Учить самостоятельно выполнять правила подвижной игры без напоминания воспитателя.

СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА - ЗАБОТА О ПСИХИЧЕСКОМ И ФИЗИЧЕСКОМ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ

Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия. Продолжается работа по объединению воспитательно-оздоровительных ресурсов семьи и детского сада. Педагоги оказывают психолого-педагогическую поддержку родителям в вопросах укрепления и созидания духовной, психической и физической составляющих здоровья дошкольников: подбирают литературу для самообразования, проводят беседы и консультации. Различные формы активного детско - родительского досуга постепенно должны стать естественной составляющей педагогического процесса. Большое внимание уделяется поддержанию комфортной развивающей среды в группе и дома, безусловному принятию каждого ребенка со стороны взрослых, содействию в проявлении детьми доброжелательности по отношению к сверстникам и взрослым.

Взрослые поддерживают необходимые санитарно-гигиенические нормы в детском саду и дома; проводят различные мероприятия, способствующие укреплению иммунной системы организма ребенка.

Формирование культурно-гигиенических навыков.

Педагоги совместно с родителями продолжают содействовать овладению детьми культурно-гигиенических навыков; поддерживают стремление осмысленно выполнять освоенные ранее действия по самообслуживанию, осуществлять самоконтроль и корректировать отдельные компоненты своей деятельности. Постепенно у детей расширяется диапазон самостоятельных действий по самообслуживанию: они уже без напоминания следят за чистотой своих рук, моют их с мылом по мере необходимости, причесываются, правильно пользуются столовыми приборами и т.п.

В детском саду и дома взрослые обращают внимание на правильность принятой ребенком позы за столом во время еды; учат брать пищу понемногу, тщательно пережевывать ее, пользоваться салфеткой по мере необходимости, полоскать рот после еды.

Отдельное внимание уделяется освоению детьми умений застегивать ремешки обуви, завязывать шнурки; формированию привычки отворачиваться при кашле или чихании, прикрывая рот носовым платком; поправлять прическу и одежду при нарушении красоты и порядка (при необходимости обращаясь к взрослому или сверстнику).

Формирование первоначальных представлений о здоровом образе жизни.

Обогащаются представления детей о ценности здоровья и здорового образа жизни; поддерживается их стремление к самопознанию, к правилам здоровьесберегающего поведения, позитивного отношения к миру, себе и другим людям. Дети продолжают знакомиться с частями тела и органами чувств человека, их значением для жизни и здоровья. Взрослые проводят беседы о важности для здоровья гигиенических и закаливающих процедур, соблюдения режима дня, правильного питания (не переедать, не злоупотреблять сладким и др.), прогулок на свежем воздухе; содействуют овладению детьми знаниями о правилах ухода за зубами, профилактики зубных болезней и простудных заболеваний. Педагоги продолжают обучать детей и их родителей различным здоровьесозидающим технологиям, в том числе по укреплению психической составляющей здоровья. Воспитатели формируют у детей элементарные представления о зависимости состояния здоровья от состояния окружающей среды.

ПРИБЛИЖЕНИЕ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

В средней группе образовательная деятельность по физическому развитию детей проводится в форме занятий по подгруппам три раза в неделю, длительностью не более 20 минут. Эта деятельность проводится в физкультурном зале и на свежем воздухе в игровой форме. Зимой – игры и упражнения по обучению детей ходьбе на лыжах, в весенне-летний период года – обучение играм с элементами спорта и спортивным упражнениям. В теплое время года большинство игр и игровых упражнений рекомендуется планировать на воздухе.

Игровой метод остается основным при организации образовательной деятельности по физическому развитию детей.

Организация двигательной активности детей 4-5 лет.

Основные формы и методы	Периодичность и особенности организации детей
Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию детей	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (один раз – на улице) 15-20 минут
Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию детей в бассейне	2 раза в неделю с подгруппой 20 минут
Игровая утренняя гимнастика	Ежедневно с подгруппой детей (в теплое время года – на улице) 7-10 минут
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно с группой или подгруппой детей 10-12 минут
Игровая гимнастика после дневного сна с включением общеразвивающих упражнений	Ежедневно с группой детей 10-12 минут
Комплекс имитационных упражнений с проведением беседы, с использованием произведений художественной литературы и рассматриванием иллюстраций	2 раза в неделю с подгруппой детей (включены в содержание прогулки, интегрированной образовательной деятельности) не более 7 минут
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
Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно в разные отрезки режима дня

Примерный перечень упражнений.

Основные движения.

Упражнения в ходьбе и равновесии.

Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен; ходьба мелким и широким шагом, приставным шагом (прямо, в сторону – направо и налево). Ходьба с изменением направления, на наружных сторонах стоп; со сменой ведущих, парами, в колонне; между линиями, по линиям, шнуру, по наклонной и прямой, ребристой доске, гимнастической скамейке, бревну, с перешагиванием через предметы, сохраняя правильную осанку.

Упражнения в беге.

Бег на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне и в разных направлениях (по кругу, змейкой и враспынную). Непрерывный бег в медленном темпе (в течение 1- 1,5 мин). Бег со средней скоростью (на расстояние не более 60 м). Челночный бег (три раза по 10 м). Бег на скорость 30 м.

Упражнения в прыжках.

Прыжки на месте на одной и двух ногах, с продвижением вперед, с поворотами: ноги вместе, ноги врозь. Прыжки через несколько линий, через предметы (высота предметов 5-10 см); прыжки с высоты (20-25 см); прыжки в длину с места (не менее 70 см), через короткую скакалку (в конце года).

Упражнения в катании, бросании, ловле, метании.

Прокатывание мячей, обручей друг другу, между предметами. Бросание мяча друг другу разными способами (снизу, из-за головы) и ловля его; перебрасывание мяча двумя руками. Бросание мяча вверх, о землю (об пол) и ловля его двумя руками (4-5 раз). Отбивание мяча о землю правой и левой рукой (5 раз подряд). Метание предметов на дальность, в горизонтальную (с расстояния 2м) и вертикальную (высота мишени 1,5 м) цель. Прокатывание набивных мячей (весом 0,5 кг).

Упражнения в ползании, лазании.

Ползание на четвереньках по прямой (расстояние не более 10 м), между предметами, по доске, скамейке. Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками. Ползание через бревно, скамейку, обруч, другое нестандартное оборудование. Лазание по гимнастической стенке с одного пролета на другой.

Спортивные упражнения.

Передвижение на лыжах санках, скольжение по ледяным дорожкам.

Ходьба на лыжах по лыжне скользящим шагом, выполняя повороты на месте перееступанием; подъем на склон ступающим шагом, ходьба по лыжне (не более 500 м). Скатывание на санках с горки, подъем на горку, торможение при спуске с нее. Скольжение по ледяной дорожке.

Плавание.

Знакомство с правилами поведения на воде. Упражнения в воде: выполнение движений ногами, сидя в воде (вверх, вниз); погружение в воду до подбородка; опускание лица в воду; произвольное плавание.

Езда на трех колесном велосипеде. Езда на велосипеде по прямой дорожке с остановкой.

Подвижные игры.

Игры с бегом: «Самолеты», «Цветные автомобили», «У медведя во бору», «Птички и кошка», «Найди себе пару», «Лошадки», «Бездомный заяц», «Ловишки».

Игры с прыжками: «Зайцы и волк», «Лиса в курятнике», «Зайка серый умывается», «Кто лучше прыгает», «Из класса в класс (поезд, улитка, божья коровка, елка)».

Игры с ползанием и лазанием: «Пастух и стадо», «Перелет птиц», «Котята и щенята», «Змея».

Игры с бросанием и ловлей: «Подбрось и поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку», «Попади в обруч».

Игры на ориентировку в пространстве: «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел», «Кто сказал "Мяу"».

Обще развивающие упражнения: упражнения для кистей рук для развития и укрепления мышц плечевого пояса; для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника; для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.

Дифференцированные игры для детей с высоким уровнем двигательной активности.

Игры и упражнения на координацию: «Не упади», «Удержись», «Кружись, не упади», «Великаны и гномы», «Через болото».

Игры и упражнения на ловкость: «Пролезь в обруч», «Зайка», «Прокати мяч», «Не задень», «Попади в круг», «Ручеёк», «Кто дальше бросит мяч (снежок)», «Принеси игрушку», «На прогулку», «Перелезь через бревно».

Игры и упражнения на внимание и быстроту движений: “Стань первым”, «Найди себе пару».

Игры и упражнения на внимание и координацию: «Один – двое».

Игры и упражнения на ориентировку в пространстве: «Вернись на место».

Игры и упражнения на координацию и ловкость: «Бабочки и лягушки», «Не звени, звоночек».

Игры и упражнения на развитие ловкости и точности движений: «Лови – бросай», «Не замочи ножки», «Попади в воротаки».

Игры и упражнения на внимание и ловкость: «Слушай сигнал».

Дифференцированные игры для детей с низким уровнем двигательной активности.

Игры и упражнения на быстроту реакции: «Не боюсь!», «Долгий путь по лабиринту», «Мяч с горки», «Прокати мяч», «Волчек», «Быстро возьми и быстро положи предмет».

Игры и упражнения на быстроту движения: «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».

Игры и упражнения на ловкость: «Кто дальше прыгнет», «Поймай комара», «Дрессированные дельфины».

Игры и упражнения на координацию: «Прыгни – повернись».

2.1.2.3. Дети шестого года жизни.

Программные задачи:

Забота о психическом и физическом здоровье детей. Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия.

- Обеспечивать комфортный эмоциональный микроклимат в группе детского сада, в котором ребенок чувствует себя защищенным и принимаемым педагогами и детьми.
- Содействовать укреплению эмоциональных связей между детьми и их родителями.
- Упражнять детей в умении находить положительные стороны во всех сферах жизни, применении правила «не думать и не говорить плохо о себе и других».
- Организовывать разнообразную двигательную активность детей в разных формах (утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, подвижные игры и др.).
- Продолжить работу по осуществлению мероприятий, способствующих сохранению здоровья детей, закаливанию, повышению защитных сил организма.

- Осуществлять контроль за формированием правильной осанки.
- Обеспечивать рациональный режим дня, сбалансированное качественное питание, достаточное пребывание на воздухе; соблюдать оптимальный температурный режим в помещении.
- Продолжать поддерживать родителей в самообразовании в вопросах охраны и укрепления здоровья детей, в стремлении участвовать в педагогическом процессе и жизни детского сада в целом.

Формирование культурно-гигиенических навыков

- Способствовать развитию самостоятельности детей в выполнении культурно-гигиенических правил.
- Продолжать совершенствовать навыки культурного поведения за столом.
- Воспитывать привычку следить за своим внешним видом (чистотой тела, опрятностью одежды, прически).

Формирование начальных представлений детей о здоровом образе жизни.

- Формировать потребность в бережном отношении к своему здоровью, желание вести здоровый образ жизни.
- Воспитывать потребность соблюдать правила здоровьесберегающего поведения.

Приобщение к физической культуре.

- Расширять у детей представления и знания о многообразии физических и спортивных упражнений.
- Вызывать у детей стремление к выражению своих возможностей в процессе выполнения физических упражнений: правильно оценивать свои силы, мобилизовать их адекватно поставленным целям.
- Приступить к целенаправленному развитию физических качеств: скоростных, скоростно-силовых, силы, гибкости, выносливости.
- Развивать чувство равновесия, координацию движений, улучшать ориентировку в пространстве.
- Закреплять приобретенные ранее умения и навыки в процессе разных форм двигательной активности.
- Обучать элементам техники всех видов жизненно важных движений, спортивным играм и упражнениям.
- Развивать умение ходить и бегать в колонне по одному, по двое, с выполнением различных заданий педагога.
- Развивать у детей умение бегать с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, змейкой, врассыпную, с преодолением препятствий. Непрерывный бег не более 2 минут.

- Закреплять умение прыгать с высоты в обозначенное место (не более 30см), прыгать в длину с места и с разбега, прыгать через короткую и длинную скакалку.
- Обучать бросанию мяча: вверх, об пол (о землю) и ловле его двумя руками, перебрасывать мяч из одной руки в другую, друг другу их разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди). Закреплять умение метать предметы на дальность, в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния не более 4 м).
- Совершенствовать навыки ползания, перелезания через различные препятствия, лазанья по гимнастической стенке с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой.
- Осознанно и самостоятельно использовать определенный объем знаний и умений в различных условиях (в лесу, парке при выполнении двигательных заданий).
- Обогащать двигательный опыт детей и формировать у них потребность в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- Способствовать развитию у детей интереса к движению и повышению своих результатов.
- Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА -

ЗАБОТА О ПСИХИЧЕСКОМ И ФИЗИЧЕСКОМ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ

Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия. Продолжается работа по укреплению эмоциональных связей и коррекции детско-родительских взаимоотношений средствами разнообразных форм совместной двигательной деятельности (физкультурные занятия и досуги, праздники, подвижные игры и др.).

Поддерживаются условия эмоционального комфорта в группе детского сада с использованием средств, применяемых в работе с детьми 6-го года жизни. Взрослые (педагоги, родители) стараются на личном примере демонстрировать преимущества ведения здорового образа жизни.

Формирование культурно-гигиенических навыков. Развивается самостоятельность в выполнении элементарных навыков личной гигиены (мытьё рук, умывание, чистка зубов, ополаскивание их после еды, обтирание,

пользование личной расческой, носовым платком). Продолжается совершенствование культуры поведения во время еды: правильно пользоваться столовыми приборами, хорошо пережевывать пищу, соблюдать правильную осанку. Совершенствуются умения детей аккуратно и быстро одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу.

Воспитатель продолжает воспитывать у детей привычку следить за своим внешним видом (за чистотой тела, опрятностью одежды, причёски); ухаживать за своим вещами и игрушками; опрятно заправлять постель (без напоминания взрослого).

Формирование начальных представлений детей о здоровом образе жизни и правилах безопасного поведения.

Обогащаются представления детей о функционировании организма человека. Расширяются представления о важности для здоровья гигиенических и закаливающих процедур, соблюдения режима дня, физических упражнений, сна, пребывания на свежем воздухе, правильного питания. Развиваются умения избегать опасных для здоровья ситуаций, умения привлечь внимание взрослого в случае травмы или недомогания. Расширяются представления о том, как оказывать элементарную помощь себе и другим при ушибах. Воспитывается сочувствие к болеющим детям. Воспитатель рассказывает о факторах, разрушающих здоровье человека, раскрывает возможности здорового человека. Дети под руководством взрослого учатся определять качество продуктов по сенсорным ощущениям. Взрослый даёт начальные представления о правилах ухода за больным (не шуметь; выполнять его просьбы; ухаживать, заботиться о нём); поощряет стремление детей использовать в играх правила здоровьесберегающего поведения.

ПРИБЛИЖЕНИЕ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Оптимизация режима двигательной активности старших дошкольников в детском саду может быть достигнута за счёт ежедневного проведения занятий по физической культуре: три занятия в неделю подгруппами проводятся в первой

половине дня, из них одно занятие – в игровой форме на воздухе. В тёплое время года все занятия рекомендуется планировать на воздухе. При наличии бассейна два занятия посвящено обучению детей плаванию. Длительность занятия не должна превышать 25 минут.

В возрасте 5-6 лет актуальным становится формирование координационных способностей и точности движений. Последовательно применяются более сложные виды и способы ходьбы, бега, прыжков, метания, лазания, удерживание равновесия. Значительное место занимают общеразвивающие упражнения с использованием разных пособий (обручи, мячи и пр.); элементы спортивных игр; ходьба на лыжах, катание на коньках, езда на велосипеде и самокате.

Организация двигательной активности для детей 5-6 лет.

Основные формы и методы	Периодичность и особенности организации детей
Занятие по физической культуре	3 раза в неделю с группой или с подгруппой детей (один раз – на улице) 25 минут
Занятие по обучению детей плаванию	2 раза в неделю с подгруппой детей 25 минут
Игровая утренняя гимнастика	Ежедневно с подгруппой или группой (в теплое время года – на улице) 10-12 минут
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно с подгруппой детей 12-15 минут
Игровая гимнастика после дневного сна с включением общеразвивающих упражнений	Ежедневно с группой детей 10-12 минут
Комплекс общеразвивающих упражнений с проведением беседы, с использованием произведений художественной	1 раз в неделю с подгруппой детей (включены в содержание прогулки, интегрированной образовательной

литературы и рассматриванием иллюстраций	деятельности) не более 10 минут
Дифференцированные игры и упражнения с учетом уровня двигательной активности детей	2 раза в неделю с подгруппой детей (включены в содержание прогулки, интегрированной образовательной деятельности) 5 минут
Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно в разные отрезки режима дня

Примерный перечень упражнений.

Основные движения.

Упражнения в ходьбе и равновесии.

Ходьба на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, с перекатом с пятки на носок, с приставным шагом (вправо и влево), с приседанием, с поворотами. Ходьба по рейке, гимнастической скамейке, наклонной доске (боком и на носках). Перешагивание через набивные мячи и другие предметы. Ходьба и бег по бревну, лестнице. Кружение парами, держась за руки.

Упражнения в беге.

Непрерывный бег в медленном темпе (в течение 1,5-2 мин), бег в среднем темпе (на 80-100 м) в чередовании с ходьбой; челночный бег (3 раза по 10 м). Бег на скорость 30 м.

Упражнения в прыжках.

Прыжки на месте на одной и двух ногах; в чередовании с ходьбой разными способами (скрестно, ноги врозь, вместе, одна нога вперед – другая назад); с продвижением вперед на одной, двух ногах, боком, прямо, через предметы

поочередно. Прыжки с высоты (40-80 см), в обозначенное место, в длину с места на мягкое покрытие (не менее 90 см), в высоту, с разбега. Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад; через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Упражнения в бросании, ловле и метании.

Бросание мяча вверх, о землю (об пол) и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд), бросание мяча вверх и ловля его с хлопками; перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и разными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли). Прокатывание набивных мячей (весом 1 кг). Метание предметов (мяча) на дальность, в горизонтальную и вертикальную цели (с расстояния 3-4 м).

Упражнения в ползании, лазанье.

Ползание на четвереньках змейкой между предметами; ползание на четвереньках толкая головой мяч (на расстояние 3-4м). Лазанье вверх и вниз произвольным способом по гимнастической стенке, по канату. Пролезание в обруч разными способами; лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа и перелезанием с одного пролета на другой.

Строевые упражнения.

Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг. Размыкание в колонне (на вытянутые руки вперед), в шеренге (на вытянутые руки в стороны). Повороты направо и налево.

Спортивные игры. Городки, баскетбол, бадминтон, футбол, хоккей.

Спортивные упражнения.

Передвижение на лыжах, санках, скольжение по ледяным дорожкам.

Ходьба на лыжах скользящим шагом, выполнение поворотов на месте и в движении, подъем на горку лесенкой и спуск с нее. Ходьба по лыжне в медленном темпе (1-2 км). Катание на санках друг друга по кругу; скатывание вдвоем с горки, перепрыгивание санок. Скольжение по ледяной дорожке с разбега, приседая и вставая во время скольжения.

Плавание.

Знакомство с правилами поведения в воде. Упражнения в воде: движения ногами вверх-вниз, сидя в воде; выполнение разнообразных движений руками в воде. Плавание произвольным способом. Скольжение на груди и на спине, выполняя выдох в воду.

Езда на велосипеде и самокате.

Катается на двухколесном велосипеде и самокате по прямой, по кругу, с поворотами и остановками.

Подвижные игры.

Игры с бегом: «Мы веселые ребята», «Мышеловка», «Гуси-лебеди», «Караси и щуки», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Пустое место», «Бездомный заяц».

Игры с прыжками: «Кто лучше прыгает», «Не оставайся на полу», «Удочка», «Кто сделает меньше прыжков», «Классы», «С кочки на кочку».

Игры с ползанием и лазанием: «Пожарные на учении», «Медведи и пчелы», «Кто быстрее до флажка».

Игры с метанием: «Сбей кеглю», «Охотники и зайцы», «Брось до флажка», «Попади в обруч», «Школа мяча», «Серсо», «Мяч водящему».

Общеразвивающие упражнения: упражнения для кистей рук развития и укрепления мышц плечевого пояса; для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника; для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.

Дифференцированные игры для детей с высоким уровнем двигательной активности.

Игры и упражнения на координацию: «Змейка», «Выложи дорогу», «Через болото».

Игры и упражнения на внимание и координацию: «Замороженный».

Игры и упражнения на внимание и ловкость: «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 задень», «Липучки», «Маяк», «Не урони шарик», «Стоп-хлоп», «Путаница».

Игры и упражнения на точность выполнения действий: «Попади в мяч».

Игры и упражнения на внимание и быстроту реакции: «Меняемся местами», «У кого больше».

Игры и упражнения на внимание и быстроту движений: «Быстро по местам».

Игры и упражнения на внимание и ориентировку в пространстве: «Меняемся местами».

Дифференцированные игры для детей с низким уровнем двигательной активности.

Игры и упражнения на быстроту движений: «Догнать соперника», «Пирамида», «Быстрее вверх», «Быстро переложить мяч», «Перебрось мяч», «Догони мяч», «Шмель», «Ударь мяч и догони его», «Поймай мяч», «Задержи мяч», «Волчок», «Бегом в обруч», «Успей взять предмет», «Догони обруч», «Скорее в обруч», «Юла», «Не потеряй», «Скорее до середины», «Удочка», «Успей первым», «Найди свой кубик», «Кто дальше?», «Достань птичку».

2.1.2.4. Дети седьмого года жизни.

Программные задачи:

Забота о психическом и физическом здоровье детей. Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия.

- Обеспечивать комфортный эмоциональный микроклимат в группе детского сада, в котором ребенок чувствует себя защищенным и принимаемым педагогами.
- Поддерживать детей и их родителей в стремлении к укреплению эмоциональных связей друг с другом.
- Закреплять позитивное экологическое отношение к себе, другим людям и миру в целом.
- Организовывать разнообразную двигательную активность детей в разных формах (утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, подвижные игры и др.).
- Соблюдать санитарно-гигиенические нормы и правила.
- Продолжать работу по осуществлению мероприятий, способствующих сохранению здоровья детей, закаливанию, повышению защитных сил организма.
- Формировать правильную осанку.
- Обеспечивать рациональный режим дня, сбалансированное качественное питание, достаточное пребывание на воздухе; обеспечивать в помещении оптимальный температурный режим.

Формирование культурно-гигиенических навыков.

- Обогащать представления детей о гигиенической культуре.
- Воспитывать привычку соблюдать культурно-гигиенические правила.
- Совершенствовать навыки культурного поведения во время еды.

Формирование начальных представлений детей о здоровом образе жизни правилах безопасного поведения.

- Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, формировать потребность в бережном отношении к своему здоровью, желание вести здоровый образ жизни.
- Совершенствовать представления детей об особенностях строения и функционирования организма человека.
- Продолжить развивать умение элементарно описывать свое самочувствие, умение обратиться к взрослому в случае недомогания или травмы.

- Учить управлять своим телом, чувствами, эмоциями через гигиену, корригирующие упражнения, релаксацию, аутотренинг.

Приобщение к физической культуре.

- Совершенствовать технику основных движений, добиваясь точности и выразительности их выполнения.
- Развивать физические качества в процессе игр и занятий физической культурой.
Закреплять умения соблюдать заданный темп в процессе ходьбы и бега.
- Упражнять детей в ходьбе по гимнастической скамейке с выполнением разных заданий (поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок, с приседанием и поворотом кругом и др.).
- Развивать координацию движений во время выполнения различных упражнений (ходьба и бег по шнуру, по узкой рейке, кружение с закрытыми глазами).
- Совершенствовать разные виды бега: в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с преодолением препятствий. Непрерывный бег не более 3 минут.
- Совершенствовать разные виды прыжков: прыжки вверх из глубокого приседа, с высоты, с места и с разбега на мягкое покрытие, через короткую и длинную скакалку.
- Развивать умения правильно и четко выполнять разные виды упражнений в бросании, ловле, метании мяча и различных предметов.
- Совершенствовать разные виды лазанья с изменением темпа, сохраняя координацию движений.
- Обучать детей строевым упражнениям: построение в колонну, по одному, в шеренгу; перестроение из одного круга в несколько, в колонну.
- Формировать у детей умение правильно оценивать свои силы и возможности при реализации двигательных задач; соотносить результат движения с величиной приложенных усилий.
- Закреплять у детей приобретенные ранее умения и навыки наблюдать, сравнивать и анализировать движения.
- Учить детей ставить задачу и находить наиболее рациональные способы ее решения, соотносить последовательность, направление, характер действий с образцом педагога.
- Совершенствовать навыки самостоятельного регулирования двигательной активности, чередуя подвижные игры с менее интенсивными и с отдыхом.
- Развивать у детей ориентировку в пространстве в процессе выполнения вариативных двигательных заданий.

СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА - (КГН, ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ)

Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, в том числе эмоционального благополучия. Педагоги вместе с родителями продолжают воспитательно-оздоровительную работу; участвуют в совместном активном досуге (походах, праздниках, подвижных играх и пр.); содействуют становлению физической и психологической готовности детей к школе; заботятся о развитии у детей ценностей созидателей. Поддерживаются условия эмоционального комфорта в группе детского сада.

Формирование культурно-гигиенических навыков.

Воспитывается привычка ежедневно ухаживать за чистотой своего тела, пользоваться индивидуальными средствами гигиены и ухода, причесываться. Развиваются и совершенствуются умения полоскать рот каждый раз после еды, чистить зубы 2 раза в день, пользоваться зубочистками и зубной нитью (под руководством взрослого).

Совершенствуются ранее освоенные представления о культуре поведения при первых признаках простудного заболевания (пользоваться индивидуальным носовым платком, прикрывать им рот при чихании и пр.). Взрослый продолжает обращать внимание на культуру поведения во время приема пищи: на необходимость обращаться с просьбой, благодарить. Закрепляются умения детей быстро и аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своих вещах.

Формирование начальных представлений детей о здоровом образе жизни и правилах безопасного поведения. Дети продолжают знакомиться с особенностями строения и функционирования организма человека.

Формируются элементарные представления о внутренних органах: сердце, легкие, желудок, почки, спинной и головной мозг.

Расширяются представления детей о рациональном питании, значении двигательной активности, соблюдении режима дня, правилах и видах закаливания, о пользе сна и активного отдыха, о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека. Расширяются представления о правилах и видах закаливания.

Взрослые обращают внимание детей на необходимость заботливого и внимательного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Формируется умение описывать свое самочувствие, обращаться к взрослому в случае недомогания или травмы.

ПРИБЛИЖЕНИЕ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Занятия по физической культуре проводятся ежедневно с подгруппой детей в первой половине дня, из них одно занятие – в игровой форме на воздухе. В тёплое время года все занятия рекомендуется планировать на воздухе. При наличии бассейна два занятия посвящено обучению детей плаванию. Длительность занятия по физической культуре не должна превышать 30 минут. Выполнение комплексов физических упражнений носит более сложный характер, вносятся новые элементы спортивных игр. Расширяется сфера использования словесных заданий, указаний, кратких объяснений и сравнений. В процессе организации занятий по физической культуре педагог использует методы страховки и учит детей оказывать помощь и поддержку друг другу. Подвижные игры, приобретая более целенаправленный характер, включают сложные двигательные задания, направленные на развитие двигательного творчества детей.

Организация двигательной активности детей 6-7 лет.

Основные формы и методы	Периодичность и особенности организации детей
-------------------------	---

Занятие по физической культуре	3 раза в неделю с группой или подгруппой детей (один раз – на улице) 30 минут
Занятие по обучению детей плаванию	2 раза в неделю с подгруппой детей 30 минут
Игровая утренняя гимнастика	Ежедневно с подгруппой или группой детей (в теплое время года - на улице) 10-15 минут
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно с подгруппой или группой детей 12-15 минут
Игровая гимнастика после дневного сна	Ежедневно с группой детей с включением общеразвивающих упражнений. 12-15 минут
Комплекс общеразвивающих упражнений с проведением беседы, с использованием произведений художественной литературы и рассматриванием иллюстраций	1 раз в неделю с подгруппой детей (включены в содержание прогулки, интегрированной образовательной деятельности) не более 10 минут
Дифференцированные игры и упражнения для детей с разным уровнем двигательной активности	2 раза в неделю с подгруппой детей (включены в содержание прогулки, интегрированной образовательной деятельности) 5-7 минут
Самостоятельная двигательная деятельность детей	Ежедневно в разные отрезки режима дня

Примерный перечень упражнений.

Основные движения.

Упражнения в ходьбе и равновесии.

Ходьба на носках (с разными положениями рук), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колен, широким и мелким шагом, приставным шагом (вперед и

назад), с изменением направления. Ходьба с преодолением препятствий, по разметкам, в разных построениях. Ходьба с предметами (мешочек с песком, мяч, палка, скакалка). Ходьба с заданиями (с остановкой, с ударами мяча об пол, с приседаниями, с поворотом, на носках). Ходьба по рейке, гимнастической скамейке (прямо и боком), по бревну (прямо и боком), по наклонной доске. Кружение с закрытыми глазами.

Упражнения в беге.

Бег на носках, высоко поднимая колено, сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперед, мелким и широким шагом. Бег с изменением направления, в разных построениях, с изменением темпа, с заданиями. Непрерывный бег (в течение 2-3 мин); челночный бег (от трех до пяти раз по 10 м), бег на скорость 30 м.

Упражнения в прыжках.

Прыжки на месте на двух ногах, с продвижением вперед (прямо, змейкой), на правой, левой ноге, с ноги на ногу, с продвижением вперед на двух и на одной ноге. Прыжки через набивные мячи (5-6 мячей), прыжки вверх из глубокого приседа. Прыжки с высоты (высота не более 40 см), в длину с места (не менее 120 см), с разбега (не менее 150 см), вверх с места. Прыжки через короткую скакалку разными способами, прыжки через длинную скакалку (по одному и парами), прыжки через большой обруч.

Упражнения в бросании, ловле, метании.

Перебрасывание мяча друг другу, снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), через сетку. Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (не менее 20 раз), бросание мяча с хлопками и поворотами. Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность, в неподвижную

и движущуюся мишень. Забрасывание мяча в корзину.

Упражнения в ползание, лазанье.

Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; «по-пластунски», лежа на животе (по гимнастической скамейке); на спине, подтягиваясь двумя руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дуги разных размеров. Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа и с сохранением координации; перелезание с одного пролета на другой по диагонали.

Строевые упражнения.

Построение в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, трое в процессе движения.

Спортивные игры.

Городки, баскетбол, бадминтон, футбол, хоккей, элементы настольного тенниса.

Спортивные упражнения.

Передвижение на лыжах, санках, скольжение по ледяным дорожкам.

Ходьба на лыжах ступающим шагом по прямой без палок; скользящим шагом с движением рук, со сложенными за спиной руками; попеременный двухшажный ход; ходьба по лыжне в медленном темпе (1-2 км); поворот переступанием на месте и в движении; подъем на склонах «елочкой» и «лесенкой»; спуск с горки в низкой и высокой стойке; торможение «плугом».

Катание на санках, толкая санки сзади, объезжая обозначенный ориентир и возвращаясь назад; катание друг друга. Спуск с горы на санках, доставая рукой подвешенный предмет (колокольчик, ленту); спуск с горы, управляя санками с помощью ног. Катание на ровном месте, сидя на санках спиной вперед и отталкиваясь ногами.

Плавание.

Упражнения для освоения водной среды: движения ног с опорой и без опоры с различными положениями рук; одновременные и поочередные движения рук стоя, наклонившись вперед, продвигаясь вперед по дну, согласованные движения ног. Обучение плаванию разными способами (на боку, кролем на спине). Плавание с надувной игрушкой или кругом в руках; проплывание произвольным стилем (10 м), выполняя разнообразные упражнения в воде.

Подвижные игры.

Игры с бегом: «Ловишка, бери ленту», «Перемени предмет», «Жмурки», «Горелки», «Два Мороза», «Краски», «Хитрая лиса», «Ловишки- перебежки», «Совушка».

Игры с прыжками: «Охотники и зайцы», «Удочка», «Волк во рву», «Не замочи ног», «Лягушки и цапля», «Прыгни-повернись», «Прыгни-пригнись», «Добеги и прыгни», «Попрыгунчики», «Лягушки в болоте».

Игры с метанием и ловлей: «Ловишки с мячом», «Мяч через сетку», «Кто дальше бросит», «Поймай мяч», «Кого называли, тот и ловит мяч».

Игры с элементами соревнования: «Чья команда пробедит», «Кто скорее добежит через препятствия к флажку», «Чья команда забросит больше мячей в корзину».

Общеразвивающие упражнения: для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса; для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника; для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног.

Дифференцированные игры для детей с высоким уровнем двигательной активности.

Игры и упражнения на координацию: «Попади в мяч», «Дружные пары», «Петушины бои», «Гимнасты», «Спрыгни и развернись», «Не урони мешочек», «Донеси мешочек».

Игры и упражнения на ловкость: «Не задень веревку».

Игры и упражнения на координацию и ловкость: «Петрушка», «Положи-подними», «Не урони шарик».

Игры и упражнения на внимание и координацию: «Бельбоке», «Найди предмет по назначению».

Игры и упражнения на координацию и ловкость: «Перекасти назад».

Игры и упражнения на внимание и ловкость: «Поверни», «Нитка с иголкой», «Воротики», «Мяч сквозь обруч», «Ловля бабочек», «Картинки».

Игры и упражнения на точность выполнения действий: «Не теряй пару».

Игры и упражнения на внимание и быстроту реакции: «Меняемся местами», «Переправа через реку».

Игры и упражнения на внимание и ориентировку в пространстве: «Не опоздай».

Дифференцированные игры для детей с низким уровнем двигательной активности.

Игры и упражнения на быстроту движений: «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».

Игры на быстроту движений и ловкость: «Успей поймать», «Не урони мяч», «Играй, но обруч не теряй».

Игры и упражнения на ловкость: «Дни недели», «Гребцы», «Поймай мяч в воздухе».

Игры и упражнения на быстроту движений: «Успей поймать».

Игры и упражнения на координацию: «Кто быстрее соберет пирамиду?»

2.2. Здоровьеформирующие технологии, способствующие реализации образовательной области «Физическое развитие».

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании

Применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. Другими словами целью здоровьесберегающих технологий является обеспечение ребенку возможности сохранения здоровья, формирование у него необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни.

Применительно к взрослым – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДООУ и валеологическому просвещению родителей.

Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ):

- 1) системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участников;
- 2) качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровье учащихся и педагогов;
- 3) технологическая основа здоровьесберегающей педагогики.

<i>Понятие</i>	<i>Определение</i>
«технология»	- это, прежде всего, системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения знаний с учетом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящий своей задачей оптимизацию форм образования (ЮНЕСКО).
«педагогическая технология»	- строго научное прогнозирование (проектирование) и точное воспроизведение педагогических действий, которые обеспечивают достижение запланированных результатов (В.А. Сластенин).
«образовательная	- это процесс воспроизведения педагогических действий из арсенала педагогического и методического

<i>Понятие</i>	<i>Определение</i>
<i>технология педагогики здоровьесбережения</i>	инструментариев в рамках связи «Педагог – учащийся», осуществляемых посредством системного использования форм, средств и методов, которые обеспечивают достижение запланированных результатов с учетом целей и задач педагогики здоровьесбережения.
<i>«здоровьесберегающая технология»</i>	- это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.
<i>«здоровье»</i>	- это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов (ВОЗ).
<i>«здоровье физическое»</i>	- это совершенство саморегуляции в организме, максимальная адаптация к окружающей среде.
<i>«физическая активность»</i>	- естественная потребность здорового, развивающегося организма в движении (в детские годы выступает как предпосылка психического развития ребенка).
<i>«здоровье психическое»</i>	- это высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности.
<i>«психическая активность»</i>	- потребность нормально развивающегося ребенка в познании окружающей жизни: природы, человеческих отношений; в познании самого себя.
<i>«здоровье социальное»</i>	- это моральное самообладание, адекватная оценка своего «Я», самоопределение личности в оптимальных условиях микро-, и макросреды (семье, школе, социальной группе).
<i>«социальная активность»</i>	проявляется в поведении, направленном на поддержание и выполнение правил, в стремлении помочь выполнять эти правила своим сверстникам.
<i>«здоровье нравственное»</i>	- это комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информативной сферы жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе. Нравственным здоровьем опосредована духовность человека, так как оно связано с общечеловеческими истинами добра, любви, милосердия и красоты.

Концепция модернизации российского образования предусматривает создание условий для повышения качества общего образования и в этих целях, наряду с другими мероприятиями, предполагает создание в образовательных учреждениях условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников. Согласно современным представлениям целью образования является всестороннее развитие ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья.

Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий зависит от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий дошкольного образовательного учреждения (ДОУ), профессиональной компетентности педагогов, а также показаний заболеваемости детей

Современные здоровьесберегающие технологии.

<i>Виды здоровьесбере- гающих педагогических технологий</i>	<i>Время проведения в режиме дня</i>	<i>Особенности методики проведения</i>	<i>Ответственный</i>
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
Стретчинг	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста в физкультурном или музыкальном залах либо в групповой комнате, в хорошо проветренном помещении	Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием. Опасаться непропорциональной нагрузки на мышцы	Руководитель физического воспитания
Ритмопластика	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста	Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям	Руководитель физического воспитания, музыкальный руководитель,

		ребенка	педагог ДО
Динамические паузы	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	Воспитатели
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются есоответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр	Воспитатели, руководитель физического воспитания
Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	Воспитатели, руководитель физического воспитания, психолог
Технологии эстетической направленности	Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др. Для всех возрастных групп	Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса	Все педагоги ДОУ

Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Воспитатели, логопед
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога	Все педагоги
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги
Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ	Воспитатели
Гимнастика корректирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей	Воспитатели, руководитель физического воспитания

Гимнастика ортопедическая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы	Воспитатели, руководитель физического воспитания
2. Технологии обучения здоровому образу жизни			
Физкультурное занятие	2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Ранний возраст - в групповой комнате, 10 мин. Младший возраст- 15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший возраст - 25-30 мин.	Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДООУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	Воспитатели, руководитель физического воспитания
Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом	Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности	Воспитатели, психолог
Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста	Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.	Воспитатели, психолог
Занятия из серии «Здоровье»	1 раз в неделю по 30 мин. со ст. возраста	Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития	Воспитатели, руководитель физического воспитания,

			педагог-валеолог
Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму	Воспитатели, ст. медсестра, руководитель физического воспитания
Точечный самомассаж	Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего возраста	Проводится строго по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов. Используется наглядный материал	Воспитатели, ст. медсестра, руководитель физического воспитания
Биологическая обратная связь (БОС)	От 10 до 15 сеансов работы с компьютером по 5-10 мин. в специальном помещении. Рекомендуются со старшего возраста	Необходимы соблюдение правил работы за компьютером. Рекомендуются специальная методика для дошкольников	Педагог-валеолог, специально обученный педагог
3. Коррекционные технологии			
Арттерапия	Сеансами по 10-12 занятий по 30-35 мин. со средней группы	Занятия проводят по подгруппам 10-13 человек, программа имеет диагностический инструментарий и предполагает протоколы занятий	Воспитатели, психолог
Технологии музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения	Все педагоги

	поставленных целей	эмоционального настроения и пр.	
Сказкотерапия	2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей	Воспитатели, психолог
Технологии воздействия цветом	Как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач	Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка	Воспитатели, психолог
Технологии коррекции поведения	Сеансами по 10-12 занятий по 25-30 мин. со старшего возраста	Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек. Группы составляются не по одному признаку - дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический инструментарий и протоколы занятий	Воспитатели, психолог
Психогимнастика	1-2 раза в неделю со старшего возраста по 25-30 мин.	Занятия проводятся по специальным методикам	Воспитатели, психолог

Фонетическая ритмика	2 раза в неделю с младшего возраста не раньше чем через 30 мин. после приема пищи. В физкультурном или музыкальном залах. Мл. возраст-15 мин., старший возраст-30 мин.	Занятия рекомендованы детям с проблемами слуха либо в профилактических целях. Цель занятий - фонетическая грамотная речь без движений	Воспитатели, руководитель физического воспитания, логопед
----------------------	--	---	---

Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Ранний возраст.

Программа «Будь здоров, малыш!» Т.Э. Токаева.

Задачи:

1. Обеспечивать развитие ребенка как субъекта физкультурно-оздоровительной деятельности: учить проявлять интерес и положительное отношение к себе, своему «физическому Я», физической культуре и здоровью, проявлять двигательную активность, самостоятельность, инициативу.

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации содержания, способы и направления поддержки детской инициативы.

Формы и виды физкультурно–оздоровительной деятельности:

1. Двигательный режим.

Двигательный режим ребенка в детском саду и семье состоит из ряда организованных взрослым форм работы и самостоятельной деятельности ребенка. Он основывается на удовлетворении биологической потребности ребенка в движении, которая составляет для детей с 1 года до 1 года 6 мес. – 3-4 тысячи шагов; с 1 года 6 мес. до 2 лет – 4-5 тысяч шагов; с 2 до 3 лет – 5-6 тысяч шагов за 10 часов. Оптимальный двигательный режим для детей с 1 до 3 лет включает следующие формы двигательной активности: различные виды гимнастик, физкультурные занятия, игры и

индивидуальные формы совместной двигательной деятельности по развитию движений на прогулках, и самостоятельную двигательную деятельность.

2. Утренняя гимнастика.

Утренняя гимнастика проводится ежедневно до завтрака в облегченной форме и в хорошо проветренном помещении с постоянным доступом свежего воздуха в холодное время года, желательно освежать воздух с помощью лампы Чижевского. Упражнения объединяются сюжетом: «Стираем дочке белье», «Петушок», «Воробышки» и проводятся с небольшой подгруппой детей одновременно. Взрослый использует «метод пассивных движений», подражание, имитацию. Обязательно включаются упражнения на плечевой пояс, для разогрева мышц и активизации дыхательной, сердечно – сосудистой системы, затем используются упражнения «мышечного корсета» из и.п. лежа, сидя. Желательно, включать 1-2 упражнения для формирования правильной осанки – из и.п. лежа на спине: «бревнышки покатались», «греем животик, ножки, ручки на солнышке» и др.

Взрослый выполняет все упражнения вместе с детьми, в качестве ритмического сопровождения при выполнении упражнений могут быть использованы слова, указывающие действия, хлопки, погремушки, барабан. Когда малыши уверенно выполняют движения, необходимо подобрать музыкальное сопровождение.

Комплекс упражнений для утренней гимнастики используется с детьми 1-2 лет – 4 недели, 2-3 лет – 2 недели.

3. Игры и совместная двигательная деятельность по развитию движений на прогулке.

Это вид двигательной деятельности проводится с детьми 2 раза в день. Используются подвижные игры и игровые упражнения с простым содержанием, несложными движениями: «Догони мяч», «Иди к флажку», «Извилистая дорожка», «След в след», «Поезд», «Лошадки», «Пузырь» и др. Многие подвижные игры выполняются в паре со взрослым (игры с мячом, упражнения в равновесии и др.) Взрослый побуждает детей к играм с игрушками двигателями. Индивидуальные занятия с детьми включают только разминочную часть, состоящую из упражнений, подготавливающих к освоению или закреплению двигательного действия. Продолжительность такого занятия 6-8 минут, так как подвижная игра на нем не проводится и используется только одно разучиваемое движение.

4. Воздушные ванны и водные процедуры перед, после дневного сна в сочетании с гимнастикой.

Этот вид физкультурно–оздоровительной деятельности проводится с детьми ежедневно. Закаливание воздухом должно предшествовать закаливанию водой, наилучшая температура в помещении, где находятся дети с 1 года до 3 лет +23⁰С. Влажность воздуха в пределах 60%. Закаливание водой начинают с наиболее слабых, местных, водных процедур – самостоятельного умывания и обтирания. Процедуру обтирания начинают с обтирания рук, ног, а затем обтирается туловище, грудь, живот, спина. Начальная температура воды +28⁰С, т.е. близка к температуре открытых частей тела. Через каждые 1 – 2 дня уменьшают температуру воды на 1-2 градуса, снижая ее до 18⁰С. Затем можно начать обливание ног с постепенным снижением температуры воды (начальная +30⁰, конечная +18⁰), а также водой контрастных температур (температура теплой воды +35 – 36⁰, прохладной +18⁰). После проведения водных процедур детям предлагается 1-2 игры средней и малой подвижности, или ходьба по сенсорным дорожкам (шипы, реечки, пуговицы, засушенный мох, камушки по 30 - 40 см), комплекс из 2-3 общеразвивающих упражнений под музыку. Одежда детей в помещении должна быть облегченной (хлопчатобумажное белье, платье или рубашка, на ногах носки, туфли). Закаливание должно происходить и во время сна детей. Температура воздуха в спальном комнате в холодный период года + 16-18⁰. Хороший закаливающий эффект в условиях Среднего Урала дает организация сна на воздухе, на неотапливаемой веранде +10⁰С. Состояние теплового комфорта достигается путем одежды: пижама, носки, косынка, спальный мешок, покрывало теплое одеяло. Такие рекомендации основаны на климатических особенностях Уральского региона и многолетнем опыте педагогов раннего возраста.

Дошкольный возраст

Программа физического и валеологического развития детей дошкольного возраста «Азбука здоровья» Т.Э. Токаева

Комплексная программа «Мы живём на Урале» О.В. Толстикова.

Технология «Обучение детей плаванию в детском саду» Осокина...

Задачи:

1. Формировать активное отношение ребенка к своему «физическому Я» и здоровью, как главной ценности жизни через приобщение к физической культуре: развивать потребность к разнообразной двигательной деятельности и активности, обеспечить физическую готовность ребенка к школе, его способность успешно войти в новый режим и условия учебной деятельности, сохранить высокую работоспособность и преодолеть неизбежные трудности без потерь для своего физического и психологического здоровья, осознавать свое «физическое Я» и понимать зависимость между состоянием своего здоровья и развитием двигательных способностей, выполнением способов физкультурно–оздоровительной деятельности.

2. Содействовать развитию субъектного опыта физкультурно–оздоровительной деятельности у детей 3-7 лет.

3. Способствовать освоению ребенком простейших правил народных подвижных игр.

4. Создавать условия для ознакомления ребенка со спортивными упражнениями народов Среднего Урала, обогащая его двигательный опыт: ходьба на лыжах, катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам.

5. Воспитывать потребность вступать в общение с взрослым и другими детьми при выполнении спортивных упражнений, в народных подвижных играх.

6. Создавать условия для приобщения ребенка к правилам безопасного, здоровьесберегающего поведения дома, в детском саду, на улице, на водоеме, на дороге, осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека ситуациям.

7. Создавать условия для активного накопления ребенком первичных представлений о строении тела человека, его основных частях, их назначении, правилах ухода за ними, умения обращаться за помощью в ситуациях, угрожающих здоровью.

8. Поддерживать собственную созидательную активность ребенка, его способность самостоятельно решать актуальные проблемы и задачи безопасного, разумного поведения в разных ситуациях.

9. Способствовать самостоятельному переносу в игру правил здоровьесберегающего поведения.

10. Развивать двигательный опыт ребенка с использованием средств ближайшего природного и социального окружения, стимулировать двигательную активность, стремление к самостоятельности, к соблюдению правил, через подвижные игры народов Урала.

11. Способствовать формированию полезных привычек здорового образа жизни с использованием местных природных факторов. Познакомить ребенка с определенными качествами полезных продуктов.

12. Содействовать развитию двигательного творчества и инициативы, добиваясь выразительного и вариативного выполнения движений в традиционных для Урала спортивных играх и упражнениях.

13. Способствовать формированию представлений ребенка о пользе закаливания, режима жизни и о зависимостях между особенностями климата Среднего Урала и традиционных способах сохранения здоровья жителей Уральского края.

**Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации содержания,
способы и направления поддержки детской инициативы.**

ТРАДИЦИОННЫЕ формы работы по физическому воспитанию:

1. Физкультурное занятие – обучение новым движениям, повторение и закрепление ранее пройденного материала, воспитание физических и нравственно – волевых качеств. (проводится 3 раза в неделю, 1 раз на воздухе).

Типы занятий:

- Обучающие (ознакомление с новым программным материалом);
- Смешанные (разучивание новых движений и совершенствование основных ранее);
- Вариативные (основаны на хорошо знакомом материале, но включает усложненные варианты двигательных заданий).

Виды занятий:

- Тренировочное занятие (направленно на развитие двигательных и функциональных возможностей детей);
- Игровое занятие (построено на основе разнообразных игр «Двигательная угадай - ка» и другие);
- Сюжетно - игровое занятие (сстроится на целостной сюжетно – игровой ситуации);

- Занятия с использованием тренажеров;
- Занятие ритмической гимнастикой (проводится под музыку с включением разных видов ходьбы, бега, прыжков и танцевальных движений);
- Комплексные занятия (направленно на синтез разных видов деятельности).

2. Физкультурно–оздоровительная работа в режиме дня:

- Утренняя гимнастика (ежедневно до завтрака 10 – 12 минут);
- Подвижные игры и физические упражнения на прогулке (час, полтора);
- Физкультурные минутки (1,5 – 2 минуты во время занятий для предупреждения утомляемости и повышения интереса к занятиям);
- Физическая пауза (10 минут для снижения утомляемости);
- Просыпательная гимнастика (после дневного сна, для поднятия настроения, мышечного тонуса, и профилактики нарушений осанки и стопы);
- Закаливание (повышение устойчивости организма к заболеваниям).

3. Активный отдых – обогащение двигательного опыта детей, воспитание командного духа, развитие физических качеств.

- Детский туризм;
- Физкультурный досуг (40 – 50 минут развивает у детей творчески использовать свой двигательный опыт);
- Физкультурные праздники (один час - час двадцать, дети приобщаются к физкультуре и спорту, совершенствуют движения);
- День здоровья (один раз в квартал для оздоровления детей);
- Экскурсии;
- Целевые прогулки по территории детского сада и за его пределами.

4. Самостоятельная двигательная деятельность детей – способствует укреплению здоровья, улучшению физического развития всех систем организма (утром, на прогулке, после сна, вечером). Она включает в себя
- дидактические игры формируют представления детей о пользе занятий физической культурой и ЗОЖ,;

- совместную с партнерами двигательную деятельность на основе используемых схем и алгоритмов, моделирующих последовательность действий ребенка при организации подвижной игры, выполнении физкультурного или спортивного упражнения;

- простейшую поисковую деятельность, связанную с темой «спорт и здоровье»;

5. Задания на дом (воспитание ЗОЖ, используя воспитательный потенциал семьи);

6. Коррекционная работа (по плану специалистов);

7. Индивидуальная работа с детьми (проводится в течение дня);

8. Взаимодействие с родителями:

- Родительские собрания;
- Индивидуальные задания на дом;
- Совместное проведение физкультурных праздников и досугов;
- Информационный материал (папки - передвижки).
- Выставки детских или совместно подготовленных с родителями коллекций, картин, фотографий, проектов: «Полезные для здоровья предметы и вещи», «Обереги здоровья», «Наши добрые помощники» (об органах чувств) и др.;
- Создание чудесной книги здоровья, книги витаминов;
- Коллекционирование, выставка полезных предметов (для здоровья);
- Тематические конкурсы, соревнования с участием детей и родителей на темы укрепления здоровья («Папа, мама, я - спортивная семья», «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья», «Безопасная улица» и др.);
- рассматривание детских фотографий родителей, бабушек, дедушек, воспитателя на физкультуре, на соревнованиях; знаменитых спортсменов малой родины, родного края;

9. Секционно–кружковая работа (по интересам детей в период ЛОК).

10. Стихи, пословицы, поговорки о здоровье, закаливании, гигиене, культуре еды и др.;

11. Образовательные ситуации и игровые тренинги, обеспечивающие углубление представлений о правилах безопасного поведения и знакомство с приемами первой помощи в случае травмы;

12. Создание наглядных пособий (моделей, плакатов, макетов, коллажей), позволяющих закрепить представления о правилах безопасного поведения;

13. Беседы, чтение детской художественной литературы, рассматривание картин, фотографий, просмотр видеофильмов, компьютерных презентаций о различных видах спорта традиционных для Среднего Урала, знаменитых спортсменах родного города (села), края;

14. Обсуждение с детьми их опыта организации совместных народных подвижных игр;

НЕТРАДИЦИОННЫЕ формы работы по физическому воспитанию:

1.Оздоровительное закаливание:

- Ходьба босиком;
- Обливание ног после прогулки;
- Обтирание.

2.Бассейн.

3. Самостоятельная двигательная деятельность детей в центре «Здоровья».

4. Групповые традиции

5. Массаж тела.

III. Организационный раздел

3.1. Описание материально-технического обеспечения рабочей программы инструктора по физической культуре

Материально-техническое обеспечение реализации Программы соответствует:

1) требованиям, определяемым в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами в том числе:

- к зданиям, помещениям и участкам образовательной организации;
- к водоснабжению, канализации, отоплению и вентиляции зданий и помещений образовательной организации;
- к набору и площадям образовательных помещений, их отделке и оборудованию;
- к искусственному и естественному освещению образовательных помещений;
- к санитарному состоянию и содержанию помещений;
- к оснащению помещений для качественного питания воспитанников;

2) требованиям, определяемым в соответствии с правилами пожарной безопасности;

3) требованиям к оснащённости помещений для работы медицинского персонала в образовательной организации.

Образовательное пространство оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем.

Обязательная часть

3.2. Описание обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Наличие печатных и электронных образовательных и информационных ресурсов, которые предполагается использовать при осуществлении образовательной деятельности в группе общеразвивающей направленности для детей дошкольного возраста

Образовательная область (модуль)	Образовательная программа из комплекса вариативных	Кол-во	Учебные издания (методическое пособие, материалы, методики, технологии)	Кол-во	Ресурсы (печатное, электронное)
Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию.				1	Печатный
Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования. Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию.				1	Электронный
Антология дошкольного образования: Навигатор образовательных программ дошкольного образования: сборник. – М.: Издательство «Национальное образование», 2015.				1	Электронный
Навигатор образовательных программ дошкольного образования [Электронный ресурс].— Режим доступа: http://Navigator.firo.ru .					Электронный
Обязательная часть					
основной общеобразовательной программы – образовательной программы дошкольного образования					
Физическое развитие	1. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования программа «Мир открытий» авт . коллектива под рук. Л.Г.Петерсон,М, Цветной мир, 2014*	11 Электронный			

Условное обозначение * содержание данного пособия, методики, программы используются для реализации других образовательных областей

3.3. Распорядок и режим дня, особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

Основой планирования образовательного процесса в ДООУ стали события актуального, природного и историко – культурного календарей. Они же обеспечивают ритмизацию жизнедеятельности в детском саду.

Образовательная организация функционирует в режиме полного дня (группы общеразвивающей направленности 12 - часовое пребывание детей) и 5-дневной рабочей недели, исключая праздничные и выходные дни.

Общий объём образовательной нагрузки (как непосредственно образовательной деятельности, так и образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов) определяется дошкольной образовательной организацией самостоятельно с учетом:

- действующих санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН);
- Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования;
- направленности групп (общеразвивающей направленности, компенсирующей направленности);
- специфики условий (климатических, демографических, национально-культурных и др.) осуществления образовательного процесса.

Объем образовательной нагрузки является примерным, дозирование нагрузки – условным, обозначающим пропорциональное соотношение продолжительности деятельности педагогов и детей по реализации и освоению содержания дошкольного образования в различных образовательных областях, регулируется локальными актами, разработанными в детском саду и утвержденными на Совете педагогов. К ним относятся следующие:

Календарный учебный график регулирует периоды реализации Программы и каникулярные дни. В соответствии с СанПиН определено количество каникулярных дней – недельные каникулы. В дни каникул в учебном году и в летний период педагогические работники детского сада организуют спортивные и подвижные игры; спортивные и музыкальные праздники; экскурсии и другие мероприятия; а также увеличивается продолжительность прогулок. *(см приложение 1)*

Режим дня (распорядок) представляет собой чередование отрезков сна и бодрствования в соответствии с физиологическими основаниями. **Режим дня** зависит от индивидуальных особенностей воспитанников, социального заказа родителей, вида дошкольной образовательной организации и режима её работы.

Режим дня позволяет сформировать положительные динамические стереотипы и обеспечить комфортность пребывания детей в условиях учреждения, а так же сохранить физическое и психологическое благополучие, возникновение у детей чувства защищенности и стабильности.

Представленные примерные режимы дня для групп детей разного возраста разработаны на общей основе:

- ориентации на возрастные, физические и психические особенности и возможности ребенка для своевременного и полноценного детского развития;
- учета определенных индивидуальных особенностей детей (гибкий подход в определении времени жизнедеятельности);
- ритмизации жизненно важных режимных моментов (сон, прием пищи, прогулка);
- строгого соблюдения интервалов между приемами пищи, выделения достаточного количества времени для сна и прогулки;
- учета пребывания детей в помещении и на улице;
- целесообразного соотношения между организованной взрослыми и самостоятельной деятельностью детей для обеспечения права ребенка на самостоятельную деятельность.

При составлении и организации режима дня педагогические работники образовательной организации учитывают обязательные повторяющиеся (стереотипные) компоненты. К ним относятся: время приёма пищи, укладывание на дневной сон, общая длительность пребывания ребёнка на открытом воздухе. Остальные компоненты режима могут меняться.

При составлении режима дня учитываются требования СанПин к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях. Режим дня соответствует возрастным особенностям детей и способствует их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 4-7 лет составляет 5,5-6 часов.

Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3 часов. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом детей домой.

В образовательной организации возможно сокращение дневной прогулки или её организация в функциональных помещениях (физкультурный зал) из-за климатических условий: сильного дождя, ветра и низкой температуры. При температуре воздуха ниже -15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже -20°C и скорости ветра более 15 м/с.

Общая продолжительность суточного сна для детей раннего и дошкольного возраста 12-12,5 часов, из которых до 2-3 ч. отводится дневному сну. Перед сном не рекомендуется проведение подвижных эмоциональных игр.

Детей с трудным засыпанием и чутким сном рекомендуется укладывать первыми и поднимать последними. Во время сна детей Самостоятельная деятельность детей (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная

гигиена) занимает в режиме дня не менее 3-4 ч.

Таким образом, существующий в детском саду режим дня предусматривает:

- чёткую ориентацию на возрастные, физические и психологические возможности ребенка;
- опору на индивидуальные особенности ребенка, что проявляется в подвижном определении времени жизнедеятельности детей;
- выделение достаточного времени для сна и прогулки, строгое соблюдение интервалов между приемами пищи;
 - наличие целесообразного соотношения совместной и самостоятельной детской деятельности, двигательной и интеллектуальной активности детей, соблюдение объема образовательной нагрузки на ребенка (*см. приложение 2*)

Организация образовательной деятельности по программе регулируется учебным планом.

Учебный план определяет максимально допустимый объем образовательной нагрузки, с учётом возраста и индивидуальных особенностей детей. В планах по каждой возрастной группе зафиксированы: образовательные области, виды детской деятельности, время, отведённое на реализацию непрерывной непосредственно образовательной деятельности (*см. приложение 3*).

Количество и длительность занятий, проводимых в рамках реализации Программы, регламентируется СанПиН 2.4.1.3049- Учебный план корректируется расписанием ННОД (*см. приложение 4*).

3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды (РППС)

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства групп образовательной организации, а также ее территории и участков, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей раннего и дошкольного возраста в соответствии с особенностями специфики возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей (в том числе детей разного возраста) и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения. Для этого игрушки, оборудование и прочие материалы для реализации содержания одной образовательной области используются и в ходе реализации содержания других областей, каждая из которых соответствует детским видам деятельности (игровой, двигательной, коммуникативной, познавательно-исследовательской, изобразительной, музыкальной, конструирования, восприятия художественной литературы и фольклора, и др.).

Развивающая предметно-пространственная среда является содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.

Насыщенность среды обеспечивает соответствие возрастным возможностям детей и содержанию Программы.

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) обеспечивают:

- игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными детям материалами (в том числе с песком и водой);
- двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики, участие в подвижных играх и соревнованиях;
- эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением;
- возможность самовыражения детей;
- проявление уважения к их человеческому достоинству к их чувствам и потребностям;
- формирование положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях.

Для детей и раннего возраста образовательное пространство предоставляет необходимые и достаточные возможности для движения, предметной и игровой деятельности с разными материалами.

Трансформируемость пространства обеспечивает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

Полифункциональность материалов обеспечивает:

-возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды, например, детской мебели, матов, мягких модулей, ширм и т.д.;

-наличие полифункциональных (не обладающих жестко закрепленным способом употребления) предметов, в том числе природных материалов, пригодных для использования в разных видах детской активности (в том числе в качестве предметов-заместителей в детской игре).

Вариативность среды обеспечивает:

-наличие различных пространств (для игры, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, игр, игрушек и оборудования, обеспечивающих свободный выбор детей;

-периодическую сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих игровую, двигательную, познавательную и исследовательскую активность детей.

Доступность среды обеспечивает:

-доступность для воспитанников, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность;

-свободный доступ детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, к играм, игрушкам, материалам, пособиям, обеспечивающим все основные виды детской активности;

-исправность и сохранность материалов и оборудования.

Безопасность предметно-пространственной среды обеспечивает соответствие всех ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования.

Как субъекты образования, ребенок и взрослый присутствуют в среде в равных долях. Соблюдается баланс между взрослым и детским присутствием в пространстве и материальной среде группы (детского сада).

К развивающим свойствам элементов созданной РППС можно отнести:

- **Степень «открытости» среды**, связанная с особенностью её структуры и содержания. Существуют такие элементы РППС, которые стимулируют творческую активность и ребенка, и взрослого. Они побуждают придумывать новые задания для детей помимо тех, что предлагаются. Чем больше новых заданий может быть придумано на основе использования элементов РППС, тем выше развивающий потенциал РППС.
- **Степень универсальности** – возможность применять элементы РППС для нескольких программных направлений. Чем для большего числа направлений они могут быть использованы, тем выше его развивающий потенциал.
- **«Автодидактичность»** – структурное свойство игрового средства, которое «указывает» ребенку на его ошибки, сделанные при выполнении того или иного игрового задания. Чем больше заданий с такими «указаниями», тем выше развивающий потенциал элементов РППС.

Наличие перечисленных свойств РППС позволяет педагогам делать выводы о величине развивающего потенциала различных элементов РППС, сравнивать их между собой, и выбирать из них те, которые имеют наибольшие развивающие возможности.

Оценивание развивающих возможностей элементов РППС, формирование перечней на их основе значительно повысит эффективность игровой поддержки образовательного процесса детского сада. Это обусловлено тем, что один развивающий элемент, благодаря своим свойствам, может быть использован для организации развивающих игр с широким диапазоном сложности.

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает:

- построение вариативного развивающего образования, ориентированного на возможность свободного выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения, как с детьми разного возраста, так и со взрослыми, а также свободу в выражении своих чувств и мыслей;
- охрану и укрепление физического и психического здоровья и эмоционального благополучия детей, а также проявление уважения к их человеческому достоинству к их чувствам и потребностям,
- содействует формированию и поддержке положительной самооценки, в том числе и при взаимодействии детей друг с другом и в коллективной работе, уверенности в собственных возможностях и способностях.

Особенностью организация предметно-пространственной среды групп являются **Центры активности детей.**

Примерное наполнение Центра активности детей.

Образовательная область	Виды детской деятельности	Центры активности	Направленность, содержание, насыщение предметно-пространственной среды
Физическое развитие	- игровая и двигательная деятельность, - познавательно – исследовательская деятельность	Центр движения, открытая площадка	- картотека и атрибуты для спортивных и подвижных игр; - подбор литературы, картинок; - д/и валеологического содержания; - беседы по ЗОЖ; - тренажеры; - стандартное спортивное игровое и физкультурное оборудование и атрибуты; - нестандартное физкультурные атрибуты и спортивное игровое и физкультурное оборудование; - настольные игры спортивной тематики (имитация); - дидактические игры спортивной и валеологической тематики; - игрушки – организаторы двигательной активности; - игры и игрушки для развития мелкой моторики, глазомера, координации движений; - оборудование и материалы для релаксации.

Как субъекты образования, ребенок и взрослый присутствуют в среде в равных долях. Соблюдается баланс между взрослым и детским присутствием в пространстве и материальной среде группы (детского сада). Культура взрослого в группе не превалирует в пространстве детского сада.

Для организации занятий по Программе используется помещение - физкультурный зал.

Тип оборудования	Наименование	Кол-во
Для ходьбы, бега, равновесия	Гимнастическая скамья высотой 25 см	2 шт
	Гимнастическая скамья высотой 45 см	2 шт
	Доска гладкая с зацепами	1 шт
	Доска ребристая ширина 15 см	2 шт
	Доска ребристая ширина 20 см	2 шт
	Канат 3 м	1 шт
Для прыжков	Мат гимнастический	1 шт
	Мат гимнастический	1 шт
	Кирпичик мягкий	16 шт
	Брусok мягкий	10 шт
	Куб мягкий большой	2 шт
	Куб мягкий малый	1 шт
	скакалки	10 шт
	Фитболы с ручками	4 шт
	Дорожка прямая	1 шт
	Дорожка «зигзаг»	1 шт
Для катания, бросания и ловли	Мяч диаметром 25 см	20 шт
	Мяч диаметром 20 см	8 шт
	Мяч диаметром 10 см	10 шт
	Мяч диаметром 7 см	10 шт
	Мяч утяжелённый диаметром 20 см	1 шт
	Шарик диаметром 7 см	20 шт
	Мяч теннисный	10 шт
	кегли	20 шт

	Мешочки 400 г	10 шт
	Корзина	1 шт
	Мешочки 100 г	24 шт
Для ползания и лазания	Гимнастическая лестница	1 шт
	Лестница с зацепами	4 шт
	Лесенка – дуга	4 шт
	Цилиндры малые	15 шт
	Фишки	8 шт
	Фишки	6 шт
	Модуль – кольцо	1 шт
	Модуль – полукольцо	1 шт
	Цилиндр с опорами	1 шт
	Тоннель на обручах	1 шт
	Ворота – тоннель	4 шт
	Обручи на опорах	7 шт
Для общеразвивающих, силовых упражнений, и танцев с предметами	Кубики /ребро 10 см	10 шт
	Гантели	20 шт
	Флажки	20 шт
	Султанчики	20 шт
	Обруч диаметр 60 см	8 шт
	Ленточки на кольцах	20 шт
Спортивные и подвижные игры	городки	1 набор
	Баскетбольная корзина	2 шт
	Стойка с б/корзиной и клюшками	2 шт
	Маски, шапочки	20 шт
	Атрибуты /лапки - ляпки/	5 шт
Спортивные упражнения	Лыжи на мягких креплениях	17 пар
	санки	2 шт
	Велосипед на 4 колёсах	2 шт
Музыкально-	фортепиано	1

технический ресурс	магнитофон	1
	бубен	1

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

3.5. Описание обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Образовательные области	Методические материалы и средства обучения и воспитания (учебно-методический комплект Программы части формируемой участниками образовательных отношений ЧФУ)	Кол-во
Физическое развитие	Реализуемые программы и технологии ЧФУ 1. О.В. Толстикова «Мы живем на Урале» 2. Т.Э Токаева программа физического и валеологического развития детей дошкольного возраста «Азбука здоровья» 3. Т.Э Токаева программа развития детей раннего возраста, как субъекта физкультурно- оздоровительной деятельности «Будь здоров, малыш!»	1 печатный вариант 1 печатный вариант 1 печатный вариант

	Осокина «Обучение детей плаванию в детском саду». Е.Н. Вавилова «Учите бегать, прыгать, лазать, метать», 1983 К.С.Бабина «Комплексы УГ в детском саду»,1978 В.Г. Алямовская «Современные подходы в оздоровлении детей дошкольного возраста» 2007г. Сайкина Е. Г. «Са-фи-дан-се» Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» П. Спирина «Закаливание детей» 1978г В.Я.Крамских «Воздух закаливает и лечит», 1986 И.М.Воротилкина «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ», 2004 С.В. Хрущёв, Л.Ф. Беньковская «Гимнастика маленьких волшебников» 2000 В.Я.Лысова, Т.С. Яковлева «Спортивные праздники и развлечения», М. 1999 г. Э.Й.Адашкявичене «Спортивные игры и упражнения в детском саду» 1993 И.М.Бутин «Проложи свою лыжню» 1985 Э.Брюнему и др. «Бегай, прыгай, метай», 1982 А.В. Кенеман «Детские подвижные игры народов СССР», М., Просвещение, 1998 г.	Печатный Печатный Печатный Печатный Печатный Печатный Печатный Печатный Печатный Печатный Печатный Печатный Печатный Печатный печатный
	Дидактические и настольные игры: лото, пазлы . Спортивное домино. Виды спорта. Плакаты. Карточки-схемы с ОВД Карточки с полосой препятствий Картотеки игровых упражнений	

3.6. Распорядок и режим дня, особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

На основе событий актуального, природного и историко–культурного календарей сложились так же традиции детского сада, связанные с его историей, а так же с приоритетным направлением деятельности и содержанием парциальных программ, составляющими ЧФУ образовательной программы.

Эти традиции не только обогащают духовно–практическую жизнь детского сада, но и стали неотъемлемой визитной карточкой учреждения.

- Проведение праздников и развлечений:

- гражданско–патриотической направленности: «Бегом за здоровьем!» /ежегодный марафон «Кросс наций»/, «Лыжня зовёт!» /ежегодный праздник лыжного спорта «Лыжня России»/ «Смелые, умелые, как папы» /посвящённый Дню защитника отечества/, «Спортивный Новоуральск» /виртуальное путешествие по спортивным сооружениям нашего города/, «Зимние забавы» /Мы живём на Урале/.

Оформление фотоматериалов проведения такого рода праздников, съемка их на видео позволяют в течение года «оживлять» впечатления детей, помогая им ощутить положительные эмоции и чувство сопричастности к памятным событиям и русским народным (в т.ч. уральским) традициям средствами физического воспитания.

- Организация ежегодных выставок:

- коллективных работ детей разных возрастных групп по предложенным темам: «Спортивный Новоуральск», «В Новоуральске жить здорово!», «Спорт нам нужен – со спортом дружим!»

- Проведение тематических недель: неделя здоровья с итоговым физкультурным мероприятием «В гости к Мишке» /средний возраст/, «Будь здоров!» и «Чтобы нам не болеть» /старший дошкольный возраст/.

Кроме этого в режиме дня предусмотрены **обязательные традиции**, обеспечивающие развитие детской самостоятельности и инициативности (умения самостоятельно планировать, анализировать и оценивать собственную и коллективную деятельность) и творчества:

Проводимая игра «День открытых дверей для друзей» предполагает использование технологии «Open Space». (открытого образовательного пространства). Она проводится по пятницам, в конце недели. Расписание ННОД составлено с учетом зарезервированного временного промежутка с 11.20 до 12.20, в течение которого дети имеют возможность посетить несколько игровых площадок, организованных по интересам для общения детей разных возрастных групп.

Учет природных региональных особенностей и национально-культурных традиций народов, населяющих уральский регион, влияет на развитие воспитанников детского сада, на формирование у них чувства гражданственности и патриотизма. Это является еще одной из особенностей организации образовательного процесса в детском саду, которая нашла отражение в содержании образовательной программы и рабочих программ педагогов. Кроме методических и дидактических пособий к реализуемой программе О.В. Толстиковой «Мы живем на Урале» многими педагогами детского сада разработаны и используются в работе с детьми старшего дошкольного возраста педагогические и совместные детско–родительские проекты по использованию элементов народного искусства, а так же по формированию интереса к природе Уральского региона: педагогические проекты «Праздники народного календаря», «Куклы наших предков», детско-родительские семейные проекты «Отдыхаем всей семьей на Урале», «Природные достопримечательности Уральского края», «Снежная крепость»... Таким образом, идея об амплификации развития детей дошкольного возраста нашла отражение в использовании данных форм работы, которые предполагают интеграцию различных видов детской деятельности (музыкальной, познавательно-исследовательской, изобразительной, коммуникативной, двигательной, восприятие художественной литературы...). Участвуя в них, дети приобщаются к истории и культуре своего народа, у дошкольников формируется толерантное отношение к разным народам, что способствует их поликультурному развитию.

3.7. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

В части, формируемой участниками образовательных отношений, развивающая предметно-пространственная среда направлена на создание условий (материально-технических):

- для реализации различных образовательных программ (парциальных), в том числе программ, которые учитывают национально-культурные, климатические условия, в которых осуществляется образовательная деятельность;
- для организации инклюзивного образования (в случае его необходимости);

В части, формируемой участниками образовательных отношений для нашего детского сада наиболее педагогически ценными для реализации образовательной деятельности с учетом рекомендаций авторов образовательной программы «Мы живем на Урале» являются материалы и игрушки, обладающие следующими качествами:

- *полифункциональностью* - игрушки и материалы могут быть гибко использованы в соответствии с замыслом ребенка, сюжетом игры и других видов детских деятельности. Тем самым способствуя развитию творчества, воображения, знаковой символической функции мышления и др.;

- *вариативностью* - РППС отвечает принципу вариативности, определяющемуся содержанием воспитания, национально-культурными и художественными традициями, климатогеографическими и географическими особенностям Среднего Урала, сельской местности;

- *принадлежностью к изделиям художественных промыслов Урала* - игрушки, сувениры являются средством художественно-эстетического развития ребенка, приобщает его к миру народно-прикладного искусства и знакомит его с народным художественным творчеством Урала;

- *образно-символичностью* - группа образно-символического материала представлена специальными наглядными пособиями, репрезентирующими детям мир вещей и событий прошлого и настоящего родного села, края.

Предметно-пространственная среда обеспечивает:

1. Возможность реализации сразу нескольких видов интересов детей.
2. Многофункциональность использования элементов среды и возможность её преобразования в целом.
3. Доступность, разнообразие автодидактических пособий (с возможностью самоконтроля действий ребёнка).
4. Наличие интерактивных пособий, сделанных детьми, педагогами и родителями.
5. Использование интерактивных форм и методов работы с детьми, позволяющих «оживить» среду, сделать её интерактивной.

Модуль “Физическое развитие”

Подбор оборудования, методических материалов и средств обучения и воспитания определен задачами физического развития детей.

В зале и группах имеется достаточное количество физкультурного оборудования для обеспечения детей благоприятным уровнем двигательной активности в процессе разных форм физического воспитания дошкольников. Многообразие оборудования и пособий дает возможность продуктивно его использовать в разных видах занятий по физической культуре, при этом создавая их вариативное содержание для развития произвольности движений детей, их самостоятельности и творческих замыслов. Такой материал предоставляет возможность играть в подвижные игры народов Урала, обеспечивает возможность осваивать спортивные игры народов Урала.

Приложения

Приложение 1

**Календарный учебный график
детского сада №51 «Лесовичок», обособленного структурного подразделения
Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения
Новоуральского городского округа - детский сад комбинированного вида «Гармония»
на 2016 (сентябрь) – 2017 (август) учебный год**

Месяц	Календарная неделя №	Учебная неделя №	Рабочие дни	Группа раннего возраста с 1,6 до 2 лет (90 мин, 10 зан/нед)		Группа раннего возраста с 2 до 3 лет (100 мин, 10 зан нед)		2 младшая группа 3-4- года (150 мин, 10зан/нед)		Средняя группа 4-5 лет (200 мин, 10зан/нед)		Старшая группа 5-6 лет (300 мин, 15 зан. в неделю)		Подготови- тельная группа 6-7 лет (540 мин, 17 зан/нед)	
				СОД мин	СамД	СОД мин	СамД	СОД мин	СамД	СОД мин	СамД	СОД мин	СамД	СОД мин	СамД
Сентябрь	35*	1*	2	А+		А+		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +	
	36	2	5	Пед.наблюдение +		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +	
	37	3	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	38	4	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	39	5	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
		Итого		3	5	3	5	3	5	3	5	3	5	3	5
Октябрь	40	6	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	41	7	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	42	8	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	43	9	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	44*	10*	1	18	+	20	+	30	+	40	+	70	+	90	+
		Итого		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Ноябрь	44*	10*	4	72	+	80	+	120	+	160	+	280	+	390	
	45	11	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+

	46	12	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	47	13	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	48*	14*	3	54	+	60	+	90	+	120	+	210	+	300	+
		Итого		5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Декабрь	48*	14*	2	36	+	40	+	60	+	80	+	140	+	210	+
	49	15	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	50	16	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	51	17	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	52	18	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
		Итого		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
Январь	1	19		Выходные, праздничные дни.		Выходные, праздничные дни.		Выходные, праздничные дни.		Выходные, праздничные дни.		Выходные, праздничные дни.		Выходные, праздничные дни.	
	2	20	4	72	+	80	+	120	+	160	+	280	+	390	
	3	21	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	4	22	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	5*	23*	2	36	+	40	+	60	+	80	+	140	+	210	+
		Итого		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Февраль	5*	23*	3	54	+	60	+	90	+	120	+	210	+	300	+
	6	24	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	7	25	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	8*	26*	4	72	+	80	+	120	+	160	+	280	+	390	+
	9*	27*	2	18	+	40	+	60	+	80	+	140	+	210	+
		Итого		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Март	9*	27*	3	54	+	60	+	90	+	120	+	210	+	300	+
	10*	28*	4	72	+	80	+	120	+	160	+	280	+	390	+
	11	29	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	12	30	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	13	31	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
		Итого		5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Апрель	14	32	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	15	33	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	16	34	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	17	35	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
		Итого		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
Май	18	36	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+

	19*	37*	3	Пед.наблюдение +		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +	
	20	38	5	Пед.наблюдение +		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +		Пед.наблюдени е +	
	21	39	5	90	+	100	+	150	+	200	+	350	+	510	+
	22*	40*	3	90	+	60	+	90	+	120	+	210	+	300	+
		Итого		3	5	3	5	3	5	3	5	3	5	3	5
Итого на образовательный период		Учебных недель 39		35	39	34	39	34	39	34	39	34	39	34	39
Месяц	Календарная неделя №	Учебная неделя №	Рабочие дни	Группа раннего возраста с 1,6 до 2 лет (90 мин, 2 зан)		Группа раннего возраста с 2 до 3 лет (100 мин, 2 зан)		2 младшая группа 3-4- года (150 мин, 2 зан)		Средняя группа 4-5 лет (200 мин, 2 зан)		Старшая группа 5-6 лет (300 мин, 15 зан. в неделю)		Подготовительная группа 6-7 лет (480 мин, 3 зан)	
				СОД мин	СамД	СОД мин	СамД	СОД мин	СамД	СОД мин	СамД	СОД мин	СамД	СОД мин	СамД
Июнь	22*	40*	2	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
	23	41*	5	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
	24*	42*	4	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
	25	43	5	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
	26	44	5	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
		Итого			4		4		4		4		4		4
Июль	27	45	5	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
	28	46	5	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
	29	47	5	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
	30	48	5	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
	31*	...49*	1	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
		Итого			4		4		4		4		4		4

Август	31*	49*	4	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
	32	50	5	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
	33	51	5	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
	34	52	5	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
	35*	...53*	4	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+	К	+
		Итого			5		5		5		5		5		5
Итого на оздоровительный период	Календарных недель 15, 22* и 35* недели не полные	13													
Итого за год		39		35	52	35	52	35	52	35	52	35	52	35	52

Примечания:

1* учебная неделя включает 2 дня(01--02.09.);

10* учебная неделя включает 5 дней (31.10 - 04.11);

14* учебная неделя включает 5 дней (28.11- 04.12);

23* учебная неделя включает 5 дней (30.01-03.02)

26* учебная неделя включает 4 дня (23.02 –В)

27* учебная неделя включает 5 дней (27.02-03.03)

28* учебная неделя включает 3 дня (08.03- В)

37* учебная неделя включает 3 дня (08-09.05 -В);

40* учебная неделя включает 3 дня (29.05-31.05.)

Условные обозначения:

СОД — совместная образовательная деятельность

СамД — самостоятельная деятельность

А – адаптационный период

К - каникулы

В - выходной день

П – праздники

В учебном году предусмотрено проведение праздников и развлечений за счет времени, отведенного на СОД (в дни проведения данных мероприятий) в соответствии с Календарем праздников и развлечений основной общеобразовательной программы детского сада № 51 «Лесовичок».

* Взаимодействие с семьей осуществляется во всех структурных компонентах образовательного процесса.

Приложение 2

Режим дня (распорядок дня) в холодный период (уч.год) (с примерным распределением времени на совместную деятельность взрослого и детей и самостоятельную деятельность детей)

Содержание	Форма организации	Виды деятельности	2 ранняя		1 младшая		2 младшая		средняя		старшая		подготовительная	
Прием детей в детский сад. Игры. Утреннее приветствие	САМ/ ВСС СОВ Дд	Предметная Общение со взрослым Самообслуживание Рассматривание картинок Игровая Коммуникативная Труд Познавательно – исследовательская Изобразительная Музыкальная Двигательная	6.30-8.00	90 мин	6.30-8.02	92 мин	6.30-8.10	100 мин	6.30-7.55	85мин	6.30-8.05	95мин	6.30-8.20 7.50-8.30 (на улице)	110мин 40мин

		Конструирование												
Утренняя гимнастика	СОВДРМ	Двигательная Коммуникативная	8.00-8.05	5 мин.	8.02-8.07	5мин	8.10-8.17	7мин.	7.55-8.02	7мин	8.05-8.15	10мин	8.20-8.30	10мин
Чтение худ. лит-ры	СОВ ДД	Восприятие худ. лит-ры Коммуникативная	8.05-8.10	5мин	8.07-8.15	8мин	-	-	8.05-8.20	15мин	-	-	-	-
Подготовка к завтраку. завтрак	СОВДРМ	Трудовая Коммуникативная	8.10-8.45	35 мин	8.15-8.45	30мин	8.17-8.25 8.25-8.45	8 мин 20 мин	8.20-8.30 8.30-8.45	10мин 15мин	8.25-8.35 8.35-8.50	25мин	8.30-8.36 8.36-8.50	20мин
Игры	САМ	Игровая Коммуникативная	8.45-9.00 9.09-9.39	15 мин 30 мин	8.45-9.00 9.09-9.37	15 мин 36 мин	8.45-9.00	15 мин	8.45-9.00	15 мин	8.50-9.00	10мин	8.50-9.00	10мин
Образовательная деятельность	ННОД	Предметная Общение со взрослым Самообслуживание Рассматривание картинок Познавательно – исследовательская Продуктивная Изобразительная Музыкальная Двигательная Коммуникативная	9.00-9.09	9мин.	9.00-9.09	9мин.	9.00-9.15 9.25-9.40	30 мин	9.00-9.20 9.30-9.50	40мин	9.00-9.25 9.35-9.55	45мин	9.00-9.30 9.40-10.10 10.20-10.50	90мин
Перерыв между ННОД	САМ	Игровая Коммуникативная	-	-	-	-	9.15-9.25	10 мин	9.20-9.30	10мин	9.25-9.35	10мин	9.30-9.40 10.10-10.20	20мин
Чтение худ. лит-ры	СОВ ДД	Восприятие худ. лит-ры	9.39-9.45	6 мин	9.37-9.35	8мин	-	-	-	-	-	-	-	-
Подготовка к прогулке Прогулка	СОВДРМ	Трудовая Игровая Коммуникативная	9.45-10.00	15 мин	9.45-10.00	15 мин	9.40-9.55	15 мин	9.50-10.05	15мин	9.55-10.05	10мин	10.50-11.00	10 мин
	СОВ ДД	Предметная Общение со взрослым	10.00-10.20	20 мин	10.00- -	50 мин	9.55-10.15	20 мин	10.05- -	35 мин	10.05-11.00	55 мин	11.00-11.45	45 мин

		Самообслуживание Рассматривание картинок Игровая Коммуникативная Труд Познавательная – исследовательская Изобразительная Музыкальная Двигательная Конструирование			10.30				10.40					
	САМ		10.20-11.00	40 мин	10.30 - 11.00	10 мин	10.15-12.00	105 мин	10.40 - 12.10	105 мин	11.00-12..25	85мин	11.45 - 12.30	45мин
				75мин		75мин		140мин		140мин		150мин		100мин
Возвращение с прогулки, игры,	СОВДРМ САМ СОВ ДД	Трудовая Игровая Труд (самообсл)	11.00-11.25	10 мин 15 мин	11.00 - 11.25	10 мин 15 мин	12.00-12.15	15 мин	12.10 - 12.25	15мин	12.25-12.35	10мин	12.30-12.40	10мин
Чтение худ. лит-ры	СОВ ДД	Восприятие худ. лит-ры Коммуникативная	-	-	-	-	12.15-12.25	10мин	12.25 - 12.35	10мин	12.35-12.45	10мин	12.40-12.50	10мин
Подготовка к обеду, обед	СОВДРМ	Труд Коммуникативная	11.25-12.00	35 мин	11.25 - 12.00		12.20-12.50	30 мин	12.25 - 12.50	30мин	12.45-13.00	15мин	12.45-13.00	15мин
Подготовка ко сну, сон	СОВДРМ	Труд Двигательная Коммуникативная	12.00-15.00	180 мин	12.00 - 15.00	180 мин	12.50-15.00	10мин	12.50 - 15.00	10мин	12.50-15.00	10мин	12.50-15.00	10мин
Постепенный подъем, Воздушные (гимнастика после сна), гигиен. озд процедуры	СОВДРМ	Труд Двигательная Коммуникативная	15.00-15.15	15 мин	15.00 - 15.15	15 мин	15.00-15.30	30мин	15.00 - 15.30	30 мин	15.00-15.30	30 мин	15.00-15.30	30 мин
Подготовка к полднику, полдник	СОВДРМ	Труд Коммуникативная	15.15-15.45	30 мин	15.15 - 15.45	30 мин	15.30-15.45	15 мин	15.30 - 15.45	15мин	15.30-15.45	15 мин	15.30-15.45	15 мин
Игровая д-ть	САМ	Игровая Коммуникативная Изобразительная Познавательная – исследовательская	16.00-16.09.	9 мин.	16.00 - 16.09	9 мин.	15.45-16.15	30 мин	15.45 - 16.15	30 мин	15.45-16.15	30мин	15.45-16.15	30мин

		Изобразительная Музыкальная Конструирование												
Чтение худ. литературы	СОВ ДД	Восприятие худ. лит- ры Коммуникативная	-	-	-	-	16.15- 16.25	10 мин	16.15 - 16.30	15 мин	16.15- 16.30	15мин	16.15- 16.30	15мин
Подготовка к прогулке, прогулка	СОВДРМ СОВ ДД	Предметная Общение со взрослым Самообслуживание Рассматривание картинок Игровая Коммуникативная Труд(саообсл) Познавательная – исследовательская Изобразительная Музыкальная Конструирование	16.10- 16.25 16.25- 17.20	140 мин 70ми н	16.10 - 16.25 16.25 - 17.20	140 мин 70мин	16.25- 16.40 16.40- 18.30	125ми н 70мин	16.30 - 16.45 16.45 - 18.30	120ми н 70мин	16.30- 16.40 16.40- 18.30	120ми н 70мин	16.30- 16.40 16.40- 18.30	120ми н 70мин
	САМ/ ВСС		17.20- 18.30		17.20 - 18.30		17.20- 18.30		17.20 - 18.30		17.20- 18.30	70мин	17.20- 18.30	70мин
ИТОГО:	ПРОГУЛКА		215мин		215мин		265мин		265мин		270мин		220мин + 40 мин	
	ННОД		18		18		30		40		45		90	
	САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ Д-ТЬ		236		251		240		260		245		235	
	ВСС		140 мин		140 мин		140 мин		140 мин		140 мин		140 мин	

САМ самостоятельная деятельность детей/

ВСС – взаимодействие с семьей

СОВДРМ - совместная образовательная деятельность в режимных моментах

СОВДД – совместная образовательная деятельность в других видах детской деятельности

Режим дня (распорядок дня) в теплый период (ЛЮК) (с примерным распределением времени на совместную деятельность взрослого и детей и самостоятельную деятельность детей)

Содержание	Форма организа ции	Виды деятельности	2 ранняя		1 младшая		2 младшая		средняя		старшая		подготовительн ая	
Прием детей в детский сад. Игры. Утреннее приветствие	САМ/ ВСС СОВ ДД	Предметная Общение со взрослым Самообслуживание Рассматривание картинок Игровая Коммуникативная Труд Изобразительная Музыкальная Конструирование Двигательная	6.30- 8.05	95 мин	6.30- 8.10	100 мин	6.30- 8.05	95 мин	6.30- 8.15	105ми н	6.30- 8.25	115ми н	6.30- 8.25	115ми н
							7.50- 8.15 (на улице)	25мин	7.50- 8.25 (на улице)	35мин	7.50- 8.35 (на улице)	45мин	7.50- 8.35 (на улице)	45мин
Утренняя гимнастика	СОВДРМ	Двигательная	8.05- 8.15	10 мин.	8.10- 8.20	10мин	8.05- 8.15	10мин.	8.15- 8.25	10мин	8.25- 8.35	10мин	8.25- 8.35	10мин
Подготовка к завтраку. завтрак	СОВДРМ	Труд Коммуникативная	8.15- 8.45	30 мин	8.20- 8.50	30мин	8.15- 8.45	30 мин	8.25- 8.50	25мин	8.35- 9.00	25мин	8.35- 9.00	25мин
Игры	САМ	Самообслуживание Игровая Коммуникативная Познавательно- исследовательская Рассматривание картинок Изобразительная Музыкальная Конструирование Двигательная	8.45- 9.00	15 мин	8.50- 9.00	10 мин	8.50- 9.00	15 мин	8.50- 9.00	10 мин	-	-	-	-
Подготовка к прогулке Прогулка	СОВДРМ	Труд Игровая	9.00- 9.10	10 мин	9.00- 9.10.	10 мин	9.00- 9.10	10 мин	9.00- 9.05	5мин	9.00- 9.05	5мин	9.00- 9.05	5 мин
	СОВДД	Общение со взрослым Игровая. Восприятие худ/ лит- ры	9.10- 10.20	70 мин	9.10- 10.20	70 мин	9.10- 10.30	80 мин	9.05- 10.40	95 мин	9.05- 11.00	115 мин	9.05- 11.00	115 мин
	САМ	Коммуникативная	10.20- 11.00	40 мин	10.20- 11.00	40 мин	10.30- 12.00	90 мин	10.40- 12.10	90 мин	11.00- 12.25	85мин	11.00 12.30	90мин

		Самообслуживание, Труд Познавательная – исследовательская Изобразительная Музыкальная Конструирование Двигательная		120ми н		120ми н		180ми н		190ми н		205ми н		210ми н
Возвращение с прогулки, гигиенические закаливающие процедуры игры,	СОВДРМ САМ СОВДД	Труд (Самообслуживание) Восприятие худ /лит-ры Игровая	11.00-11.30	30 мин	11.00-11.30	30 мин	12.00-12.15	15 мин	12.10-12.25	15мин	12.25-12.35	10мин	12.30-12.40	10мин
Подготовка к обеду, обед	СОВДРМ	Труд (Самообслуживание)	11.30-12.00	30 мин	11.30-12.00	30 мин	12.15-12.45	30 мин	12.25-12.50	25мин	12.35-13.00	25мин	12.40-13.00	20мин
Подготовка ко сну. сон	СОВДРМ	Труд (Самообслуживание) Двигательная	12.00-15.00	180 мин	12.00-15.00	180 мин	12.45-15.00	135ми н	12.50-15.00	130ми н	13.00-15.00	120ми н	13.00-15.00	120ми н
Постепенный подъем, воздушные (гимнастика после сна), водные процедуры	СОВДРМ	Труд (Самообслуживание) Двигательная	15.00-15.15	15 мин	15.00-15.15	15 мин	15.00-15.15	15мин	15.00-15.30	30 мин	15.00-15.30	30 мин	15.00-15.30	30 мин
Подготовка к пол днику, полдник	СОВДРМ	Труд (Самообслуживание)	15.15-15.45	30 мин	15.15-15.45	30 мин	15.15-15.45	30 мин	15.30-15.45	15мин	15.30-15.45	15 мин	15.30-15.45	15 мин
Игровая. д-ть	САМ	Игровая Коммуникативная Изобразительная Конструирование Двигательная Музыкальная Познавательная – исследовательская Конструирование	15.45-16.00	15мин.	15.45-16.00	15мин.	15.45-16.00	15мин	15.45-16.00	15 мин	15.45-16.00	15мин	15.45-16.00	15мин
Подготовка к прогулке,	СОВДРМ СОВДД	Труд (Самообслуживание)	16.00-16.45	150 мин	16.00-16.45	150 мин	16.00-16.45	150ми н	16.00-16.45	150ми н	16.00-16.45	150ми н	16.00-16.45	150ми н

прогулка		Игровая Двигательная Коммуникативная Трудовая Познавательно – исследовательская Изобразительная Музыкальная Восприятие худ. литературы												
	CAM/ BCC		16.45- 18.30	105ми н	16.45- 18.30	105ми н	16.45- 18.30	105ми н	16.45- 18.30	105ми н	16.45- 18.30	105ми н	16.45- 18.30	105ми н
ИТОГО		ПРОГУЛКА	270мин		270мин		355мин		375мин		400мин		405мин	
		САМОСТОЯТЕЛЬН АЯ Д-ТЬ	270 мин		270 мин		320 мин		325 мин		320 мин		325 мин	
		BCC	200 мин		205 мин		200мин		210 мин		220мин		220 мин	

CAM самостоятельная деятельность детей/

BCC – взаимодействие с семьей

COBДPM - совместная образовательная деятельность в режимных моментах

COBДД – совместная образовательная деятельность в других видах детской деятельности

Приложение 3

Учебный план (обязательная часть и часть, формируемая участниками образовательных отношений (ЧФУ))
ООП ОП ДО
в группах общеразвивающей направленности в детском саду для детей раннего и дошкольного возраста

Образовательная область	Вид детской деятельности	2-ой год жизни	3-й год жизни	4-й год жизни	5-й год жизни	6-й год жизни	7-й год жизни	Формы работы с детьми
		«Зайчик»	«Белочка» «Мишутка» «Малышок»	«Малинка» » «Земляничка»	«Рябинка»	«Ромашка» » «Василек»	«Елочка» «Кленок»	
Обязательная часть								
Познавательное развитие	Познавательно-исследовательская Экспериментировани	2 (9мин)	2 (10мин)	1 (15 мин.)	1 (20 мин.)	3 (50 мин.)	4 (90 мин)	Наблюдение Экскурсия Решение проблемных ситуаций Экспериментирование

	е с материалами и вещами Предметная д-ть и игры с составными и динамическими игрушками							Коллекционирование Моделирование Макетирование Экологическая ситуация Решение логических задач, загадок, ребусов, головоломок Проектная деятельность Мини-музей
Речевое развитие	Коммуникативная Общение со взрослыми Рассматривание картинок	2 (9мин)	1 (10мин)	1 (15 мин.)	1 (20 мин.)	2 (25 мин)	3 (90 мин.)	Чтение и обсуждение Обучение грамоте Ситуативный разговор с детьми Придумывание сказок, рассказов Пересказ
	Чтение (активное восприятие литературы) Общение со взрослыми Рассматривание картинок	1 (9мин)	1 (10мин)	1 (15 мин.)	1 (20 мин.)	1 (25 мин)	1 (30 мин)	
	Социально-коммуникативное развитие Игровая Познавательно-коммуникативная Общение со взрослыми	-	-			1 (25 мин)	1 (30 мин)	Сюжетно-ролевая игра Театрализованная игра Коллекционирование Проектная деятельность Мини-музей
Художественно-эстетическое	Изобразительная Экспериментирование с изоматериалами	1 (9мин)	2 (10мин)	2 (30 мин.) 1 занятия в изостудии, 1 занятие в группе	2 (20 мин.)	2 (50 мин.)	3 (90 ин.) 1 занятия в изостудии, 1 занятие в группе	Творческая мастерская Коллаж Выставка Художественно-эстетическое Картинная галерея Портфолио Рисование, Лепка, аппликация, конструирование
	Музыкальная Восприятие смысла музыки	2 (9мин)	2 (10мин)	2 (30 мин.)	2 (40 мин.)	2 (50 мин.)	2 (60 мин.)	Слушание музыки, рассказов о композиторах, жанрах музыки, певцах и т.д.. Пение. Игра на музыкальных инструментах

								Музыкально-дидактическая игра Песенное творчество Пластические, мимические этюды. Хороводы Выразительное движение Танец. Игра-развлечение
Физическое развитие	Двигательная	2 (9мин)	2 (10мин)	3 (45 мин.)	3 (60 мин.)	3 (100 мин.)	3 (90 мин.)	Подвижная игра Игровая беседа с элементами движений Игровое упражнение
Итого, по обязательной части ООПДО		10 (90мин)	10 (100мин)	10 (150 мин.)	10 (200 мин.)	14 (350 мин.)	17 (510 мин.)	
Максимальный объем образовательной нагрузки по обязательной части ООПДО	Фактический	1ч.30мин (90мин)	1ч.40мин (100мин)	2 ч. 30 мин. (150 мин)	3 ч. 20 мин. (200 мин)	5 ч.50 мин. (350 мин)	8 ч. 30 мин. (510мин)	
	Допустимый (по СанПиН)	1ч.30мин (90мин)	1ч.40мин (100мин)	2 ч. 30 мин. (150 мин)	3 часа 20 мин (200 мин)	5ч. 50 мин. (350 мин)	8 ч. 30 мин. (510 мин)	

Содержание образовательных программ, вошедших в часть, формируемую участниками образовательных отношений реализуется в различных видах совместной с педагогом деятельности (в НОД – непосредственно образовательной деятельности и СОВ ДД - других видах совместной с детьми деятельности). Объем содержания осваиваемого материала определяется самостоятельно педагогами, с учетом интересов и возможностей детей)

Учебный план (ЧФУ ОО) ООП ОП ДО в группах общеразвивающей направленности в детском саду для детей дошкольного возраста

Образовательная область	Вид детской деятельности	2-ой год жизни	3-й год жизни	4-й год жизни	5-й год жизни	6-й год жизни	7-й год жизни	Формы работы с детьми
		«Зайчик»	«Белочка» «Мишутка» «Малышок»	«Малинка» «Земляничка»	«Рябинка»	«Ромашка» «Василек»	«Елочка» «Кленок»	
Часть формируемая участниками образовательных отношений								
Познавательное развитие	Познаватель-но-исследова-тель-ская Экспериментирование с материалами и	-	-	-	-	1 (25 мин)	1 (30мин)	Наблюдение Экскурсия Решение проблемных ситуаций Экспериментирование Коллекционирование

	веществами Предметная д-ть и игры с составными и динамическими игрушками							Моделирование Макетирование Экологическая ситуация Решение логических задач, загадок, ребусов, головоломок Проектная деятельность Мини-музей
Речевое развитие	Коммуникатив ная Общение со взрослыми Рассматривание картинок	-	-	-	-	-	-	Чтение и обсуждение Обучение грамоте Ситуативный разговор с детьми Придумывание сказок, рассказов Пересказ
	Чтение (активное восприятие литературы) Общение со взрослыми Рассматривание картинок	-	-	-	-	-	-	
Социально- коммуникативное развитие	Игровая Познавательно- коммуникативная Общение со взрослыми	-	-	-	-	-	-	Сюжетно-ролевая игра Театрализованная игра Коллекционирование Проектная деятельность Мини-музей
	Игровая Познавательно- коммуникативная	-	-	-	-	-	-	Познавательная беседа Экскурсия Сюжетно-ролевая игра Викторина Проект Развивающие игры
Художественно- эстетическое	Изобразительная Экспериментирование с изоматериалами	-	-	-	-	-	-	Творческая мастерская Коллаж Выставка Художественно-эстетическое Картинная галерея Портфолио Рисование, Лепка, аппликация, конструирование

	Музыкальная Восприятие смысла музыки	-	-	-	-	-	-	Слушание музыки, рассказов о композиторах, жанрах музыки, певцах и т.д.. Пение. Игра на музыкальных инструментах Музыкально-дидактическая игра Песенное творчество Пластические, мимические этюды. Хороводы Выразительное движение Танец. Игра-развлечение
Физическое развитие	Двигательная	-	-		-	-	-	Подвижная игра Игровая беседа с элементами движений Игровое упражнение
Итого, по ЧФУ ОО ООПДО						1 (25 мин)	1 (30мин)	
Максимальный объем образовательной нагрузки по обязательной части ООПДО	Фактический	1ч.30мин (90мин)	1ч.40мин (100мин)	2 ч. 30 мин. (150 мин)	3 ч. 20 мин. (200 мин)	5 ч.25 мин. (325 мин)	7 ч. 30 мин. (480 мин)	
	Допустимый (по СанПиН)	1ч.30мин (90мин)	1ч.40мин (100мин)	2 ч. 30 мин. (150 мин)	4 часа 40 мин (200 мин)	5ч. 50 мин. (350 мин)	8 ч. 30 мин. (510 мин)	

Приложение 4

Расписание совместной двигательной деятельности с детьми дошкольного возраста 2016-2017 уч. г.

2 младшая «Земляничка»	2 младшая «Малинка»	Средняя «Рябинка»	Старшая «Ромашка»	Старшая «Василек»	Подготовит «Елочка»	Подготовит «Кленок»
9.00-9.50 Бассейн/	Д.Д. 16.00-16.20	9.50- 11.00 Бассейн/ ИД	Д.Д. 11.25-11.55		11.00-12.10 Бассейн/ИД	
	9.00-9.50		10.00-11.10	9.00-10.00 ИД		11.10-12.20

Д.Д. 16.00-16.15	бассейн		Бассейн/ ИД	Д.Д. 10.10- 10.35	Д.Д. 10.40-11.10	Бассейн/ИД
9.00-9.50 Бассейн/ ИД		9.50-11.00 Бассейн/			11.00-12.00 Бассейн/ИД	Д.Д. 10.20-10.50
	9.00-9.50 бассейн	Д.Д. 16.00-16.15		11.00-12.00 Бассейн/	.	10.00-11.10 Бассейн
			9.00-10.10 Бассейн/ И.Д.	10.00-11.00 Бассейн/ИД		
			Д.Д. улица 11.55-12.25		Д.Д. улица 11.00-11.20	

ДД – двигательная деятельность

ИД- изобразительная деятельность