УТВЕРЖДЕНО
приказом № 61-09 от
«30» августа 2017
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №158» г.о.Самара
_____О.В. Кугай

Рабочая программа
инструктора по физической культуре
МБДОУ «Детский сад №158» г.о.Самара
в группах дошкольного возраста
(Составлена на основе основной общеобразовательной
программы дошкольного образования
МБДОУ «Детский сад №158» г.о. Самара)

Самара 2017

Содержание

I. Целевой раздел

1.1. Обязательная часть

1.1.1. Пояснительная записка

а) цели и задачи реализации Программы;

б) принципы и подходы к формированию Программы;

в) характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста

1.1.2. Планируемые результаты освоения Программы

1.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

II . Содержательный раздел

2.1.Обязательная часть

2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях, с учётом используемых вариативных примерных основных образовательных программ дошкольного образования и методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания

а)особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик;

б)способы и направления поддержки детской инициативы;

в)особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников;

2.1.2 Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов

2.1.3. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей

а) специальные условия для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья,

б) механизмы адаптации Программы для детей с ОВЗ,

в) использование специальных образовательных программ и методов, специальных методических пособий и дидактических материалов,

г) проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий.

2.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

2.2.1. Специфика национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность

2.2.2. Направления, выбранные участниками образовательных отношений из числа парциальных и иных программ и/или созданных ими самостоятельно.

2.2.3. Сложившиеся традиции Организации или Группы

III. Организационный раздел

3.1.Обязательная часть

3.1.1 Описание материально- технического обеспечения Программы, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания,

3.1.2. Режим дня

3.1.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

3.1.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

3.2.Часть, формируемая участниками образовательных отношений

3.2.1.Методическая литература, позволяющая ознакомиться с содержанием парциальных программ, методик, форм организации образовательной работы.

IV. Дополнительный раздел программы

4.1. Краткая презентация Программы

4.2. Используемые Примерные программы;

4.3. Характеристика взаимодействия педагогического коллектива с семьями детей

I. Целевой раздел

1.1. Обязательная часть

1.1.1. Пояснительная записка

Основная общеобразовательная программа - образовательная программа дошкольного образования структурного подразделения, реализующего основную общеобразовательную программу дошкольного образования

МБДОУ «Детский сад №158» разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному образованию:

- ***Федеральный закон*** от 29.12.2012 N 273-ФЗ
  «Об образовании в Российской Федерации»
- ***Приказ*** Министерства образования и науки Российской Федерации от « 17 » октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования
- ***Приказ*** Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
- ***Письмо*** Министерства образования и науки РФ от 28.02.2014 № 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования»

а) Программа направлена на достижение следующих целей:

1) повышение социального статуса дошкольного образования;

2) обеспечение государством равенства возможностей для каждого ребенка в получении качественного дошкольного образования;

3) обеспечение государственных гарантий уровня и качества дошкольного образования на основе единства обязательных требований к условиям реализации образовательных программ дошкольного образования, их структуре и результатам их освоения;

4) сохранение единства образовательного пространства Российской Федерации относительно уровня дошкольного образования.

Программа направлена на решение следующих задач:

1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

2) обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);

3) обеспечения преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее - преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);

4) создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

5) объединения обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;

6) формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;

7) обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;

8) формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
9) обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

б) Принципы и подходы к формированию Программы;

1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
2) 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);
3) содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
4) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
5) сотрудничество Организации с семьей;
6) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
7) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
8) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
9) учет этнокультурной ситуации развития детей.

в) характеристики особенностей развития детей раннего и дошкольного возраста:

2 -3 года

Третий год жизни – важный этап в развитии ребенка. Темп физического развития замедляется, но организм в целом крепнет, движения

совершенствуются. Однако опорно-двигательный аппарат развит сравнительно слабо, двигательный опыт небольшой, движения часто непреднамеренны, направления их случайны, эмоциональные проявления неустойчивы, активное торможение плохо развито. Ребёнок ещё не умеет самостоятельно регулировать скорость, силу и амплитуду движений. Всё это необходимо учитывать при организации работы по физическому воспитанию.

Основной задачей обучения является формирование умения действовать совместно – на основе подражания воспитателю или в соответствии с его указаниями. В этой группе проводятся три занятия в неделю. Обучая детей движениям, воспитатель показывает и объясняет их, а дети, подражая ему, выполняют. Упражнения проводятся в основном в игровой форме.

В первой младшей группе детей строят в колонну по одному, в шеренгу, в круг, врассыпную – сначала подгруппами, потом всей группой. Построение происходит с помощью воспитателя по зрительным ориентирам.

Общеразвивающие упражнения дети могут выполнять стоя врассыпную или в кругу.

3-4 лет.

Физическое развитие 3-хлетний ребенок владеет основными жизненно важными движениями (ходьба, бег, лазание, действия с предметами). Возникает интерес к определению соответствия движений образцу. Дети испытывают свои силы в более сложных видах деятельности, но вместе с тем им свойственно неумение соизмерять свои силы со своими возможностями. Моторика выполнения движений характеризуется более или менее точным воспроизведением структуры движения, его фаз, направления и т.д. К 4-м годам ребенок может без остановки пройти по гимнастической скамейке, руки в стороны; ударять мяч об пол и ловить его двумя руками (3 раза подряд); перекладывать по одному мелкие предметы (пуговицы, горошины и т.п. – всего 20 шт.) с поверхности стола в небольшую коробку (правой

рукой). Начинает развиваться самооценка при выполнении физических упражнений, при этом дети ориентируются в значительной мере на оценку воспитателя. 3-4-х летний ребенок владеет элементарными гигиеническими навыками самообслуживания (самостоятельно и правильно моет руки с мылом после прогулки, игр, туалета; аккуратно пользуется туалетом: туалетной бумагой, не забывает спускать воду из бачка для слива; при приеме пищи пользуется ложкой, салфеткой; умеет пользоваться носовым платком; может самостоятельно устранить беспорядок в одежде, прическе, пользуясь зеркалом, расческой).

4-5 лет

В возрасте 4–5 лет у детей происходит дальнейшее изменение и совершенствование структур и функций систем организма. Темп физического развития остается таким же, как и в предыдущий год жизни ребенка.

Прибавка в росте за год составляет 5–7 см, массы тела – 1,5–2 кг. Рост (средний) четырехлетних мальчиков – 100,3 см, а пятилетних —107,5 см. Рост (средний) девочек четырех лет – 99,7 см, пяти лет– 106,1 см. Масса тела (средняя) мальчиков и девочек равна в четыре года 15,9 кг и 15,4 кг, а в пять—17,8 кг и 17,5 кг соответственно.

При нормальной двигательной активности рост усиливается, а при гиподинамии ребенок может иметь избыточный вес, но недостаточный для своего возраста рост.

При оценке физического развития детей учитываются не только абсолютные показатели, но и пропорциональное их соотношение: вес – рост, объем головы – объем грудной клетки и др. С возрастом, естественно, эти показатели изменяются. Так, объем грудной клетки увеличивается интенсивнее, чем объем головы.

Опорно-двигательный аппарат. Скелет дошкольника отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще не закончен. В связи с особенностями развития и строения скелета детям 4–5 лет не рекомендуется

предлагать на физкультурных занятиях и в свободной деятельности силовые упражнения. Необходимо также постоянно следить за правильностью принимаемых детьми поз.

Материалы для игр с предметами желательно размещать так, чтобы дети не только занимали удобные позы, но и почаще их меняли.

Продолжительное сохранение статичной позы может вызвать перенапряжение мускулатуры и в конечном итоге привести к нарушению осанки. Поэтому на занятиях, связанных с сохранением определенной позы, используются разнообразные формы физкультурных пауз.

В процессе роста и развития разные группы мышц развиваются неравномерно. Так, масса нижних конечностей по отношению к массе тела увеличивается интенсивнее, чем масса верхних конечностей.

Характеристикой функционального созревания мышц служит мышечная выносливость. Считается, что ее увеличение у детей среднего дошкольного возраста наибольшее. Это происходит за счет роста диаметра мышечных волокон и увеличения их числа. Мышечная сила возрастает. Сила кисти правой руки за период от 4 до 5 лет увеличивается в следующих пределах: у мальчиков – от 5,9 до 10 кг, у девочек – от 4,8 до 8,3 кг.

Организуя двигательную деятельность детей, воспитатель должен предоставлять каждому ребенку возможность активно участвовать в играх любого вида. Сюжеты игр для прогулок подбирает такие, чтобы ребята использовали всю площадь зала или участка.

Необходимо дозировать двигательную нагрузку детей при выполнении разных видов упражнений. Например, ходьба на лыжах не должна превышать 15–20 мин., с перерывом на отдых. Отдыхая (2–3 минуты), дети могут постоять на лыжах, посмотреть на заснеженные деревья. В хороший летний день можно совершить с детьми прогулку на расстояние не более 2 км при условии обеспечения короткого отдыха через каждые 20 мин. пути и в середине экскурсии – привал в сухом тенистом месте длительностью до получаса.

Во время утренней гимнастики и физкультурных занятий важна правильная дозировка физических упражнений, укрепляющих мышцы спины, шеи, рук, ног – не более 5–6 повторений.

Мышцы развиваются в определенной последовательности: сначала крупные мышечные группы, потом мелкие. Поэтому следует дозировать нагрузку, в частности для мелких мышечных групп, например, при выполнении трудовых поручений: так, во время уборки сухих листьев вес груза на носилках не должен превышать 2,5 кг. Вместе с тем следует по возможности развивать у детей мускулатуру предплечья и кисти: на физкультурных занятиях использовать упражнения с мячами, кубиками, флажками; в быту учить ребят пользоваться вилкой, застегивать мелкие пуговицы (но их не должно быть много); в играх предлагать мелкие кубики, кегли, простейший конструктор.

Органы дыхания. Если у детей 2–3 лет преобладал брюшной тип дыхания, то к 5 годам он начинает заменяться грудным. Это связано с изменением объема грудной клетки. Несколько увеличивается жизненная емкость легких (в среднем до 900—1000 $см^3$), причем у мальчиков она больше, чем у девочек.

В то же время строение легочной ткани еще не завершено. Носовые и легочные ходы у детей сравнительно узки, что затрудняет поступление воздуха в легкие. Поэтому ни увеличивающаяся к 4–5 годам подвижность грудной клетки, ни более частые, чем у взрослого, дыхательные движения в дискомфортных условиях не могут обеспечить полной потребности ребенка в кислороде. У детей, находящихся в течение дня в помещении, появляется раздражительность, плаксивость, снижается аппетит, становится тревожным сон. Все это – результат кислородного голодания, поэтому важно, чтобы сон, игры и занятия проводились в теплое время года на воздухе.

Учитывая относительно большую потребность детского организма в кислороде и повышенную возбудимость дыхательного центра, следует

подбирать такие гимнастические упражнения, при выполнении которых дети могли бы дышать легко, без задержки.

Сердечно-сосудистая система. Частота сердечных сокращений в минуту колеблется у ребенка 4–5 лет от 87 до 112, а частота дыхания от 19 до 29.

Регуляция сердечной деятельности к пяти годам окончательно еще не сформирована. В этом возрасте ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется. Признаки утомления выражаются в покраснении или побледнении лица, учащенном дыхании, одышке, нарушении координации движений и могут наблюдаться у детей на физкультурных занятиях. Важно не допускать утомления ребят, вовремя снижать нагрузку и менять характер деятельности. При переходе на более спокойную деятельность ритм сердечной мышцы восстанавливается.

Высшая нервная деятельность. Центральная нервная система является основным регулятором механизмов физиологических и психических процессов.

Нервные процессы – возбуждение и торможение – у ребенка, как и у взрослого, характеризуются тремя основными свойствами: силой, уравновешенностью и подвижностью. К 4–5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов. Особенно характерно для детей данного возраста совершенствование межанализаторных связей и механизмов взаимодействия сигнальных систем. Малышам трудно сопровождать словами игровые действия или воспринимать указания, объяснения воспитателя в процессе выполнения гимнастических упражнений, рисования, конструирования и даже одевания.

Незавершенность строения центральной нервной системы объясняет большую чувствительность у дошкольников к шуму. Если фон шума в группе составляет 45–50 децибел, может наступить стойкое снижение слуха и утомление. В дошкольных учреждениях необходимо приучать детей

правильно пользоваться игрушками, осторожно переносить стулья, разговаривать негромко.

На пятом году жизни, особенно к концу года, развивается механизм сопоставления слов с соответствующими им раздражителями первой сигнальной системы. Повышается самостоятельность действий, умозаключений. Однако нервные процессы у ребенка еще далеки от совершенства. Преобладает процесс возбуждения. Так, при нарушении привычных условий жизни, утомлении это проявляется в бурных эмоциональных реакциях, несоблюдении правил поведения.

Вместе с тем именно к пяти годам усиливается эффективность педагогического воздействия, направленного на концентрацию нервных процессов. Поэтому на занятиях и в быту следует предлагать упражнения, совершенствующие реакции ребенка на какой-либо сигнал: вовремя остановиться, изменить направление или темп движения и т. д.

5-6 лет

Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Ребёнок овладевает целостными двигательными действиями. Движения становятся точнее и энергичнее, появляется способность удерживать исходное положение, сохранять направление, амплитуду и темп движений, формируется умение участвовать в играх, передвигается на лыжах по слабопересеченной местности (может преодолевать на лыжах до 1000 м).

С возрастом количество движений у детей увеличивается. Дети должны двигаться не менее 50-60% всего периода бодрствования. Им свойственна частая смена движений и поз - до 550-1000 раз в день, благодаря чему происходят поочередное напряжение и отдых различных групп мышц, поэтому дети и не устают (В.А.Шишкина, 1992). Учитывая эту особенность, следует обеспечить разнообразную двигательную деятельность детей, создавая условия для разных движений.

Бег, прыжки, метания - те двигательные умения, которые ребенок должен освоить до школы. Насколько успешно он это сделает, зависит от ловкости, быстроты, силы и выносливости, т.е. от развития основных двигательных качеств.

6-7 лет

Физическое развитие ребенка неуклонно совершенствуется. Дети становятся все более выносливыми, ловкими, сильными. Они могут играть в различные командные игры, осваивать различные виды спорта. Все это говорит о том, что ребенок готовится к школьному обучению и физически в том числе, он становится способным сидеть за партой и управлять собственным телом в соответствии с ситуацией, в которой находится на данный момент.

Ребенок может пробежать уже и двести, и триста метров, причем довольно быстро. Появляется большая ловкость, сноровка, причем бегать он может уже не только по ровной поверхности, но и ловко обегая холмики и перескакивая через ямки и канавки. Движения становятся более уверенными и скоординированными. В этом смысле ребенок уже почти не отличается от взрослого. Он с закрытыми глазами легко может прикоснуться к своему уху, носу. Ловко ловит мяч и так же ловко может бросить его в цель. Заметно лучше становится чувство равновесия: ребенок спокойно проходит по узкой скамейке, бревну, доске. Дети этого возраста становятся увереннее в прыжках. На лестнице могут перепрыгивать через ступеньку, а на ровной площадке даже через несколько предметов. Начинают постигать «науку» использования скакалки, что очень важно, так как это развивает систему согласованных действий всего тела. Дети могут прыгать на одной ноге. Девочки в этом возрасте начинают играть в «классики». По шведской стенке ребенок может лазать часами и не устанет при этом от этого занятия. Ребенок способен немного подняться по канату, что указывает на то, что руки его становятся сильнее. Но отжаться от пола малыш еще не сможет. Ребенок уже хорошо может выполнять различные виды ходьбы и бега, может пользоваться ими в различных ситуациях, он довольно выносливый, может

долгое время бежать, что называется, «сломя голову», немного передохнуть и вновь продолжить неугомонный бег. Ребенок становится еще более ловким и метким, может играть в различные игры с мячом, ловко с ним управляясь, может попасть мячом в цель с 4-5 метров, метать в движущуюся цель, действовать левой и правой рукой. Дети могут сохранять правильную осанку. К семи годам ребенок может играть в такие спортивные игры, как бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис. Ребенок может плавать и ходить на лыжах на длительные расстояния

Психолого-педагогическая характеристика детей с ОНР 5- 7 лет

Содержание Программы учитывает возрастные и индивидуальные особенности детей, воспитывающихся в образовательной организации. Группу компенсирующей направленности для детей с ОВЗ составляют воспитанники, поступившие на основании заключений ПМПК, с речевыми нарушениями разной степени выраженности.

По данным психолого-педагогической классификации профессора Р.Е.Левиной, нарушения речи подразделяются на две группы: нарушения средств общения и нарушения в применении средств общения. Одним из видов нарушений средств общения является общее недоразвитие речи у детей с нормальным слухом и сохранным интеллектом.

Трудности в обучении и воспитании, имеющихся у таких детей, часто усугубляются патологической неврологической симптоматикой. У большинства детей отмечается осложненный вариант ОНР, при котором особенности психоречевой сферы обуславливаются задержкой созревания ЦНС или негрубым повреждением отдельных мозговых структур. Среди неврологических синдромов у детей с ОНР наиболее часто выделяют следующие: гипертензионно-гидроцефальный синдром, церебрастенический синдром и синдром двигательных расстройств. Клинические проявления данных расстройств существенно затрудняют обучение и воспитание ребенка.

При осложненном характере ОНР, помимо рассеянной очаговой микросимптоматики, проявляющейся в нарушении тонуса, функции равновесия, координации движений, общего и орального праксиса, у детей выявляется ряд особенностей в психической и личностной сфере. Для них характерны снижение умственной работоспособности, повышенная психическая истощаемость, излишняя возбудимость и раздражительность, эмоциональная неустойчивость.

Низкий уровень сформированности графо – моторных навыков проявляется у детей с ОНР в разных вариантах, они неверно держат ложку, карандаш способом «кулак сверху», наблюдается леворукость. Также наблюдаются нарушения оптико – пространственных представлений. Отклонения от нормы у таких детей проявляются на занятиях любого вида деятельности:

при рисовании они с трудом удерживают кисть и карандаш, не ловко выполняют точные движения, не аккуратно раскрашивают, затрудняются в выборе и назывании цвета; в деятельности по развитию элементарных математических представлений отмечаются трудности в работе с различными формами предметов, в запоминании состава числа, трудности обратного счета, назывании соседей числа, в решении логических задач; отмечаются трудности при работе с ножницами и с клеем на занятиях по аппликации и ручному труду и т.д.

Все виды деятельности вызывают у таких детей быстрое утомление, раздражение при неудаче. Одни начинают вертеться, разговаривать, перестают воспринимать учебный материал, а другие напротив, сидят тихо и спокойно, не проявляя интерес к занятиям. У детей с ОНР выявлены нарушения моторных навыков, как общего, так и тонко дифференцированных движений кистей рук. Отмечается низкий уровень навыков самообслуживания: мытье рук, вытирание рук полотенцем, неаккуратность при приеме пищи, неряшливость в одежде.

Нарушения тонуса мышечной системы и моторики артикуляционного аппарата отмечается, от легкой до средней и тяжелой степени тяжести проявления.

Нарушение произвольных движений выражается в расстройствах движения языка, губ, щек, нижней челюсти. Язык напряжен, оттянут назад, кончик языка не выражен, отклоняется в здоровую сторону при выдвижении его вперед, наблюдается гиперсаливация. Движения медленные в малом объеме, быстро истощаются.

При гипотонусе мышц языковой мускулатуры отмечается нарушение произношения переднеязычных звуков верхнего подъема, нарушение формирования воздушной струйки посередине языка, прохождение струи рассеянное по поверхности языка, либо боковое щечное. Ограничены движения поперечных мышц языка, что препятствует образованию шипящих звуков.

У большинства детей с общим недоразвитием характерен низкий уровень сформированности словаря, преобладают существительные и глаголы в основном в значении бытовой лексики. Многие дети не знают названия частей предметов

(у стула сиденье – сидушка, у чайника носик – палочка, ручка – держалка).

В словаре глаголов ошибки в употреблении глаголов с противоположным значением (приклеить – расклеить)

Глаголов совершенного и несовершенного вида (вытирал – вытрал).

Затруднения в актуализации в речи слов – признаков, антонимов, синонимов, наречий.

Грамматическое оформление высказываний изобилует аграмматизмами, выражающиеся в пропусках предлогов, в неверном употреблении сложных предложных конструкций. Дети допускают специфические ошибки в согласовании частей речи:

Числительных с существительными в роде, числе, падеже (пять карандашов, два домов, два яблоков, два машинов)

Прилагательных с существительными(зеленые яблоко)

Трудности в словообразовательных процессах выражаются в неверном образовании существительных в уменьшительно – ласкательной форме (стул – стулик, гнездо – гнездошко)

Образование притяжательных прилагательных(волкин, лискин, медведин, бельчачий)

Дети затрудняются в образовании приставочных глаголов, в подборе однокоренных слов.

Ошибки в словоизменении множественного числа существительных (Стол – столы (выделение неправильной ударной позиции гласного), стул – стулы, глаз – глазы, рукав – рукавы).

При обследовании фонематических процессов наблюдается нарушение звукового восприятия на материале слогов, слов.

Затруднения вызывают задания на подбор слов на заданный звук, выделение звука в разных позициях, недифференцированное произношение звуков в словах. Ошибки в воспроизведении слогов с оппозиционными звуками.

У детей имеются нарушения слоговой структуры слова как в словах, так и в предложениях, это нарушения либо в звуконаполняемости слов (мисаней), либо перестановки частей слова (вакат,кадав – квадрат, самолет- масаёт, молоток-мотолок).

Фонетическое оформление речи детей характеризуется следующими особенностями:

Дефекты смягчения твердых фонем, замена твердых фонем их мягкими вариантами, дефекты оглушения звонких согласных звуков, преобладание искажений (межзубные, призубные, боковые сигматизмы свистящих и шипящих звуков, парасигматизмы свистящих, двугубное звучание (л), увулярный дефект звука (р), замены звуков (л) – (й), (р) – (л) (ш) – (с), (ц) – (с), (й) – (ль),замены, контаминации слов(рыжая белочка-оранжик)

Нарушение речевого дыхания отмечается у большинства детей с речевыми нарушениями, по типу ключичичного, с коротким выдохом, с речью на

вдохе. Отмечаются брадилалия, тахилалия, интонационно-выразительные расстройства речи, заикание.

У многих детей отмечаются нарушения голоса, смазанность речи, глухое, немодулированное голосоведение, с назальным оттенком

Низкий уровень сформированности связной речи характерен для детей с ОНР, выражаются в трудностях организации внутренней речи и дальнейшем моторном ее оформлении. Проблемы актуализации слов возникают на фоне низкого объема словаря, недифференцированном лексико - семантическом уровне. Ответы детей односложные, затруднения вызывают задания на составление последовательности серии картин, с последующим рассказом, сложности в рассказах-описаниях, пересказах.

Психические особенности детей с ОНР проявляются в следующем: не все дети способны выносить самостоятельные решения, затрудняются обобщать понятия, выделять наиболее существенные признаки, оперировать абстрактным материалом, затруднения в выражении своих мыслей, слабо сформированный словарный запас наблюдается у большинства детей группы.

Затруднения в концентрации внимания, слабо развитая кратковременная и слуховая память. Не вычленяют отдельные элементы из объектов, низкая наблюдательность. Также характерно для этой категории детей недостаточное зрительное восприятие, низкая работоспособность, способность распределения и переключения внимания с одного вида деятельности на другой.

Таким образом, нарушение психоречевой деятельности у детей с ОНР носит многоаспектный характер, требующий выработки четкой организации методической и организационной помощи в преодолении ОНР у детей 5- 7 летнего возраста.

1.1.2. Планируемые результаты освоения Программы

Целевые ориентиры образования в младенческом и раннем возрасте:

-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;

-использует специфические, культурно фиксированные предметные действия, знает назначение бытовых предметов (ложки, расчески, карандаша и пр.) и умеет пользоваться ими. Владеет простейшими навыками самообслуживания; стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;

-владеет активной речью, включенной в общение; может обращаться с вопросами и просьбами, понимает речь взрослых; знает названия окружающих предметов и игрушек;

стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребенок воспроизводит действия взрослого;

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

-проявляет интерес к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинки, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства;

-у ребенка развита крупная моторика, он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.).

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

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

ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного

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

ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;

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 со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он 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.

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

Мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения Программы определяется тестами, выявляющими уровень развития у детей физических качеств и сформированности двигательных навыков.
Мониторинг проводится 2 раза в год: в сентябре и мае.

Средний дошкольный возраст.

Для оценки уровня сформированности двигательных навыков используются количественные и качественные показатели бега, прыжков в длину с места, метания набивного мяча, метания мешочка, определённые Г. Лесковой и Н. А. Ноткиной.

Определение уровня сформированности быстроты.

Бег на 30 метров.

*Предварительная работа***.**

На беговой дорожке (ширина – 3м, длина – 30м) отмечают линию старта и финиша. На расстоянии 3м от финиша устанавливают яркий ориентир, чтобы дети не снижали скорость задолго до финишной линии. Готовят флажок, секундомер.

Методика обследования.

Проводятся несколько разогревающих упражнений, подготавливающих мышцы рук, туловища и ног – наклоны, приседания.
После разминки предлагаем детям добежать до яркой игрушки. Затем инструктор с секундомером и протоколом занимает позицию на финише и фиксирует количественные и качественные показатели. Воспитатель вызывает на старт двух детей. На старте дети принимают удобную для них позу. Воспитатель подаёт команды: «Внимание» (поднимает флажок), «Марш» (опускает его). Во время бега дети подбадривают друг друга, называют по имени. На старт возвращаются шагом и делают вторую попытку.

Количественный показатель: время бега (в мин).

Качественные показатели.

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.
2. Руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперёд - внутрь.
3. Быстрый вынос бедра маховой ноги (под углом примерно 40-50 градусов).
4. Ритмичность бега.

Определение уровня сформированности скоростно – силовых качеств.

Прыжок в длину с места.

*Предварительная работа***.**
В зале кладут мат и сбоку мелом наносят разметку (через каждые 10см на дистанции 2м).
Методика обследования.
С целью предупреждения травм сначала проводится разминка, которая позволяет разогреть мышцы стоп, голени, бедра. Детям предлагают попрыгать, как зайчики (прыжки с продвижением вперёд).
После разминки инструктор предлагает детям встать около черты и перепрыгнуть через ручеёк на другой берег (мат). Инструктор, стоя рядом с разметкой, фиксирует расстояние от черты до места приземления пятками (количественные показатели), а также качественные показатели. Каждый ребёнок делает по 3 попытки.
Количественный показатель: длина прыжка (в см).
Качественные показатели.

1. И.п.: ноги параллельно, на ширине ступни друг от друга; полуприседание с наклоном туловища; руки слегка отведены назад.
2. Толчок: двумя ногами одновременно; мах руками вверх – вперёд.
3. Полёт: руки вперёд – вверх; туловище и ноги выпрямлены.
4. Приземление: одновременно на обе ноги, с пятки на носок, мягко; положение рук свободное.

Бросок набивного мяча.

*Предварительная работа***.**

В зале делают разметку от линии, обозначенной вдоль мата (через 50см на расстоянии 5м). Готовят 3 набивных мяча весом 500г.

Методика обследования.
Ребёнок подходит к контрольной линии, инструктор предлагает ему добросить мяч до яркой стойки. Бросок выполняется из и.п.: ноги врозь, мяч отведён за голову как можно дальше. Ребёнок совершает три броска. Лучший результат фиксируется в протоколе.

Количественный показатель: дальность броска (в см).

Тесты для определения ловкости и координационных способностей
Челночный бег 3 раза по 10 м (определяется способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющей обстановки).
Ребёнок встаёт у контрольной линии, по сигналу «марш» (в этот момент воспитатель включает секундомер) трёхкратно преодолевает 10-метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). ребёнок обегает каждый кубик, не задевая его. Фиксируется общее время бега.

Статическое равновесие (тест выделяет и тренирует координационные возможности детей).

Ребёнок встает в стойку – носок сзади стоящеё ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги – и пытается при этом сохранить равновесие. Ребёнок выполняет задание с открытыми глазами. Время удержания равновесия фиксируется секундомером.

Из двух попыток фиксируется лучший результат.

Гибкость (тест характеризует подвижность всех звеньев опорно-двигательного аппарата, эластичность мышц и связок).

Тест проводится двумя воспитателями. Ребёнок становится на гимнастическую скамейку (поверхность скамейки соответствует нулевой отметки). Задание: наклонится вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). Второй воспитатель по линейке, установленной перпендикулярно скамье, регистрирует тот уровень, до которого дотянулся ребёнок кончиками

№	Наименование показателя	Пол	4 года	5 лет
.	Время бега на 30м со старта (сек.)	Мал. Дев.	9.9 – 9.5 10.2 – 9.9	8.5 – 8.1 8.5 – 8.2
.	Время челночного бега (3х10м) (сек.)	Мал. Дев.	13.0 – 11.9 13.2 – 12.1	12.8 – 11.1 12.9 – 11.1
.	Длина прыжка с места	Мал. Дев.	60 – 90 55 - 93	100 – 110 95 - 104
.	Дальность броска набивного мяча весом 1кг из-за головы, стоя (см)	Мал. Дев.	117 – 178 97 - 178	160 – 230 150 - 225
.	Статическое равновесие (сек.)	Мал. Дев.	3 – 10 5 - 11	12 – 20 15 - 28
.	Подъём из положения лёжа на спине (кол-во)	Мал. Дев.	6 -12 4 -11	11 – 17 10 - 15
.	Наклон вперёд из положения стоя (см)	Мал. Дев.	1 – 4 3 - 7	3 – 6 6 - 9
.	Метание мешочка (см)	Мал. Дев.	300 – 410 250 - 370	400 – 620 370 - 510

пальцев. Если ребёнок не дотягивается до нулевой отметки (поверхности скамьи), то результат засчитывается со знаком минус. Во время выполнения данного теста можно использовать игровой момент «достань игрушку».

Тесты для определения силы и силовой выносливости

Подъём из положения лёжа на спине (тест для определения силовой выносливости).

Ребёнок лежит на гимнастическом мате на спине, скрестив руки на груди. По команде «начали» ребёнок поднимается, не сгибая колен (воспитатель слегка придерживает колени ребёнка, сидя на мате рядом с ним), садится и вновь ложится. Воспитатель считает количество подъёмов. Тест считается правильно выполненным, если ребёнок при подъёме не коснулся локтями мата, а спина и колени оставались прямыми.

Из двух попыток засчитывается лучший результат.

Ориентировочные нормативы физической подготовленности детей.

Низкий уровень. Ребёнок допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует только в сопровождении показа воспитателя. Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует. Ошибок в действиях других не замечает.

Средний уровень. Ребёнок владеет главными элементами техники большинства движений. Способен самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа. Иногда замечает ошибки при выполнении упражнений и нарушения правил в играх. Увлечён процессом, и не всегда обращает внимание на результат. В играх активен, положительно относится ко всем предлагаемым, и особенно новым упражнениям.

Высокий уровень. Ребёнок проявляет стойкий интерес в физическим упражнениям. Осуществляет элементы контроля за действиями сверстников, замечает нарушения правил в играх. Наблюдается перенос освоенных упражнений в самостоятельную деятельность.

Старший дошкольный возраст.

Для оценки уровня сформированности двигательных навыков используются качественные показатели бега, прыжков в длину с места, метания набивного мяча, наклона из положения сидя, подъёма из положения лёжа, статического равновесия, отбивания мяча от пола определённые Г. Лесковой и Н. А. Ноткиной.

Определение уровня сформированности быстроты.

Бег на 30 метров.

Предварительная работа.

На беговой дорожке (ширина – 3м, длина – 30м) отмечают линию старта и финиша. На расстоянии 3м от финиша устанавливают яркий ориентир, чтобы дети не снижали скорость задолго до финишной линии. Готовят флажок, секундомер.

Методика обследования.

Проводятся несколько разогревающих упражнений, подготавливающих мышцы рук, туловища и ног – комплекс ОРУ «Рисуем шары».

1. «Рисуем головой». И.п. – ноги на ширине плеч, руки на поясе. Круговые вращения головой в разные стороны (по 4 раза).
2. «Рисуем локтями». И.п. – ноги на ширине плеч, руки к плечам. 1-2 – круговые вращения локтями вперёд; 3-4 – круговые вращения локтями назад (по 4 раза).
3. «Рисуем туловищем». И. п. – ноги на ширине плеч, руки на поясе. Круговые вращения туловищем сначала влево, потом вправо (по 3 раза).
4. «Рисуем коленом». И.п. – одна нога, согнутая в колене, поднята и отведена в сторону, руки на поясе. 1-3 – круговое вращение коленом левой (правой) ноги; 4 – вернуться в и.п. (по 3 раза).
5. «Рисуем стопой». И.п. – одна нога согнута в колене и поднята, руки на поясе. Вращательные движения стопой в разные стороны (по 8 раз).

После разминки предлагаем детям добежать до яркой стойки как можно быстрее («Представьте себе, что вы самое быстрое животное»).. Затем инструктор с секундомером и протоколом занимает позицию на финише и фиксирует количественные и качественные показатели. Воспитатель вызывает на старт двух детей. На старте дети принимают удобную для них

позу. Воспитатель подаёт команды: «Внимание» (поднимает флажок), «Марш» (опускает его). Во время бега дети подбадривают друг друга, называют по имени. На старт возвращаются шагом и делают вторую попытку.

Количественный показатель: время бега (в мин).

Качественные показатели.

1. Небольшой наклон туловища, голова прямо.
2. Руки полусогнуты, энергично отводятся назад, слегка опускаясь, затем вперёд - внутрь.
3. Быстрый вынос бедра маховой ноги (под углом примерно 60-70 градусов).
4. Прямолинейность, ритмичность бега.

Определение уровня сформированности скоростно – силовых качеств.

Прыжок в длину с места.

Предварительная работа.

В зале кладут мат и сбоку мелом наносят разметку (через каждые 10см на дистанции 2м).

Методика обследования.

С целью предупреждения травм сначала проводится разминка, которая позволяет разогреть мышцы стоп, голени, бедра. Дети выполняют имитационное упражнение «Лыжник». «Надели одну лыжу, другую (стопы поставили параллельно на расстоянии 15см), взяли в руки одну, вторую палку (руки согнуты в локтях), поехали (ноги полусогнуты, движения согнутых рук вперёд, назад), приготовились к прыжку с трамплина (ноги параллельны, полусогнуты, руки отведены назад, туловище наклонено вперёд), прыгают (полёт, приземление: ноги на ширине плеч, руки впереди).

После разминки инструктор предлагает детям встать около черты допрыгнуть до яркой стойки. Инструктор, стоя рядом с разметкой, фиксирует расстояние от черты до места приземления пятками (количественные показатели), а также качественные показатели. Каждый ребёнок делает по 3 попытки.

Количественный показатель: длина прыжка (в см).

Качественные показатели.

1. И.п.: ноги параллельно, на ширине ступни друг от друга; полуприседание с наклоном туловища; руки слегка отведены назад.
2. Толчок: двумя ногами одновременно; выпрямление ног; резкий мах руками вверх – вперёд.
3. Полёт: руки вперёд – вверх; туловище согнуто, голова вперёд; полусогнутые ноги вперёд.
4. Приземление: одновременно на обе ноги, вынесенные вперёд, с перекатом с пятки на всю ступню; колени полусогнуты, туловище слегка наклонено; руки движутся свободно вперёд– в стороны; сохранение равновесия при приземлении.

Бросок набивного мяча.

Предварительная работа.

В зале делают разметку от линии, обозначенной вдоль мата (через 50см на расстоянии 5м). Готовят 3 набивных мяча весом 1000г.

Методика обследования.

В вводной части включают отжимание от пола (для мальчиков – на прямых ногах, для девочек – на согнутых в коленях).

Ребёнок подходит к контрольной линии, инструктор предлагает ему добросить мяч до яркой стойки. Бросок выполняется из и.п.: ноги врозь, мяч отведён за голову как можно дальше. Ребёнок совершает три броска. Лучший результат фиксируется в протоколе.

Количественный показатель: дальность броска (в см).

Тесты для определения ловкости и координационных способностей

Челночный бег 3 раза по 10 м (определяется способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющей обстановки).

Ребёнок встаёт у контрольной линии, по сигналу «марш» (в этот момент воспитатель включает секундомер) трёхкратно преодолевает 10-метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). ребёнок обегает каждый кубик, не задевая его. Фиксируется общее время бега.

Статическое равновесие (тест выделяет и тренирует координационные возможности детей).

Ребёнок встает в стойку – носок сзади стоящеё ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги – и пытается при этом сохранить равновесие. Ребёнок выполняет задание с открытыми глазами. Время удержания равновесия фиксируется секундомером.

Из двух попыток фиксируется лучший результат.

Гибкость (тест характеризует подвижность всех звеньев опорно-двигательного аппарата, эластичность мышц и связок).

Тест проводится двумя воспитателями. Ребёнок становится на гимнастическую скамейку (поверхность скамейки соответствует нулевой отметки). Задание: наклонится вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). Второй воспитатель по линейке, установленной перпендикулярно скамье, регистрирует тот уровень, до которого дотянулся ребёнок кончиками пальцев. Если ребёнок не дотягивается до нулевой отметки (поверхности скамьи), то результат засчитывается со знаком минус. Во время выполнения данного теста можно использовать игровой момент «достань игрушку».

Тесты для определения силы и силовой выносливости

Подъём из положения лёжа на спине (тест для определения силовой выносливости).

Ребёнок лежит на гимнастическом мате на спине, скрестив руки на груди. По команде «начали» ребёнок поднимается, не сгибая колен (воспитатель слегка придерживает колени ребёнка, сидя на мате рядом с ним), садится и вновь ложится. Воспитатель считает количество подъёмов. Тест

считается правильно выполненным, если ребёнок при подъёме не коснулся локтями мата, а спина и колени оставались прямыми.
Из двух попыток засчитывается лучший результат.

Ориентировочные нормативы физической подготовленности детей.

Наименование показателя	Пол	6 лет	7 лет
Время бега на 30м со старта (сек.)	Мал. Дев.	8.0 – 6.5 8.1 – 6.5	7.2 – 6.0 7.2 – 6.1
Время челночного бега (3х10м) (сек.)	Мал. Дев.	11.2 – 9.9 11.3 – 10.0	9.8 – 9.5 10.0 – 9.9
Длина прыжка с места	Мал. Дев.	100 - 150 90 - 140	130 – 155 125 - 150
Дальность броска набивного мяча весом 1кг из-за головы, стоя (см)	Мал. Дев.	175 – 300 170 - 280	220 – 350 190 - 330
Статическое равновесие (сек.)	Мал. Дев.	25 – 35 30 - 40	35 – 42 45 - 60
Подъём из положения лёжа на спине (кол-во)	Мал. Дев.	12 – 25 11 - 20	15 – 30 14 28
Наклон вперёд из положения стоя (см)	Мал. Дев.	4 – 7 7 - 10	5 – 8 8 - 12
Метание мешочка (см)	Мал. Дев	530 – 800 400 - 600	700 – 1100 610 - 1000

Высокий уровень.

Ребёнок результативно, уверенно, мягко, выразительно и точно выполняет физические упражнения. Самоконтроль и самооценка постоянны. Проявляет элементы творчества в двигательной деятельности: самостоятельно составляет простые варианты из освоенных физических упражнений и игр, через движения передаёт своеобразие конкретного образа (персонажа, животного), стремится к неповторимости (индивидуальности) в своих движениях. Интерес к физическим упражнениям устойчивый.

Средний уровень.

Ребёнок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляет при этом должные усилия, активность и интерес. Способен оценить движения других детей, упорен в достижении своей цели и положительного результата. Самоконтроль и самооценка непостоянны (эпизодически проявляются). Способен организовать подвижные игры и упражнения с небольшой подгруппой сверстников или малышей. Может придумать и выполнить несложные физические упражнения, комбинации. Интерес к физическим упражнениям устойчивый.

Низкий уровень.

Ребёнок допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке. Допускает нарушение правил в подвижных и спортивных играх,

чаще всего в силу недостаточной физической подготовленности. Снижен интерес к физическим упражнениям.

Планируемые результаты освоения детьми основной общеобразовательной программы дошкольного образования в области «Физическое развитие» подразделяются на итоговые и промежуточные.

Промежуточная (текущая) оценка проводится 1 раз в полугодие или год в каждом возрастном периоде.

Итоговая оценка проводится при выпуске ребёнка из детского сада в школу.

Планируемые результаты:

- У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности.
- Ребенок технически правильно выполняет большинство физических упражнений, проявляя интерес, активность, необходимые усилия.
- Способен организовать подвижные игры и упражнения с подгруппой сверстников и малышей.
- Может придумать и выполнить несложные физические упражнения.
- Понимает значение здоровья, необходимость выполнения режима дня, важность занятий спортом, утренней гимнастики.
- Самостоятельно выполняет доступные возрасту культурно-гигиенические навыки, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

1.2. Частью, формируемой участниками образовательных отношений

Целостность образовательного процесса может достигаться не только путём использования одной основной (комплексной) программы, но и методом квалифицированного подбора парциальных (специализированных) программ - программ по одному или нескольким направлениям развития ребенка.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС) дошкольное учреждение наряду с основной общеобразовательной программой «От рождения до школы» для осуществления образовательного процесса программ использует парциальные программы, направленные, на физическое развитие; содействуют формированию разносторонних способностей ребенка (двигательных, умственных, коммуникативных, творческих), становлению специфических видов детской деятельности (двигательной, игровой и др.)

Реализация задач парциальных программ строиться с учетом специфических для детей дошкольного возраста видов деятельности (двигательной);

Парциальные программы направлены на приоритетность направления: физическую, и предназначены для реализации отдельных задач.

Занимательная физкультура в детском в саду для детей 3-5 ,5-7лет К.К.Утробиной.

Основные задачи:

1. Укрепление и охрана здоровья детей.
2. Создание условий для формирования правильной осанки.
3. Систематическое закаливание организма.
4. Формирование и совершенствование умений и навыков в основных видах движений на занятиях и вне них.
5. Воспитание гигиенических навыков.
6. Совершенствование пространственной ориентировки детей.

7. Поощрение участия детей в совместных играх и физических упражнениях.

8. Способствовать формированию у детей положительных эмоций, активности в самостоятельной двигательной деятельности.

Занимательная разминка

Разминку можно увеличивать по времени и количеству упражнений, так как в начале занятия интерес у детей повышен. В предлагаемой разминке более 16 видов упражнений (ходьба, ходьба на четвереньках, прыжки, бег и др.)

Виды ходьбы:

- на носочках;

- на пятках;

- одна нога на пятке, другая на носке;

- скрестным шагом вперёд;

- в полуприседе;

- спиной вперёд;

- пятки вместе, носки врозь;

- носки вместе, пятки врозь;

- приставным шагом;

- боком;

- с упражнениями для рук;

- обычная.

Виды бега:

- лёгкий на носочках;

-сильно сгибая ноги назад;

- галопом правым и левым боком;

- бег со сменой движения.

Виды прыжков:

- прыжки на двух ногах;

- подскоки.

Виды ходьбы на четвереньках:

- «раки»;

- «обезьянка»;

- «муравьишки».

Перечисленные упражнения ходьбы, бега, прыжков разделены на три комплекса. Каждый комплекс проводится в течении двух недель. Разминка начинается с ходьбы на носочках.

Комплексы точечного массажа и дыхательной гимнастики

От правильного дыхания во многом зависит здоровье человека, его физическая и умственная деятельность. Тренированность дыхательной мускулатуры определяет физическую работоспособность и выносливость человека, сопротивляемость организма к простудным и другим заболеваниям. У детей дошкольного возраста дыхательные мышцы ещё слабы, поэтому им нужны специальные дыхательные упражнения. Специальные дыхательные упражнения необходимы и полезны в сочетании с упражнениями точечного массажа. Такие упражнения учат детей сознательно заботиться о своём здоровье и являются профилактикой простудных заболеваний.

Предлагается три комплекса точечного массажа и дыхательной гимнастики, которые проводятся на каждом физкультурном занятии перед общеразвивающими упражнениями в течение трёх месяцев.

Первый комплекс (сентябрь, октябрь, ноябрь):

1. Соединить ладони и потереть ими одна о другую до нагрева.

2. Нажимать указательным пальцем точку под носом.

3. Указательным и большим пальцем «лепить» уши.

4. Вдох через левую ноздрю, выдох через правую ноздрю.

5. Вдох через нос и медленный выдох через рот.

Второй комплекс (декабрь, январь, февраль)

1. Соединить ладони и потереть до нагрева одну ладонь о другую поперёк.

2. Слегка подёргать кончик носа.

3. Указательными пальцами массировать ноздри.

4. Растирать за ушами сверху вниз указательными пальцами: «примазывать, чтобы не отклеились».

5. Сделать вдох, на выдохе произносить звук «м-м-м-м», постукивая пальцами по крыльям носа.

6. Вдох через нос, выдох через рот на ладонь – «сдуваем снежинку с ладони».

Третий комплекс (март, апрель, май):

1. «Моем» кисти рук.

2. Указательным и большим пальцем надавливаем на каждый ноготь другой руки.

3. «Лебединая шея». Легко поглаживаем шею от грудного отдела к подбородку.

4. Вдох через нос, задержка дыхания, медленный выдох через рот.

5. Несколько раз зевнуть и потянуться.

Весёлый тренинг

Дети нуждаются в дополнительных физических нагрузках для определенных групп мышц. В предлагаемой системе на каждом занятии после основных движений выполняются игровые упражнения на ковре вместе, с воспитателем в течение 2 мин. Упражнение способствуют развитию координации движений и дают нагрузку специальным группам мышц. Каждое упражнение выполняется в течение двух недель, то есть 8 раз, следуя от более легкого к более сложному. Все они способствуют развитию гибкости, подвижности суставов, укреплению определенных мышц шеи, рук, ног, спины, живота; улучшают кровообращение и способствуют развитию координации и осанки. Весь комплекс вместе с рисунками можно оформить в виде консультации для родителей, и предложить им выполнять эти упражнения дома вместе с детьми, что, несомненно, поможет повысить интерес детей и родителей к физкультурным занятиям.

Перечень игровых упражнений:

1. «Качалочка»

2. «Цапля»

3. «Морская звезда»

4. «Стойкий оловянный солдатик»

5. «Самолёт»

6. «Потягивание»

7. «Ах, ладошки, вы, ладошки!»

8. «Карусель»

9. «Покачай малышку»

10. «Танец медвежат»

11. «Маленький мостик»

12. «Паровозик»

13. «Колобок»

14. «Ножницы»

15. «Птица»

16. «Плавание на байдарке»

17. «Велосипед»

18. «Гусеница»

Подвижные игры

В данной системе детям предлагается по две подвижные игры на каждом занятии. Первая игра на закрепление основных видов движений, вторая игра малой подвижности в заключительной части занятия. Водящего в игре лучше всего выбирать по считалке. Это организует и настраивает детей на игру.

1. «Догони мяч»

2. «Мы – осенние листочки»

3. «Догони меня»

4. «Солнышко и дождик»

5. «Весёлые зайчата»

6. «Снежинки и ветер»

7. «Лягушки»

8. «Карусель»

9. «Цыплята на поляне»

10. «Самолёты»

11. «Жуки»

12. «Не боимся мы кота»

13. «Ёж с ежатами»

14. «Ловишки с ленточкой»

15. «Медведь»

16. «Грачи и автомобиль»

17. «Заячий концерт»

18. «Одуванчики»

Игры малой подвижности

1. «Море волнуется»

2. «Узнай, кто позвал»

3. «Найди игрушку»

4. «Круг-кружочек»

5. «Поиграем»

6. «По ровненькой дорожке»

7. «Холодно-жарко»

8. «Тишина у пруда»

9. «Великаны и гномы»
10. «Зимние забавы»
11. «Что в пакете?»
12. «Воздушный шар»
13. «Гимнастика»
14. «Пингвины на льдинах»
15. «Деревья и птицы»
16. «Все спортом занимаются»
17. Игра-логоритмика «Скажи и покажи»
18. «Едет-едет паровоз»

II . Содержательный раздел

2.1.Обязательная часть

2.1.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях, с учётом используемых вариативных примерных основных образовательных программ дошкольного образования и методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания.

а) особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик;

Физическое развитие

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а

также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Задачи:

- развитие физических качеств(скорость, сила, гибкость, выносливость, и координация;
- накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Содержание психолого-педагогической работы образовательной области «Физическое развитие»

Задачи	**Осуществляемая образовательная деятельность**			
	в организованной детской деятельности	**в ходе режимных моментов**	**в самостоятельной детской деятельности**	**при взаимодействии с семьями**
ранний возраст				
Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)				
-развивать и укреплять мышцы плечевого пояса, брюшного пресса, мышцы спины и гибкость позвоночника	Индивидуальная работа Игры-занятия Физкультурные занятия в зале и на воздухе Спортивно-физкультурные досуги и праздники Дни здоровья Ритмические танцевальные движения Физкульт минутки Лечебная гимнастика Массаж	Индивидуальная работа Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) «Гимнастика пробуждения» Закаливание	Игра Игровые упражнения Подвижные народно-спортивные игры Самостоятельная двигательная активность детей	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Открытые занятия Физкультурные занятия детей совместно с родителями Дни открытых дверей
Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)				
-совершенствовать навык ходьбы в различных направлениях, по кругу, с изменением темпа и направления, с переходом на бег, с перешагиванием, приставным шагом; -учить ползать, лазать, разнообразно действовать с мячом; -учить прыжкам на двух ногах на одном месте, с	Индивидуальная работа Подвижные игры и игровые упражнения Физкультурные игры-занятия в зале и на воздухе Игры-занятия в бассейне Спортивные, физкультурные досуги и праздники Дни здоровья Игры-забавы	Индивидуальная работа Утренняя гимнастика Прогулка «Гимнастика пробуждения» Закаливание	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игра Игровые упражнения Подвижные народно-спортивные игры	Домашние занятия родителей с детьми Оформление информационных материалов Спортивно-физкультурные досуги и праздники Открытые занятия Физкультурные занятия детей совместно с родителями Дни открытых дверей

продвижением вперёд.				
Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании				
-развивать желание играть в подвижные игры с простым содержанием, несложными движениями; -развивать умение играть в игры, совершенствующие основные движения; -учить выразительности движений.	Игры-занятия Индивидуальная работа Подвижные игры и игровые упражнения Физкультурные игры-занятия в зале и на воздухе Ритмические танцевальные движения	Индивидуальная работа Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) Игры-занятия «Гимнастика пробуждения»	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игра Игровые упражнения Подвижные народно-спортивные игры	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Семинары-практикумы
Защита, охрана и укрепление физического и психического здоровья детей				
- соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований, учет индивидуальных особенностей детей, оптимальный уровень двигательной активности	Утренняя гимнастика игрового характера. Двигательная активность (подвижные игры). Игровые занятия. Наблюдения, игры. Действия с дидактическим материалом и игрушками.	Показ, объяснение, личный пример педагога, беседа.	Игра, предметная деятельность, ориентированная на зону ближайшего развития (игровую деятельность). Действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками.	Беседы, консультации, консультативные встречи по заявкамю
Воспитание культурно-гигиенических навыков				
- обучение правилам личной гигиены, побуждение детей к самостоятельности и опрятности при приеме пищи, одевании и раздевании.	Занятия традиционные, сюжетные, тематические. Индивидуальная работа. тематические беседы. Игровые ситуации, дидактические игры. Беседы о личной гигиене.	Показ, объяснение, личный пример педагога, беседа.	Игра, предметная деятельность, ориентированная на зону ближайшего развития (игровую деятельность). Действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками.	- обучение правилам личной гигиены, побуждение детей к самостоятельности и опрятности при приеме пищи, одевании и раздевании.
Привитие навыков сохранения и укрепления здоровья				
- закаливание, массаж, физиотерапия, витаминотерапия, вакцинация	Выполнение назначенных оздоровительных и закаливающих процедур,	Показ, объяснение, личный пример педагога, беседы с	Действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками.	- закаливание, массаж, физиотерапия, витаминотерапия,

	обучение навыкам точечного самомассажа.	детьми о значении закаливающих процедур.		вакцинация
младший дошкольный возраст				
Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)				
Вторая младшая группа				
-развивать и укреплять мышцы плечевого пояса, брюшного пресса, мышцы спины и гибкость позвоночника; -упражнять в сохранении равновесия при ходьбе по ограниченной поверхности, при кружении; -учить скатываться на санках с невысоких горок, скользить по ледяной дорожке(с поддержкой взрослых); -учить ходить по ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, делать повороты на лыжах переступанием; -учить кататься на трёхколёсном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо и налево;	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на воздухе Спортивно-физкультурные досуги и праздники в том числе и на воде Дни здоровья Ритмические танцевальные движения Физкульт минутки Лечебная гимнастика Подвижные игры и физкультурные упражнения на открытом воздухе Массаж	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на воздухе Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) «Гимнастика пробуждения» Проблемные ситуации	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игра Игровые упражнения	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Семинары-практикумы Домашние занятия родителей с детьми Открытые занятия
Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)				
- учить ходить и бегать, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрёстную координацию	Индивидуальная работа Подвижные игры и игровые упражнения Физкультурные игры-	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игра	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники

рук и ног; -учить строиться в колонну по одному, в шеренгу, круг, находить своё место при перестроении; -учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперёд; -закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании, ловить мяч двумя руками одновременно.	занятия в зале и на воздухе Спортивные, физкультурные досуги и праздники Дни здоровья Игры-забавы «Школа мяча» «Школа скакалки» Игры с элементами спортивных упражнений	воздухе Занятия в бассейне Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) Проблемные ситуации	Игровые упражнения	Открытые занятия Физкультурные занятия детей совместно с родителями Дни открытых дверей Семинары-практикумы Домашние занятия родителей с детьми
Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании				
-развивать активность и творчество в процессе двигательной деятельности; -организовывать подвижные игры со сменой видов деятельности;	Индивидуальная работа Подвижные игры и игровые упражнения Физкультурные игры-занятия в зале и на воздухе Ритмические, танцевальные движения Каникулы	Индивидуальная работа Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) Занятия	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игровая деятельность Игровые упражнения Подвижные народно-спортивные игры	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Семинары-практикумы Дни открытых дверей
Защита, охрана и укрепление физического и психического здоровья детей				
- соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований, учет индивидуальных особенностей детей, оптимальный уровень двигательной активности	Утренняя гимнастика игрового характера. Двигательная активность (подвижные игры). Занятия традиционные и игровые. Наблюдения, игры.	Показ, объяснение, личный пример педагога, беседа, проблемные ситуации.	Игра, предметная деятельность, ориентированная на зону ближайшего развития (игровую деятельность). Действия с предметами, орудиями.	Беседы, консультации, консультативные встречи по заявкам

	Действия с дидактическим материалом и игрушками.			
воспитание культурно-гигиенических навыков				
- обучение правилам личной гигиены, побуждение детей к самостоятельности и опрятности при приеме пищи, одевании и раздевании.	Занятия традиционные, сюжетные, тематические. Индивидуальная работа. тематические беседы. Игровые ситуации, дидактические игры. Беседы о личной гигиене.	Показ, объяснение, личный пример педагога, беседа.	Игра, предметная деятельность, ориентированная на зону ближайшего развития (игровую деятельность). Действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками.	- обучение правилам личной гигиены, побуждение детей к самостоятельности и опрятности при приеме пищи, одевании и раздевании.
Подведение дошкольников к пониманию целостности человеческого организма				
- формирование представления о себе как об отдельном человеке, ознакомление со строением тела, знакомство со способами заботы о себе и окружающих	В занятиях по ознакомлению с окружающим миром. Тематические беседы. Дидактические игры. Чтение художественной литературы.	Показ, объяснение, беседа.	Игра, подражательные действия с предметами, орудиями, ролевые игры, дидактическими игрушками, рассматривание фотографий, картинок.	- формирование представления о себе как об отдельном человеке, ознакомление со строением тела, знакомство со способами заботы о себе и окружающих
Привитие навыков сохранения и укрепления здоровья				
- закаливание, массаж, витаминотерапия, вакцинация	Тематические беседы. Дидактические игры. Чтение художественной литературы. Обучение приемам точечного массажа. Полоскание горла. Воздушные ванны.	Показ, объяснение, личный пример педагога, беседы с детьми о значении закаливающих процедур.	Игра, подражательные действия с предметами, орудиями, ролевые игры, дидактическими игрушками, рассматривание фотографий, картинок.	Консультации
Средняя группа				
Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)				
- развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость,	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на воздухе	Индивидуальная работа Физкультурные	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные

ловкость и др.; - учить перестроениям, соблюдая дистанцию при передвижении; - учить кататься на двухколёсном велосипеде по прямой, по кругу; - учить ходить на лыжах скользящим шагом, выполнять повороты, подниматься на гору.	Спортивно-физкультурные досуги и праздники в том числе и на воде Дни здоровья Ритмические танцевальные движения Физкульт минутки Лечебная гимнастика Подвижные игры и физкультурные упражнения на открытом воздухе Массаж	занятия в зале и на воздухе Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) «Гимнастика пробуждения» Проблемные ситуации	Игра Игровые упражнения	досуги и праздники Семинары-практикумы Домашние занятия родителей с детьми Открытые занятия
Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)				
- закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног; - учить ползать, пролезать подлезать, перелезать через предметы, перелезать с одного пролёта гимнастической стенки на другой; - учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперёд; - учить прыжкам через короткую скакалку; - закреплять умение принимать правильное	Индивидуальная работа Подвижные игры и игровые упражнения Физкультурные игры-занятия в зале и на воздухе Игры-занятия в бассейне Спортивные, физкультурные досуги и праздники Дни здоровья Игры-забавы «Школа мяча» «Школа скакалки» Игры с элементами спортивных упражнений	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на воздухе Занятия в бассейне Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) Проблемные ситуации	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игра Игровые упражнения	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Открытые занятия Физкультурные занятия детей совместно с родителями Дни открытых дверей Семинары-практикумы Домашние занятия родителей с детьми

исходное положение при метании; - учить отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди)				
Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании				
- учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры; - развивать организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.	Индивидуальная работа Подвижные игры и игровые упражнения Физкультурные игры-занятия в зале и на воздухе Ритмические, танцевальные движения Каникулы	Индивидуальная работа Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) Занятия	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игровая деятельность Игровые упражнения Подвижные народно-спортивные игры	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Семинары-практикумы Дни открытых дверей
Защита, охрана и укрепление физического и психического здоровья детей				
- соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований, учет индивидуальных особенностей детей, оптимальный уровень двигательной активности	Утренняя гимнастика игрового характера. Двигательная активность (подвижные игры). Занятия традиционные и игровые. Наблюдения, игры. Действия с дидактическим материалом и игрушками.	Показ, объяснение, беседа.	Ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками.	Беседы, консультации, консультативные встречи по заявкам, согласование индивидуальных планов оздоровления
Воспитание культурно-гигиенических навыков				
- закрепление навыков личной гигиены, воспитание чувства взаимопомощи. - побуждение детей к самостоятельности и	Занятия традиционные, игровые, тематические; беседы, игровые ситуации	Гигиенические процедуры. Порядок раздевания и одевания. Беседа.	Ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками.	- закрепление навыков личной гигиены, воспитание чувства взаимопомощи. - побуждение детей к самостоятельности и

опрятности при приеме пищи, одевании и раздевании).				опрятности при приеме пищи, одевании и раздевании).
Подведение дошкольников к пониманию целостности человеческого организма				
- формирование представления о себе как об отдельном человеке, ознакомление со строением тела, знакомство со способами заботы о себе и окружающих	В занятиях по ознакомлению с окружающим миром. Тематические беседы. Дидактические игры. Чтение художественной литературы.	Показ, объяснение, беседа.	Ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками.	Консультации, беседы. Консультативные встречи по заявкам. Уголки здоровья.
Привитие навыков сохранения и укрепления здоровья				
- закаливание, массаж, витаминотерапия, вакцинация	Выполнение назначенных процедур, беседы с детьми о их значении. Обучение навыкам точечного самомассажа. Полоскание рта после еды и горла. Воздушные ванны.	Показ, объяснение, личный пример педагога, беседы с детьми о значении закаливающих процедур.	Ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками.	Консультации, беседы. Консультативные встречи по заявкам. Уголки здоровья. Согласование назначенных процедур.
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни				
- формирование представления о себе как об отдельном человеке, ознакомление со строением тела, знакомство со способами заботы о себе и окружающих	В занятиях по ознакомлению с окружающим миром. Тематические беседы. Дидактические игры. Праздники здоровья	Ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками.	Ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками.	Консультации, беседы. Открытые просмотры. Совместные игры.
старший дошкольный возраст				
Старшая группа				
Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)				
- продолжать формировать правильную осанку, умение осознанно выполнять	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на воздухе	Индивидуальная работа Физкультурные	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные

движения; - развивать быстроту, силу, выносливость, ловкость, гибкость; - учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон и спускаться; - кататься на двухколёсном велосипеде, на самокате;	Спортивно-физкультурные досуги и праздники в том числе и на воде Дни здоровья Ритмические танцевальные движения Физкульт минутки Лечебная гимнастика Подвижные игры и физкультурные упражнения на открытом воздухе Массаж Туристические походы (пешие и лыжные) Целевые прогулки	занятия в зале и на воздухе Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) «Гимнастика пробуждения» Проблемные ситуации	Игра Игровые упражнения	досуги и праздники Семинары-практикумы Домашние занятия родителей с детьми Открытые занятия Оформление информационных материалов
Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)				
- закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры, бегать наперегонки, с преодолением препятствий; - учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп; - учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться; -учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте	Индивидуальная работа Подвижные игры и игровые упражнения Физкультурные игры-занятия в зале и на воздухе Игры-занятия в бассейне Спортивные, физкультурные досуги и праздники Дни здоровья «Школа мяча» «Школа скакалки» Неделя здоровья Игры с элементами спортивных упражнений	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на воздухе Занятия в бассейне Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) Проблемные ситуации	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игровая деятельность Игровые упражнения	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Открытые занятия Физкультурные занятия детей совместно с родителями Дни открытых дверей Семинары-практикумы Домашние занятия родителей с детьми Оформление информационных материалов

и вести его при ходьбе;				
Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании				
- учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам; - поддерживать интерес к различным видам спорта, сообщать некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны;	Индивидуальная работа Подвижные игры и игровые упражнения Физкультурные игры-занятия в зале и на воздухе Ритмические, танцевальные движения Каникулы Продуктивная деятельность	Индивидуальная работа Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер)	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игровая деятельность Игровые упражнения Подвижные народно-спортивные игры	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Семинары-практикумы Дни открытых дверей Экскурсии Оформление информационных материалов
Защита, охрана и укрепление физического и психического здоровья детей				
- соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований, учет индивидуальных особенностей детей, оптимальный уровень двигательной активности	Утренняя гимнастика игрового характера. Двигательная активность (подвижные игры). Обучающие занятия. Наблюдения, игры. Действия с дидактическим материалом и игрушками, чтение художественной литературы.	Использование различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя	Сюжетно-ролевые игры, игры-упражнения, рассматривание иллюстраций и тематических сюжетных картинок.	Беседы, консультации, консультативные встречи по заявкам
Воспитание культурно-гигиенических				
- формирование потребности в соблюдении навыков личной гигиены. - расширение представлений о значимости чистоты и режима дня для человека.	Беседы о личной гигиене. Наблюдения, игры. Действия с дидактическим материалом и игрушками, чтение художественной литературы.	Использование различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя	Сюжетно-ролевые игры, игры-упражнения, рассматривание иллюстраций и тематических сюжетных картинок.	
Подведение дошкольников к пониманию целостности человеческого организма				
	Игровые занятия, беседы,	Использование	Сюжетно-ролевые игры,	

	рассказ воспитателя, чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций.	различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя	игры-упражнения, рассматривание иллюстраций и тематических сюжетных картинок.	
Привитие навыков сохранения и укрепления здоровья				
- формирование представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влияние на здоровье	В занятиях по ознакомлению с окружающим миром. Тематические беседы. Игры-предположения, чтение художественной литературы. Праздники здоровья	Использование различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя.	Сюжетно-ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками. Лепка. Рисование	
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни				
- ознакомление с понятиями «здоровье», «болезнь»; обучение заботе о своем здоровье, осознанной необходимости лечения при заболевании	В занятиях по ознакомлению с окружающим миром. Тематические беседы. Дидактические игры. Игры-предположения, чтение художественной литературы. Праздники здоровья	Использование различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя.	Сюжетно-ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками. Лепка. Рисование	Консультации, беседы. Открытые просмотры. Совместные игры.
Подготовительная к школе группа				
Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации)				
- продолжать упражнять в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве;	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на воздухе Спортивно-физкультурные досуги и праздники в том числе и на воде Дни здоровья	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на воздухе Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер)	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игра Игровые упражнения	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Семинары-практикумы Домашние занятия родителей с детьми

- закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.	Ритмические танцевальные движения Физкульт минутки Лечебная гимнастика Подвижные игры и физкультурные упражнения на открытом воздухе Массаж	«Гимнастика пробуждения» Проблемные ситуации		Открытые занятия Оформление информационных материалов
Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями)				
- совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, лёгкости, точности, выразительности их выполнения; - закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге; - учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, ровняться в колонне, шеренге, кругу.	Индивидуальная работа Подвижные игры и игровые упражнения Физкультурные игры-занятия в зале и на воздухе Игры-занятия в бассейне Спортивные, физкультурные досуги и праздники Дни здоровья «Школа мяча» «Школа скакалки» Неделя здоровья Игры с элементами спортивных упражнений	Индивидуальная работа Физкультурные занятия в зале и на воздухе Занятия в бассейне Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер) Проблемные ситуации	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игровая деятельность Игровые упражнения	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Открытые занятия Физкультурные занятия детей совместно с родителями Дни открытых дверей Семинары-практикумы Домашние занятия родителей с детьми Оформление информационных материалов
Формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании				
- формировать потребность в ежедневной двигательной активности; - учить самостоятельно организовывать подвижные	Индивидуальная работа Подвижные игры и игровые упражнения Физкультурные игры-занятия в зале и на воздухе	Индивидуальная работа Утренняя гимнастика Прогулка (утро/вечер)	Самостоятельная двигательная деятельность детей Игровая деятельность Игровые упражнения	Консультации по запросам родителей Спортивно-физкультурные досуги и праздники Семинары-практикумы

игры, комбинировать движения; - поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.	Ритмические, танцевальные движения Каникулы Продуктивная деятельность		Подвижные народно-спортивные игры	Дни открытых дверей Экскурсии Оформление информационных материалов
Защита, охрана и укрепление физического и психического здоровья детей				
- соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований, учет индивидуальных особенностей детей, оптимальный уровень двигательной активности	Утренняя гимнастика игрового характера. Двигательная активность (подвижные игры). Занятия традиционные и игровые. Наблюдения, игры. Действия с дидактическим материалом и игрушками.	Использование различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя.	Сюжетно-ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками. Лепка. Рисование	Консультации, беседы. Консультативные встречи по заявкам. Уголки здоровья.
Воспитание культурно-гигиенических навыков				
- формирование потребности в соблюдении навыков личной гигиены; - расширение представления о значимости чистоты и режима дня для человека.	Занятия традиционные и игровые. Наблюдения, игры. Действия с дидактическим материалом и игрушками. Чтение художественной литературы. Специально созданные ситуации.	Использование различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя.	Сюжетно-ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками. Лепка. Рисование. Рассматривание иллюстраций и тематических картинок.	
Подведение дошкольников к пониманию целостности человеческого организм:				
- формирование представлений о целостности человеческого организма;	Занятия традиционные и игровые. Действия с дидактическим материалом и игрушками. Беседа с использованием демонстрационного и	Использование различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя.	Сюжетно-ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками. Лепка. Рисование. Рассматривание иллюстраций и	

	раздаточного материала. Чтение художественной литературы. Дидактические игры. задания.		тематических картинок.	
Привитие навыков сохранения и укрепления здоровья				
- формирование представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влияние на здоровье	Занятия традиционные и игровые. Действия с дидактическим материалом и игрушками. Беседа с использованием демонстрационного и раздаточного материала. Чтение художественной литературы. Дидактические игры, задания.	Использование различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя.	Сюжетно-ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками. Лепка. Рисование. Рассматривание иллюстраций и тематических картинок.	
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни				
- формирование представлений о составляющих здорового образа жизни, воспитание положительного отношение к нему	Беседа с использованием демонстрационного и раздаточного материала. Чтение художественной литературы. Дидактические игры, задания.	Использование различных естественно возникающих ситуаций, беседы, рассказ воспитателя.	Сюжетно-ролевые игры, действия с предметами, орудиями, дидактическими игрушками. Лепка. Рисование. Рассматривание иллюстраций и тематических картинок.	

Календарно – тематическое планирование по «Физическому развитию»
МБДОУ «Детский сад №158» г.о. Самара

	Тема недели	Недели	2 мл.гр.	Средняя гр.	Старшая гр.	Подготовит. Гр.	Итоговое занятие
Сентябрь	**«До свиданье, лето, здравствуй детский сад!»**	**1**	«До свиданье, лето, здравствуй детский сад!». «Знакомство со спортивном залом»	«До свиданье, лето, здравствуй детский сад!»	«Детский сад - страна друзей»	«Детский сад - страна чудес»	Развлечение «Здравствуй, детский сад!»
	«Самара – город мой родной!»	**2**	«Урожайная» (фрукты и овощи)	«Самара – город мой родной!»	«Самара - мой город»	«Мой город-Самара»	Оформление альбома о Самаре
	«Осень»	**3**	«Кладовая природы»	«Урожайная» (фрукты и овощи)	«Урожайная» (фрукты)	«Урожайная»	Эстафеты
	«Осень»	**4**	«Хлеб – всему голова»	«Кладовая природы» (грибы и ягоды)	«Урожайная» (грибы)	«Хлеб – всему голова»	Веселые старты «Во саду ли в огороде»
	«Осень»	**5**	«Хлеб – всему голова»	«Хлеб – всему голова»	«Хлеб – всему голова»		
Октябрь	**«Золотая осень»**	**1**	Золотая осень» (признаки)	«Золотая осень» (признаки)	«Золотая осень» (признаки , деревья)	«Золотая осень»	Развлечение «Добрый доктор Айболит»
	«Золотая осень»	**2**	Золотая осень» (признаки)	«Золотая осень» (дикие животные и птицы)	«Золотая осень» (деревья)	«Золотая осень»	Праздник: «Золотая осень»
	«Я человек. Мои права»	**3**	«Я человек»	«Я в мире человек» (мое тело)	«Я человек. Мои права»	«Я человек. Мои права»	
	«В здоровом теле - здоровый дух.»	**4**	«В здоровом теле - здоровый дух.»	«В здоровом теле - здоровый дух.»	«В здоровом теле - здоровый дух.»	«В здоровом теле - здоровый дух.»	День здоровья «В здоровом теле – здоровый дух»
Ноябрь	**«Мой дом»**	**1**	«Мой дом»	«Люблю тебя, моя Россия!»	«Люблю тебя, моя Росси я!»	«Люблю тебя , моя Россия !»	Веселые старты «Быстрее ,сильнее, выше»
	«Мой город»	**2**	«Дорожная азбука»	«Дорожная азбука» (транспорт)	«Дорожная азбука»	«Дорожная азбука»	Спортивное развлечение «Дорожная азбука»
	«Моя семья»	**3**	«Моя семья»	«Моя семья»	«Семья, семейные традиции »	«Семья, семейные традиции»	Эстафеты

	«День матери»	**4**	«День матери»	«День матери»	«Мамин День»	«Мамин День»	Музыкально-спортивный праздник «А, ну-ка, мамы!»
	«Все работы хороши»	**5**	«Все работы хороши»	«Все работы хороши»	«Все работы хороши»		Игровое занятие «Все профессии важны»
Декабрь	**«В гостях у сказки»**	**1**	«В гостях у сказки»	«В мире художественной литературы»	«В мире художественной литературы»	«Все работы хороши»	Игры - эстафеты
	«Зимушка хрустальная»	**2**	«Зимушка хрустальная» (признаки)	«Зимушка хрустальная» (признаки)	«Зимушка хрустальная»	«В мире художественной литературы»	
	«Новогодние праздники»	**3**	«Новогодние праздники»	«Новогодние праздники»	«Новогодние праздники»	«Зимушка хрустальная»	Хоровод дружбы
	«Новогодние праздники»	**4**	«Новогодние праздники»	«Новогодние праздники»	«Новогодние праздники»	«Новогодние праздники»	Новогодние праздники
Январь	**«Каникулы»**	**2**	«Каникулы»	«Каникулы»	«Каникулы»	«Новогодние праздники»	Новый год
	«Зима»	**3**	Зимние забавы» «Зимние виды спорта»	«Зимние забавы» «Зимние виды спорта»	«Зимние забавы» «Зимние виды спорта»	«Зимние забавы» «Зимние виды спорта»	Развлечение « Ах, ты, Зимушка-зима»
	«Зима»	**4**	«Зимушка-Зима» (дикие животные)	«Зимушка-Зима» (Дикие животные и птицы)	«Зимушка-Зима» (Дикие животные и птицы)	«Зимушка-Зима»	Акция «Покорми птиц»
Февраль	**«Зима»**	**1**	«Зимушка-Зима» (птицы зимой)	«Зимушка-Зима» (одежда и обувь)	«Зимушка-Зима» (одежда и обувь)	«Зимушка-Зима»	
	«Путешествие по странам и континентам» (Арктика и Антарктика)	**2**	«Путешествие по странам и континентам» (Арктика и Антарктика)	«Путешествие по странам и континентам» (Арктика и Антарктика)	«Путешествие по странам и континентам» (Арктика и Антарктика)	«Путешествие по странам и континентам»	
	«День защитника Отечества»	**3**	«Я и мой папа»	«Мир предметов техники и изобретений»	«Мир предметов, техники , механизмов, изобретений»	«Мир предметов, техники , механизмов, изобретений»	Соревнования
	«День защитника	**4**	«День защитника	«День защитника	«День защитника	«Мы юные	Спортивно –

	Отечества»		Отечества»	Отечества»	Отечества»	Защитники Отечества"	музыкальное развлечение
Март	**«8 Марта»**	**1**	«Девочки и мальчики»	«Девочки и мальчики»	«Девочки и мальчики»	«Девочки и мальчики»	
	«8 Марта»	**2**	«8 Марта»	«8 Марта»	«Международный женский день»	«Международный женский день»	Праздник 8 Марта
	«Знакомство с народной культурой и традициями»	**3**	«Народные игры и игрушки» «Матрёшка»	«Народные игры и игрушки»	«Народные игры и игрушки»	«Народные игры и игрушки»	Игровое занятие «Как играли наши дедушки»
	«Знакомство с народной культурой и традициями»	**4**	«Народные промыслы»	«Народные промыслы»	«Народные промыслы»	«Весна красна»	
	«Весна»	**5**	«Весна красна» (признаки)	«Весна красна» (природа)	«Весна красна»		Сюжетное занятие «В весеннем лесу»
Апрель	**«Весна»**	**1**	«Весна красна» (шутки-прибаутки)	«Весна красна»(перелетные птицы ,цветы)	«Весна красна»	«Весна красна»	Народные игры на воздухе
	«Космос»	**2**	«Космос» (Элементарные представления)	«Космос»	«Космос»	«Космос»	Игры-эстафеты «Космическое путешествие»
	«День Земли»	**3**	«Земля наш общий дом»	«Земля наш общий дом» (животные теплых стран, рыбы)	«Земля наш общий дом»	«Земля наш общий дом»	Экологическое развлечение «Мы защитники природы»
	«Мир искусства»	**4**	«Вещи, которые нас окружают»	«Мир театра»	«Мир театра»	«Мир театра»	
м ай	**«Неделя безопасности»**	**1**	«Неделя безопасности»	«Неделя безопасности»	«Неделя безопасности»	«Неделя безопасности»	
	«День Победы»	**2**	«День Победы»	«День Победы»	«День Победы»	«День Победы»	9 мая – День Победы
	«Труд людей на огороде»	**3**	«Труд людей на огороде»	«Труд людей в саду и на огороде»	«Труд людей на огороде и сельхозработы»	«Народные праздники и традиции»	«Моя любимая игра»

	«Лето красное»	**4**	«Лето красное»	«Лето красное» (насекомые)	«Лето красное»	«Мы будущие первоклассники»	Выпуск в школу
	«Лето красное»	**5**	«Лето красное»	«Лето красное» (признаки ,полевые цветы)	«Лето красное»		

Учебный план по физическому развитию
Пояснительная записка

Учебные планы для образовательного учреждения разработаны в соответствии:

- Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказом МОиН РФ от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- Приказом МОиН РФ от 30.08.2013г. №1014 « Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программа дошкольного образования».
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. №26 г.Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;
- Уставом ГБОУ СОШ №2 г. Нефтегорска;

Учебные планы составлены с учетом возрастных особенностей детей. Основой для осуществления работы является основная образовательная программа - образовательная программа дошкольного образования структурного подразделения, реализующего основную общеобразовательную программу дошкольного образования детский сад «Солнышко» ГБОУ СОШ №2 г. Нефтегорска

Программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования.

Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки, составляет: для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет не более 1,5 часа, в младшей группе (дети четвертого года жизни) - 2 часа 45 мин., в средней

группе (дети пятого года жизни) - 4 часа, в старшей группе (дети шестого года жизни) - 6 часов 15 минут, в подготовительной (дети седьмого года жизни) - 8 часов 30 минут".

Продолжительность непосредственно образовательной деятельности составляет для детей: до 3 -х лет - не более 10 мин. 4-го года жизни - не более 15 минут, 5-го года жизни - не более 20 минут, 6-го года жизни - не более 25 минут, 7-го года жизни - не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводится физкультминутка. Перерывы между периодами непосредственно образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Два занятия по физическому развитию с детьми от 3 до 7 лет проводит инструктор по физкультуре Салтаева Т.Г. в спортивном зале, а одно во время прогулки в форме подвижных игр, эстафет.

Планирование образовательной деятельности по физическому развитию в группах общеразвивающей направленности

№	Вид организованной деятельности	Количество часов				
		Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Под-ная группа
1	Двигательная деятельность	3	3	3	3	3

Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие»

Автор	Название	год изд.
Пензулаева Л. И.	Физическая культура в детском саду. Вторая младшая группа ФГОС	2013
Пензулаева Л. И.	Физическая культура в детском саду. Средняя группа ФГОС	2013
Пензулаева Л. И.	Физическая культура в детском саду. Старшая группа ФГОС	2013
Пензулаева Л. И.	Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа ФГОС	2013
Григорьева Г.Г	Программа воспитания и развития детей раннего возраста в условиях ДОУ	2010
Утробина К. К.	Занимательная физкультура в детском саду	2006
Шебеко В. Н.	Физкультурные праздники в детском саду	2000
Полтавцева Н. В. Гордова Н. А.	Физическая культура в дошкольном детстве	2005

Сетка проведения НОД инструктором по физической культуре
на 2017-2018 учебный год.
(Молодёжный пер.,19а)

ДЕНЬ НЕДЕЛИ	ВРЕМЯ И ГРУППА
Понедельник	9.00 –9.20 «Кораблик» 9.30 – 9.50 «Теремок» 10.30 –11.00 «Светофорчик» 17.15 –17.35 «Паровозик» (на воздухе)
Среда	9.00 –9.20 «Кораблик» 9.30–9.50 «Теремок» 10.00–10.25 «Паровозик» 10.35–11.05 «Светофорчик»
Четверг	Активный отдых (физкультурный досуг, физкультурный праздник, день здоровья)
Пятница	10.20.–10.40. «Паровозик» 11.15-11.45 «Светофорчик» (на воздухе)

Сетка проведения НОД инструктором по физической культуре на 2017-2018 учебный год (Молодёжный пер.,20а)

ДЕНЬ НЕДЕЛИ	ВРЕМЯ И ГРУППА
Понедельник	Активный отдых (физкультурный досуг, физкультурный праздник, день здоровья)
Вторник	9.00 –9.20 «Солнышко» 9.30 –9.45 «Полянка» 09.55–10.15 «Звёздочка»
Четверг	9.00 –9.20 «Солнышко» 9.30 –9.45 «Полянка» 09.55–10.15 «Звёздочка»
Пятница	9.00 –9.20 «Солнышко» 9.30 –9.45 «Полянка» 09.55–10.15 «Звёздочка»

Перспективное планирование НОД см приложение2

а) особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.

Образовательная деятельность по физическому развитию строится в соответствии с направлениями развития ребенка.

1. ***«Социально-коммуникативное развитие»:*** создание в процессе образовательной деятельности по физическому развитию педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки, побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников; привлечение детей к расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования.
2. ***«Познавательное развитие»:*** активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей), организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве, подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем (имитация движения животных, труда взрослых).
3. ***«Речевое развитие»:*** побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой; организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетных физкультурных занятий на темы прочитанных сказок и потешек.
4. ***«Художественно-эстетическое развитие»:*** привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и инструктора по физической культуре, оформления спортивного зала; использование в процессе непосредственно образовательной деятельности изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания), рисование мелом разметки для подвижных игр; организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыку,

пение; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

Система физкультурно-оздоровительной работы

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Основные принципы физкультурно-оздоровительной работы:

- принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей
- принцип научности - подкрепление проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками
- принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего учебно - воспитательного процесса и всех видов деятельности
- принцип результативности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья
- принцип результативности и гарантированности - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительных результатов независимо от возраста и уровня физического развития.

Основные направления физкультурно-оздоровительной работы

1. Создание условий

- организация здоровье сберегающей среды в ДОУ
- обеспечение благоприятного течения адаптации

- выполнение санитарно-гигиенического режима

2. Организационно-методическое и педагогическое направление

- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
- систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров
- составление планов оздоровления
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

3. Физкультурно-оздоровительное направление

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
- коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом здоровье

4. Профилактическое направление

- проведение обследований по скрининг - программе и выявление патологий
- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний
- предупреждение острых заболеваний методами неспецифической профилактики
- противорецидивное лечение хронических заболеваний
- дегельминтизация
- оказание скорой помощи при неотложных состояниях.

Система оздоровительной работы

№ п\ п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1.	**Обеспечение здорового ритма жизни** - щадящий режим / в адаптационный период/ - гибкий режим дня - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей - организация благоприятного микроклимата	1 младшая группа Все группы Все группы	Ежедневно в адаптационный период ежедневно ежедневно	Воспитатели, медик, педагоги все педагоги, медик
2.	**Двигательная активность**	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по ФК
2.1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по ФК
2.2	Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию - в зале; - на улице.	 Все группы Все группы	3р. в неделю в зале младшие и средние 2 р. в неделю в зале 1 р. в неделю на воздухе старшие и подготовительные	Инструктор по ФК Воспитатели
2.3	Спортивные упражнения (санки, лыжи, велосипеды и др.)	Во всех группах	2 р. в неделю	Воспитатели
2.4	Элементы спортивных игр	старшая, подготовительная	2 р. в неделю	Воспитатели, Инструктор по ФК
2.5	Активный отдых - спортивный час; - физкультурный досуг;	 Все группы Все группы Подготовительная	 1 р. в неделю 1 р. в месяц 1 р. в год	 Инструктор по ФК Воспитатели

2.7.	Физкультурные праздники (зимой, летом) «День здоровья» «Весёлые старты»	все группы подготовительная	1 р. в год 1 р. в год	Инструктор ФК, Воспитатели, муз. Рук.
2.8.	Каникулы (непосредственная образовательная деятельность не проводится)	Все группы	1 р. в год (в соответствии с годовым календарным учебным графиком)	Все педагоги
3.	**Лечебно – профилактические мероприятия**			
3.1	Витаминотерапия	Все группы	Курсы 2 р. в год	медсестра
3.2	Профилактика гриппа (проветривание после каждого часа, проветривание после занятия)	Все группы	В неблагоприятный период (осень, весна)	медсестра
3.3	Физиотерапевтические процедуры (кварцевание)	Все группы	В течении года	Медсестра, воспитатели
3.4	Фитонезидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	В неблагопр. период (эпидемии гриппа, инфекции в группе)	Воспитатели, медсестра
4.	**Закаливание**			
4.1	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна	Воспитатели
4.2	Облегчённая одежда детей	Все группы	В течении дня	Воспитатели, мл. воспитатели
4.3	Мытьё рук, лица	Все группы	Несколько раз в день	Воспитатели

Режим двигательной активности на 2017-2018 учебный год.

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей			
		3–4 года	**4–5 лет**	**5–6 лет**	**6–7 лет**
Физкультурные занятия	а) в помещении	3 раза в неделю 15	3 раза в неделю 20	2 раза в неделю 20-25	2 раза в неделю 30
	б) на улице			1 раз в неделю 25	1 раз в неделю 30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 5–6	Ежедневно 6–8	Ежедневно 8–10	Ежедневно 10–12
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15–20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20–25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25–30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30–40
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	3–5 ежедневно в зависи мости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависи-мости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависи-мости от вида и содержания занятий	3–5 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30–45	1 раз в месяц 40
	б) физкультурный праздник	—	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

	оборудования				
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

Модель закаливания детей дошкольного возраста

мероприятия	*место в режиме дня*	*периодичность*	*дозировка*	*3- 4 года*	*4-5 лет*	*5-6 лет*	*6-7 лет*
умывание	после каждого приема пищи, после проулки	ежедневно	t воды +28+20	+	+	+	+
облегченная одежда	в течении дня	ежедневно, в течение года	-	+	+	+	+
одежда по сезону	на прогулках	ежедневно, в течение года	-	+	+	+	+
прогулка на свежем воздухе	после занятий, после сна	ежедневно, в течение года	от 1,5 до 3часов, в зависимости от сезона и погодных условий	+	+	+	+
утренняя гимнастика на воздухе	-	июнь-август	в зависимости от возраста	+	+	+	+
физкультурные занятия на воздухе	-	в течение года	10-30 мин., в зависимости от возраста	+	+	+	+
воздушные ванны	после сна	ежедневно, в течение года	5-10 мин.,в зависимости от возраста	+	+	+	+
	на прогулке	июнь-август	-				
выполнение режима проветривания помещения	по графику	ежедневно, в течение года	6 раз в день	+	+	+	+
дневной сон с открытой фрамугой	-	в теплый период	t возд.+15+16		+	+	+
Бодрящая гимнастика	после сна	ежедневно, в течение года			+	+	+
дыхательная гимнастика	во время утренней зарядки, на физкультурном занятии, на прогулке, после сна	ежедневно, в течение года	3-5 упражнений		+	+	+

дозированные солнечные ванны	на прогулке	июнь-август с учетом погодных условий	с 9.00 до 10.00 ч. по графику до 25 мин. до 30 мин.	+	+	+	+
Пальчиковая гимнастика	перед завтраком	ежедневно	5-8 мин	+			

б) способы и направления поддержки детской инициативы.

Детская инициатива проявляется в свободной самостоятельной деятельности детей по выбору и интересам.

Образовательная деятельность при проведении режимных моментов

физическое развитие: комплексы закаливающих процедур (оздоровительные прогулки, мытье рук прохладной водой перед каждым приемом пищи, полоскание рта и горла после еды, воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна, контрастные ножные ванны), утренняя гимнастика, упражнения и подвижные игры во второй половине дня.

- *Самостоятельная деятельность детей*

физическое развитие: самостоятельные подвижные игры, игры на свежем воздухе, спортивные игры и занятия (катание на санках, лыжах, велосипеде и пр.);

- *Организованная образовательная деятельность*

-Непосредственно образовательная деятельность: игровые, сюжетные, тематические (с одним видом физических упражнений), комплексные (с элементами развития речи, математики, конструирования).

-Непосредственно образовательная деятельность, состоящая из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности; контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера, сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок, потешек.

-Подвижные игры.

-Физкультминутки; динамические паузы, игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, народных песенок, авторских стихотворений, считалок.

-Ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, игровые беседы с элементами движений.

-Спортивные игры и упражнения.

-Спортивные праздники и развлечения, досуги, дни здоровья.

-Игровые беседы с элементами движений.

-Закаливающие процедуры.

-Чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций.

-Двигательная активность в течение дня.

-Тренировки в основных видах движений.

-Соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей.

-Различные виды непосредственно образовательной деятельности (использование тренажеров и спортивных комплексов, и другие).

При работе используются следующие методы и приемы обучения:

Наглядные:

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры);

- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;

- подача команд, распоряжений, сигналов;

- вопросы к детям и поиск ответов;

- образный сюжетный рассказ, беседа;

- словесная инструкция.

- слушание музыкальных произведений;

Практические:

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме;
- выполнение упражнений в соревновательной форме;
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

Программа обеспечивает полноценное развитие личности детей во всех основных образовательных областях, в том числе и физического развития личности детей на фоне их эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и к другим людям. Указанные требования направлены на создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды, которая:

1) гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;

2) обеспечивает эмоциональное благополучие детей;

3) способствует профессиональному развитию педагогических работников;

4) создает условия для развивающего вариативного дошкольного образования;

5) обеспечивает открытость дошкольного образования;

6) создает условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности.

3-4 года

Приоритетная сфера инициативы **— *продуктивная деятельность.***

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- Создавать условия для реализации собственных планов и замыслов каждого ребенка.

- Рассказывать детям об их реальных, а также возможных в будущем достижениях.
- Отмечать и публично поддерживать любые успехи детей.
- Всемерно поощрять самостоятельность детей и расширять ее сферу.
- Помогать ребенку найти способ реализации собственных поставленных целей.
- Поддерживать стремление научиться делать что-то и радостное ощущение возрастающей умелости.
- В ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять ему действовать в своем темпе.
- Не критиковать результаты деятельности детей, а также их самих. Использовать в роли носителей критики только игровые персонажи, для которых создавались эти продукты.
- Ограничить критику исключительно результатами продуктивной деятельности.
- Учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям.
- Уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков.

- Создавать положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку; проявлять деликатность и тактичность.

4-5 лет

Приоритетная сфера инициативы — **познание окружающего мира.**

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- Поощрять желание ребенка заниматься физической культурой, спортом, участия в спортивных развлечениях, праздниках.

- Негативные оценки можно давать только поступкам ребенка и только один на один, а не на глазах у детей.
- Недопустимо диктовать детям, как и во что они должны играть; навязывать им сюжеты игры. Развивающий потенциал игры определяется тем, что это самостоятельная, организуемая самими детьми деятельность.
- Участие взрослого в играх детей полезно при выполнении следующих условий: дети сами приглашают взрослого в игру или добровольно соглашаются на его участие; сюжет и ход игры, а также роль, которую взрослый будет играть, определяют дети, а не педагог; характер исполнения роли также определяется детьми.
- Привлекать детей к украшению спортивного зала к праздникам, обсуждая разные возможности и предложения.
- Побуждать детей формировать и выражать собственную эстетическую оценку воспринимаемого, не навязывая им мнения взрослых.

5-6 лет

Приоритетная сфера инициативы — **внеситуативно-личностное общение.**

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

- Создавать положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и теплое слово для выражения своего отношения к ребенку.
- Уважать индивидуальные вкусы и привычки детей.
- Поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу; обращать внимание детей на полезность будущего продукта для других или ту радость, которую он доставит кому-то (маме, бабушке, папе, другу).
- Создавать условия для разнообразной самостоятельной деятельности детей.
- При необходимости помогать детям в решении проблем организации игры.

• Создавать условия и выделять время для дополнительных занятий спортом, физической культуры.

6-7 лет

Приоритетная сфера инициативы — **научение.**

Деятельность педагога по поддержке детской инициативы:

• Вводить адекватную оценку результата деятельности ребенка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования двигательной активности детей.

• Спокойно реагировать на неуспех ребенка и предлагать несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, и т.п. Создавать ситуации, позволяющие ребенку реализовать свою компетентность, обретая уважение и признание взрослых и сверстников.

• Обращаться к детям с просьбой показать педагогу и научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого.

• Поддерживать чувство гордости за свои успехи и удовлетворения его результатами.

• Создавать условия для разнообразной спортивной деятельности детей.

• При необходимости помогать детям в решении проблем при организации игры.

• Реализовывать пожелания и предложения детей.

• Создавать условия и выделять время для дополнительной двигательной активности детей по их интересам.

в) особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников;

В современных условиях дошкольное образовательное учреждение является единственным общественным институтом, регулярно и неформально взаимодействующим с семьей, то есть имеющим возможность оказывать на неё определенное влияние.

В основу совместной деятельности семьи и дошкольного учреждения заложены следующие принципы:

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

На сегодняшний день в ДОО осуществляется интеграция общественного и семейного воспитания дошкольников со следующими категориями родителей:

- с семьями воспитанников;
- с будущими родителями.

Целью взаимодействия инструктора по физической культуре и семьи является: содействие повышению двигательной активности и общего физического развития детей через организацию целенаправленной совместной деятельности педагога и родителей.

Задачами в работе с семьёй:

- повышение компетенции родителей в физическом развитии и воспитании ребёнка,
- приобщение родителей к участию в жизни детского сада через поиск и внедрение наиболее эффективных форм работы,
- понятие и принятие индивидуальности ребёнка, доверие и уважение к нему, как к уникальной личности,

Формы работы с семьёй:

1. *Открытые физкультурные занятия для родителей* – дают возможность наглядно продемонстрировать состояние физического развития детей и их физическую подготовленность. Родители знакомятся с большим перечнем доступных упражнений и подвижных игр, способствующих развитию у детей

двигательных навыков. Осваивают методы обучения упражнениям, чтобы в результате повторений закрепить приобретенные навыки.

2. *Физкультурные праздники* – способствуют приобщению детей и родителей к физической культуре и спорту, совершенствованию движений, воспитывают у детей дисциплинированность, ответственность, дружбу. А также совместная двигательная деятельность способствует созданию положительных эмоций, бодрого настроения, что является важным условием активного отдыха.

3. *День открытых дверей в спортивном зале* — помогают детям совместно с родителями удовлетворить потребность в двигательной активности по своему выбору, отдавая предпочтения своим любимым упражнениям, а родителям узнать предпочтения своего ребёнка в выборе вида движения и уровне его освоения, а так же получить положительные эмоции при совместной двигательной активности.

4. *Беседы — индивидуальные и групповые* — в основном носят индивидуальный характер. Беседы лаконичны, значимы для родителей, побуждают собеседника к высказыванию. Обсуждаются характерные особенности ребёнка, возможные формы организации совместной деятельности дома, на улице, а так же рекомендуется литература по развитию движения у детей.

5. *Консультации.* Целью консультаций является усвоение родителями определённых знаний, умений, помощь им в разрешении проблемных вопросов.

6. *Разработка и оформление стендовой информации* – позволяет познакомить родителей с задачами физического воспитания, с вопросами, касающимися здорового образа жизни, правильного питания, организации режима, закаливания, подбора физкультурного инвентаря и др.

7. *Родительское собрание* – позволяет наладить более близкий контакт с семьёй воспитанников, обсудить интересующие вопросы, обменяться

мнениями в том или ином направлении работы дошкольного учреждения, наметить дальнейшие планы.

8. *Анкетирование* – необходимо для выявления значимости отдельных факторов, предусматривающие получение разнообразных данных, сведений и характеристик. Они позволяют изучить культуру здоровья семьи, выявить индивидуальные особенности детей для построения дальнейшей работы с ними и внедрения эффективных программ физкультурно-оздоровительной направленности в семью.

План работы с семьёй
инструктора по физической культуре

месяц	неделя	мероприятие
Сентябрь:	*1 неделя*	Анкетирование: «Любимые игры ребёнка в летний период»
	2 неделя	Наглядная информация «Планируемые результаты на уч. год»
	3 неделя	Индивидуальные беседы «Прогулки осенью»
	4 неделя	Ознакомление с результатами уровня физической подготовки ребёнка, рекомендации (в индивидуальном порядке).
Октябрь	*1 неделя*	. Консультация на тему: «Лечебное воздействие дыхательной гимнастики»
	2 неделя	Фотовыставка «Моя спортивная семья»
	3 -4 недели	Выступления на родительских собраниях «Возрастные особенности в физическом развитии детей»
Ноябрь	*1 неделя*	Открытые занятия
	2 неделя	. Весёлые старты с родителями «Папа, мама, я – спортивная семья»
	3 неделя	Наглядные рекомендации по выполнению упражнений в паре «Моя спортивная мама!»
	4 неделя	Интернет информация на сайте ДОУ: развивающие упражнения с элементами стретчинка
Декабрь	*1 неделя*	Наглядные формы информации: «Здоровый ребёнок в ваших руках»
	2 неделя	. Консультация: «Мяч – полезная игрушка.

		Возможность развивать ребёнка в играх с мячом»
	3 неделя	«Развитие тактильной чувствительности стоп с использованием специального оборудования» — брошюра.
	4 неделя	Индивидуальные беседы «Врачебное сопровождение детей с заболеваниями опорно- двигательной системы»
Январь	*1 неделя*	. Спортивный праздник с родителями «Зимний олимпийский калейдоскоп»
	2 неделя	Открытое занятие «Танцы на мячах»
	3 неделя	. Интернет консультация на сайте ДОУ «Игры зимой»
	4 неделя	Индивидуальные беседы на тему «Домашний спортзал»
Февраль	*1 неделя*	Индивидуальные беседы по интересам родителей.
	2 неделя	Праздник с папами: «Аты- баты, мы солдаты»
	3 неделя	Анкетирование родителей: «Спорт – инвентарь для детского пользования дома»
	4 неделя	Интернет-консультация на сайте ДОУ «Держим спинку»
Март	*1 неделя*	Наглядная информация: «Выбираем вид спорта»
	2 неделя	Консультация: «Дома – не скучаем!!!» — развитие двигательных навыков и умений в домашних условиях
	3 неделя	Рекомендации (брошюра) по формированию основных движений «Любим прыгать»
	4 неделя	День открытых дверей (свободное посещение физкультурных занятий)
Апрель	*1 неделя*	Физкультурные досуги: День Здоровья» — совместные игры
	2 неделя	Интернет – презентация «Я люблю свой спортивный зал» (рисунки детей, фотографии детей в спортивном зале)
	3 неделя	Консультация на тему: «Игры, которые лечат»
	4 неделя	Мастер класс для родителей: «Безопасность на фитболе»
Май	*1 неделя*	День открытых дверей в спортивном зале
	2 неделя	Итоговый педагогический контроль (ознакомление родителей в индивидуальном порядке)
	3 неделя	Рекомендации по результатам мониторинга
	4 неделя	Наглядная информация: «Чем занять ребёнка летом»

Разнообразные формы работы с семьёй позволяют взаимодействовать с максимальным количеством родителей. Каждая семья может получать информацию в двухстороннем направлении наиболее приемлемым для себя образом. Как правило, взаимодействовать со специалистами родители начинают с индивидуальных бесед, посещения родительских собраний, получают информацию со стендов. Но постепенно, родители становятся более компетентны в вопросах оздоровления и физического развития ребёнка, что побуждает их принимать участия в наиболее открытых мероприятиях, таких как праздники, мастер – классы. Как показывает мой опыт работы, родители, которые преодолев стеснения во время открытых мероприятий в ДОУ, становятся более активными участниками жизни ребёнка в школе (с охотой вступают в родительский комитет, участвуют в различных проектах и т.п.).

Таким образом, можно говорить о том, что благодаря взаимодействию с ДОУ, большинство родителей со временем понимают, что их привлечение в педагогическую работу детского сада, активное участие в воспитательно – образовательном процессе важно не для педагога, а для развития их собственного ребёнка.

2.1.2 **Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов**

Формы работы по образовательной области «Физическое развитие»

Ранний возраст(от 1 года до 3х лет)

Вид деятельности	Формы организации	Способы, методы	Средства
непосредственно образовательная деятельность	подгрупповая	-сюжетно-игровые физкультурные занятия: Общеразвивающие упражнения: -с предметами, - без предметов,	Учебно-методическое обеспечение: различные иллюстрации и картинки; Предметно -

		Игры с элементами спорта	пространственная образовательная среда
образовательная деятельность в режимных моментах	подгрупповая, индивидуальная.	Физкультминутки. Динамические паузы. Подвижные игры. Игровые упражнения.	Подборка различных видов оздоровительных гимнастик, Подборка стихов, потешек, загадок; Предметно - пространственная образовательная среда
самостоятельная деятельность детей	индивидуальная.	Подвижные игры. Игровые упражнения. Имитационные движения.	Различные иллюстрации и картинки Предметно - пространственная образовательная среда
образовательная деятельность в семье	индивидуальная.	Беседа Совместные игры	Книги про спорт. Спортивное оборудование

Дошкольный возраст (от 3х до 8 лет)

Вид деятельности	Формы организации	Способы, методы	Средства
непосредственно образовательная деятельность	фронтальные	Физкультурные занятия: - сюжетно-игровые, - тематические, -классические, -тренирующие, - на тренажерах, - на улице, -походы. Общеразвивающие упражнения: -с предметами, - без предметов, -сюжетные, -имитационные. Игры с элементами спорта. Спортивные упражнения	Учебно-методическое обеспечение: -наглядный материал (плакаты, карты-пиктограммы, различные иллюстрации и картинки); - Дидактический материал «Виды спорта»; Технические средства обучения Предметно - пространственная образовательная среда: Спортивный зал.
образовательная деятельность в режимных	фронтальные, подгрупповая, индивидуальная	Утренняя гимнастика: -классическая, -игровая,	Наглядный материал (плакаты, карты-

моментах		-полоса препятствий, Физкультминутки. Динамические паузы. Подвижные игры. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Проблемные ситуации. Спортивные праздники и развлечения. Гимнастика после дневного сна: -оздоровительная, -коррекционная, -полоса препятствий. Упражнения: - корригирующие -классические, - коррекционные	пиктограммы, различные иллюстрации и картинки); • Дидактический материал «Виды спорта»; Подборка различных видов оздоровительных гимнастик; Подборка стихов, потешек, загадок; «Уголки здоровья» в групповых комнатах. Спортивная площадка.
самостоятельная деятельность детей	подгрупповая, индивидуальная	Подвижные игры. Игровые упражнения. Имитационные движения.	Дидактический материал «Виды спорта»; Подборка стихов, загадок о спорте; «Сухой бассейн»
образовательная деятельность в семье	индивидуальная	Беседа Совместные игры. Экскурсии. Занятия в спортивных секциях. Посещение бассейна.	Книги про здоровье и спорт. Спортивные малые формы.

2.1.3. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений развития детей

а) специальные условия для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья

Физическое воспитание осуществляется в процессе всей коррекционно-воспитательной работы. Основными формами физического воспитания являются: утренняя гимнастика, подвижные игры на прогулках и в перерыве между занятиями, физкультминутки, фонетическая ритмика, музыкальные занятия, занятия по физическому воспитанию.

Утренняя гимнастика способствует переходу организма ребенка от сна к бодрствованию, готовит к активной деятельности в течение дня, создает необходимый тонус. Утренняя гимнастика проводится во всех возрастных

группах под руководством воспитателя. Комплекс упражнений соответствует возрасту, индивидуальным возможностям детей и включает знакомые детям, отработанные упражнения на развитие и координацию основных движений, развитие равновесия, формирование правильной осанки. Перед началом выполнения упражнений важно создать у детей хорошее настроение, можно использовать звуковые сигналы (музыкальные инструменты) или музыкальное сопровождение (аудиозаписи). Зарядка проводится в хорошо проветренном помещении, где заранее подготавливаются необходимые атрибуты (мячи, флажки и др.).

Обычно при проведении утренней гимнастики соблюдается следующая последовательность: ходьба, бег, улучшающие кровообращение и усиливающие дыхание, общеразвивающие упражнения, прыжки, подскоки, дыхательные упражнения.

Подвижные игры проводятся на прогулках и в перерывах между занятиями. Они позволяют детям сменить вид деятельности, отдохнуть после активной работы на занятиях. Игры между занятиями должны быть хорошо знакомы детям, просты и доступны для участия всех.

Организация игр на прогулке зависит от времени года и состояния погоды. Необходимо также учитывать характер предшествующей деятельности детей. В холодное время года целесообразно начать прогулку с бега, подвижных игр. В дождливую погоду организуются малоподвижные игры, которые не требуют большого пространства. Во время прогулок можно широко использовать бессюжетные игры, например серсо, кольцеброс, кегли; в старших группах - элементы спортивных игр: волейбол, футбол, бадминтон и др. На прогулках можно обучать детей катанию на велосипеде, зимой - на санках, лыжах, коньках. На прогулках организуются спортивные развлечения, проводятся спортивные праздники.

В содержание прогулок могут включаться также и различные упражнения на развитие движений и двигательных качеств, закрепление разученных на занятиях упражнений.

Свободная деятельность детей в дневное и вечернее время создает хорошие возможности для двигательной активности, когда дети занимаются играми, рисованием, чтением, упражнениями на гимнастических снарядах. Их двигательной активностью необходимо руководить и следить, чтобы активные движения чередовались с занятиями за столом, спокойными играми, не допускать перевозбуждения в процессе коллективных игр.

Физминутки обеспечивают смену деятельности детей на занятиях, создают возможности для кратковременного отдыха. Физкультминутки проводятся, как правило, в середине занятия, после появления признаков утомления. Длительность физкультминутки – 3-5 минут, в нее включаются несколько упражнений, которые обычно носят игровой характер, или подвижная игра. Целесообразно связывать движения с содержанием занятия: например, имитировать катание на коньках или лыжах, бросание снежков в процессе занятия по теме «Зима», подражать движениям животных при изучении соответствующей темы.

В некоторых случаях, по желанию сурдопедагога, взамен физкультминутки может быть проведена фонетическая ритмика, в которой различные движения сочетаются с произнесением речевого материала (звуков, слогов, слов, фраз), отработкой ритмико-инто-национной стороны речи.

Музыкальные занятия - также одна из форм физического воспитания дошкольников с нарушениями речи. Они направлены на восприятие музыки, развитие голоса, развитие ритма движений. На музыкальных занятиях дети много двигаются: танцуют, играют, выполняют упражнения, участвуют в подвижных играх. В содержание музыкальных занятий включаются простые движения (ходьба, бег, прыжки, хлопки, притопы) и более сложные (элементы танца). В процессе музыкальных занятий у детей формируется чувство ритма, которое положительно влияет на движения детей, делает их более координированными, ритмичными. В процессе танцев, пения нормализуется дыхание и связанная с этим слитность речи.

Часть занятий по физической культуре проходит с группой детей в специально оборудованном зале, остальные - на участке или с группой в комнате.

Взаимодействие инструктора по физкультуре с специалистами детского сада в области оказания поддержки детям с ОВЗ.

Учитель - логопед	Воспитатель	Музыкальный руководитель	Медицинская сестра	родители
Проводит коррекцию звукопроизношения; Участвует в формировании координации и общей моторики; Формирует умение согласовывать слово и жест;	Проводит упражнения с детьми в основных видах движений; Воспитание умения работать сообща Помогает активировать умственную деятельность;	Воздействует на эмоции детей Создает у них хорошее настроение; Способствует увеличению моторной плотности занятия. Привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.	Контролирует физическое состояние детей посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей); Профилактика заболеваний ОДА, Способствуем предупреждению	Консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье, а также коррекционная работа в домашних условиях с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

			негативных влияний интенсивной образовательной деятельности	

б) механизмы адаптации Программы для детей с ОВЗ,

В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» установлено: «…содержание образования и условия организации обучения и воспитания обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) *определяются адаптированной образовательной программой*». В связи с этим, для получения общего образования детьми с ОВЗ в общеобразовательных организациях должны разрабатываться соответствующие адаптированные основные общеобразовательные программы (отдельными документами) с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей.

Основной документ, который содержит гигиенические требования к организации данной работы – это новые «Санитарно-эпидемиологические правила, нормативы и требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций, утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 (далее – СанПиН 2.4.1.3049-13; начало действия документа – 30.07.2013). В которых говорится: «Образовательная организация должна создать условия для детей с ограниченными возможностями здоровья, детей – инвалидов в случае их пребывания в учреждении…». Нормы СанПиН 2.4.1.3049-13 распространяются на все дошкольные учреждения, независимо от их вида, организационно-правовых форм и форм собственности.

С момента поступления детей с ОВЗ в учреждение, с их семьями ведется тесная работа по разработанному и действующему «Алгоритму действий с детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами, посещающих дошкольное образовательное учреждение»

На начальном этапе проводится первичная встреча с семьей с целью знакомства и сбора информации о развитии ребенка, выяснения образовательного запроса со стороны родителей.

В работу с детьми данной категории включаются сотрудники образовательного учреждения, администрация и специалисты ДОУ: заведующий, старший воспитатель, медработник, воспитатели, педагог-психолог, учителя-логопеды, инструктор по физической культуре, музыкальные руководители, которые способствуют созданию условий и благоприятного микроклимата в ДОУ, для облегчения адаптации детей с ОВЗ, их успешной социализации. Осуществляют индивидуальный подход к детям при организации воспитательно-образовательного процесса. Воспитатели и специалисты проводят беседы с родителями, консультации, дают рекомендации, советы для оптимального развития и адаптации детей в обществе, а также оказание помощи всем членам семей, воспитывающих этих детей. Администрация, в свою очередь, заключает договора о взаимоотношениях между ДОО и родителями (законными представителями), а в дальнейшем способствует созданию специальных условий, предполагающих формирование адаптированной образовательной среды. Медработник осуществляет контроль за адаптацией детей с ОВЗ к условиям ДОО, отслеживает состояние их здоровья, самочувствие в течение дня, своевременность приема лекарственных препаратов, согласно заключению и рекомендациям лечащих врачей во время пребывания этих детей в ДОО. Консультирует воспитателей и родителей (законных представителей), дает рекомендации по осуществлению индивидуального подхода к детям в соответствие с диагнозом в организации питания, организации режимных процессов в детском саду и дома.

Следующим этапом осуществляется углубленное психолого-педагогическое обследование всех сфер деятельности детей данной категории, эмоционально-волевой сферы, высших психических функций, речевого развития, интеллектуального развития. Результаты данного обследования выносятся на ПМПК учреждения с целью определения дальнейшего образовательного маршрута.

Далее проводится организационная работа по проектированию, разработке и утверждению образовательной программы для ребенка с ОВЗ. Учитывая возрастные и индивидуальные особенности ребенка, медицинские показатели, рекомендации ПМПК, ожидания родителей, четко формулируются цели и задачи индивидуальной образовательной программы (обсуждается необходимость в дополнении или изменении учебного графика, определяются формы получения образования, режим посещения занятий, как подгрупповых, так и индивидуальных, дополнительные виды психолого-педагогического сопровождения, определение промежуточных и итоговых результатов и т.д.).

Далее педагогами и специалистами ДОУ разрабатываются индивидуальные образовательные маршруты на основе разработанной образовательной программы для конкретного ребенка с ОВЗ, учитывая общеобразовательную программу ДОО. Данные индивидуальные образовательные маршруты включают содержание основных разделов базовой программы, а также коррекционные направления для конкретного ребенка, рекомендованные специалистами учреждения.

Так как оптимальный вариант разработки и реализации индивидуальной образовательной программы для воспитанника составляет один год, корректировка содержания ее осуществляется на основе результатов промежуточной диагностики, проводимой в декабре текущего учебного года. На основе анализа промежуточной диагностики, вносятся изменения и корректировки в индивидуальную образовательную программу для конкретного ребенка с ОВЗ или ребенка-инвалида.

В конце учебного года по итогам реализации индивидуальной образовательной программы в рамках психолого-медико-педагогического консилиума (ПМПк) проводится анализ итоговой диагностики различных сфер развития ребенка, обосновываются внесение корректировок, формулируются рекомендации с целью обеспечения преемственности в процессе индивидуального сопровождения ребенка с ОВЗ специалистами на следующем этапе его воспитания и обучения. А также проводятся итоговая встреча с родителями (законными представителями) для определения дальнейших форм работы с ребенком, педагогами и специалистами ДОУ даются рекомендации, советы, консультации, памятки.

В любой специальной группе основное внимание должно уделяться коррекционным процессам. Физическая культура имеют не маловажное значение для успешной коррекции речевых нарушений. Эти занятия способствуют оздоровлению детского организма, постановке диафрогмально – речевого дыхания, совершенствованию координации основных видов движений, мелкой моторики рук, артикуляционной моторики, обогащению словарного запаса, преодолению межполушарной ассиметрии мозга, формированию положительных личностных качеств в поведении ребенка; общительности, умение рассчитывать свои силы, воспитание самоконтроля, смелости, решительности, настойчивости, скромности, отзывчивости, чувства товарищества.

Начальная диагностика физического развития говорит о том, что у детей с нарушением речи нарушена координация движений, ослаблено внимание, слабый мышечный аппарат. Если ребенок посещает детский сад регулярно, усваивает программу, постоянно совершенствуя себя, то ни чем не отличается от других детей его возраста, кроме разговорной речи.

Совместное обсуждение результатов диагностики с логопедом и педагогами, работающими в логопедических группах, позволило нам наметить план коррекционно – образовательной работы на занятиях по физкультуре.

Первое направление; включает серию упражнений и заданий по постановке диафрогмально – речевого дыхания. Неправильное или слабое участие дыхательных мышц наносит вред процессу звукообразования, и поэтому основная задача этого направления – постановка правильного дыхания.

Второе направление; включает упражнения на развитие моторики; общей и мелкой, особенно круговой мышцы рта и мышц, удерживающих челюсть в сомкнутом состоянии.

Третье направление; это закаливание. Это направление начинается с самого рождения, в семье, и если с этим не справились родители, наша задача – постепенно и регулярно заниматься закаливанием.

Четвертое направление; пластико – ритмическая гимнастика строится на импровизации в танце, образных движений аудиовизуальных картин, предлагаемых педагогом.

- Коррекционные задачи:
- Развитие слухового и зрительного внимания
- Развитие гибкости, силы
- Формирования правильной осанки
- Развитие координации движений
- Синхронное выполнение упражнений с ритмом музыкального сопровождения

Пятое направление; игровая деятельность. Игра как форма активности занимает значительное место в жизни ребенка. игра сама по себе является не только тратой сил, сколько их источником.

Игра:

- Привлекает к себе, становясь источником новых сил и новой психофизической энергией,
- Развивает ребенка,

- Укрепляет его физически,
- Учит управлять своими эмоциями и ощущениями.

Шестое направление; коррекционные упражнения применяются для укрепления опорно –двигательного аппарата, для развития равновесия, формирования правильной осанки.

КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ С ДЕТЬМИ, ИМЕЮЩИМИ НАРУШЕНИЕ РЕЧИ.

Общая моторика:

- Развитие координации движения;
- Специальные упражнения, укрепляющие мышцы, связанные с речью (мимическая гимнастика, артикуляционные движения).

Дыхательная гимнастика

- Укрепление опорно-двигательного аппарата;
- Специальные упражнения по ЛФК;
- Развитие физических способностей..

Закаливание

Игра как закрепление правильного произношения

- Наглядный материал в играх;
- Физкультминутки;
- Расширение и обогащение лексического запаса в игре.

Задачи коррекционной работы

- Дифференциация носового и ротового дыхания.
- Развитие мышечных движений (жевание, улыбка, радость, грусть.)
- Развитие слухового внимания.
- Развитие артикуляционных движений.

- Развитие мелкой моторики.
- Развитие общей координации.
- Развитие координации между движением и словом.
- Развитие динамической координации движений (напряжение – отдых – напряжение).

Интеграция образовательных областей в коррекционной деятельности

Образовательная область	Задачи	Вид деятельности
Физическое развитие	Развивать координированность и точность действий.	- пальчиковая гимнастика - речь с движением - физкультминутки
	Формировать правильную осанку при посадке за столом. Расширять знания о строении тела, лица, артикуляционного аппарата и его функционировании.	- беседа
Речевое развитие	Воспитывать активное произвольное внимание к речи, совершенствовать умение вслушиваться в обращенную речь, понимать её содержание, слышать ошибки в своей и чужой речи. Совершенствовать умение «оречевлять» игровую ситуацию и на этой основе развивать коммуникативную функцию речи.	- игровые ситуации - мини инсценировки
	Развивать интерес к художественной литературе, навык слушания художественных произведений, формировать эмоциональное отношение к прочитанному, к поступкам героев; учить высказывать своё отношение к прочитанному. Учить выразительно читать стихи, участвовать в инсценировках.	- автоматизация поставленных звуков в стихотворных текстах, рассказах.
Познавательное развитие	Учить воспринимать предметы, их свойства, сравнивать предметы, подбирать группу предметов по заданному признаку. Развивать слуховое внимание и память при восприятии неречевых звуков. Учить различать звучание нескольких игрушек или детских музыкальных инструментов, предметов заместителей; громкие и тихие, высокие и низкие звуки.	- составление описательных рассказов - автоматизация поставленных звуков в словах - дидактические игры на развитие слухового и зрительного восприятия - игры с мозаикой, пазлами, с мелкими предметами - пальчиковая гимнастика

	Продолжать развивать мышление в упражнениях на группировку и классификацию предметов. Формировать прослеживающую функцию глаза и пальца. Развивать зрительное внимание и память в работе с разрезными картинками и пазлами. Совершенствовать и развивать конструктивный праксис и мелкую моторику в работе с разрезными картинками, пазлами, дидактическими игрушками, играми, в пальчиковой гимнастике.	
Художественно-эстетическое развитие	Развивать умение слышать ритмический рисунок. Учить передавать ритмический рисунок.	- дидактические игры и упражнения
	Развивать графо-моторные навыки.	- штриховка, обводка по контуру, рисование и раскрашивание
Социально-коммуникативное развитие	Развивать в игре коммуникативные навыки. Совершенствовать навыки игры в настольно-печатные дидактические игры, учить устанавливать и соблюдать правила в игре. Развивать умение инсценировать стихи, разыгрывать сценки.	-настольно-печатные дидактические игры - театрализованные игры -автоматизация поставленных звуков в стихах, рассказах, спонтанной речи
	Расширять представление детей о труде взрослых, прививать интерес к труду взрослых. Прививать желание поддерживать порядок на своём рабочем месте.	-беседа -автоматизация поставленных звуков в связной речи - поручения
	Учить соблюдать технику безопасности. Закреплять правила поведения на улице, с бездомными животными, с бытовыми приборами.	-игры с мелкими предметами - автоматизация звуков в связной речи (пересказ или составление рассказов) - беседа

в) использование специальных образовательных программ и методов, специальных методических пособий и дидактических материалов,

Физкультурно - оздоровительная работа в ДОО	Н.В. Микляевой	Основы теоретического развития-пособие для воспитателей и инструктора по физо
Физкультурные сюжетные занятия с детьми с 5-6 лет	М.Ю. Картушина	Методическое пособие
Формирование двигательной активности	Е.К. Воронова	Система работы по комплексному развитию детей5-7 лет

2.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений

2.2.1. Специфика национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность

2.2.1.В основу образовательного процесса положены следующие принципы:

- комплексно-тематический принцип с ведущей игровой деятельностью, а решение программных задач осуществляется в разных формах совместной деятельности взрослых и детей, а также в самостоятельной деятельности детей».
- принцип интеграции образовательных областей (социально - коммуникативное, познавательное, физическое, художественно - эстетическое, речевое развитие).
- принцип построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра.
- принцип расширения представления об искусстве, традициях и обычаях народов России.

Система физкультурно-оздоровительной работы

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Основные принципы физкультурно-оздоровительной работы:

- принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей
- принцип научности - подкрепление проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками
- принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных

задач в системе всего учебно - воспитательного процесса и всех видов деятельности

- принцип результативности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья
- принцип результативности и гарантированности - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительных результатов независимо от возраста и уровня физического развития.

Основные направления физкультурно-оздоровительной работы

1. Создание условий

- организация здоровье сберегающей среды в ДОО
- обеспечение благоприятного течения адаптации
- выполнение санитарно-гигиенического режима

2. Организационно-методическое и педагогическое направление

- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
- систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров
- составление планов оздоровления
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

3. Физкультурно-оздоровительное направление

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
- коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом здоровье

4. Профилактическое направление

- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний
- предупреждение острых заболеваний методами неспецифической профилактики
- противорецидивное лечение хронических заболеваний
- оказание скорой помощи при неотложных состояниях.

Система оздоровительной работы

№ п\п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1.	**Обеспечение здорового ритма жизни** - щадящий режим / в адаптационный период/ - гибкий режим дня - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей - организация благоприятного микроклимата	1 младшая группа Все группы Все группы	Ежедневно в адаптационный период ежедневно ежедневно	Воспитатели, медик, педагоги все педагоги, медик
2.	**Двигательная активность**	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по ФК
2.1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, Инструктор по ФК
2.2	Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию - в зале; - на улице.	Все группы Все группы	3р. в неделю в зале младшие и средние 2 р. в неделю в зале 1 р. в неделю на воздухе старшие и подготовительные	Инструктор по ФК Воспитатели

2.3	Спортивные упражнения (санки, лыжи, велосипеды и др.)	Во всех группах	2 р. в неделю	Воспитатели
2.4	Элементы спортивных игр	старшая, подготовительная	2 р. в неделю	Воспитатели, Инструктор по ФК
2.5	Активный отдых - спортивный час; - физкультурный досуг;	 Все группы Все группы Подготовительная	 1 р. в неделю 1 р. в месяц 1 р. в год	 Инструктор по ФК Воспитатели
2.7.	Физкультурные праздники (зимой, летом) «День здоровья» «Весёлые старты»	 все группы подготовительная	 1 р. в год 1 р. в год	 Инструктор ФК, Воспитатели, муз. Рук.
2.8.	Каникулы (непосредственная образовательная деятельность не проводится)	Все группы	1 р. в год (в соответствии с годовым календарным учебным графиком)	Все педагоги
3.	**Лечебно – профилактические мероприятия**			
3.1	Витаминотерапия	Все группы	Курсы 2 р. в год	медсестра
3.2	Профилактика гриппа (проветривание после каждого часа, проветривание после занятия)	Все группы	В неблагоприятный период (осень, весна)	медсестра
3.3	Физиотерапевтические процедуры (кварцевание)	Все группы	В течении года	Медсестра, воспитатели
3.4	Фитонезидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	В неблагопр. период (эпидемии гриппа, инфекции в группе)	Воспитатели, медсестра
4.	**Закаливание**			
4.1	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна	Воспитатели
4.2	Облегчённая одежда детей	Все группы	В течении дня	Воспитатель

				и, мл. воспитатели
4.3	Мытьё рук, лица	Все группы	Несколько раз в день	Воспитатели

Режим двигательной активности на 2017-2018 учебный год.

Формы работы	**Виды занятий**	**Количество и длительность занятий (в мин.) в зависимости от возраста детей**			
		3–4 года	**4–5 лет**	**5–6 лет**	**6–7 лет**
Физкультурные занятия	а) в помещении	3 раза в неделю 15	3 раза в неделю 20	2 раза в неделю 20-25	2 раза в неделю 30
	б) на улице			1 раз в неделю 25	1 раз в неделю 30
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика (по желанию детей)	Ежедневно 5–6	Ежедневно 6–8	Ежедневно 8–10	Ежедневно 10–12
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 15–20	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 20–25	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25–30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30–40
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	3–5 ежедневно в зависимости от вида и	3–5 ежедневно в зависимости от вида и	3–5 ежедневно в зависимости от вида и	3–5 ежедневно в зависимости от вида и

		содержания занятий	содержания занятий	содержания занятий	содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 20	1 раз в месяц 30–45	1 раз в месяц 40
	б) физкультурный праздник	—	2 раза в год до 45 мин.	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно

2.2.2. Направления, выбранные участниками образовательных отношений из числа парциальных и иных программ и/или созданных ими самостоятельно

III. Организационный раздел

3.1.1. Материально-техническое обеспечение программы:

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

№	Образовательная область	Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта с перечнем основного оборудования	Адрес месторасположения
1.	Физическое развитие	Спортивный зал, спортивный инвентарь Спортивная площадка	пер.Молодежный д.19 «А» пер.Молодежный д.20.

3.1.2.Режим дня

Особенности организация образовательного процесса в группах детей дошкольного возраста

Участниками образовательного процесса являются дети 3-7 лет, их родители (законные представители) и педагогические работники.

Цель: Обеспечение равных стартовых возможностей для обучения детей в образовательных учреждениях.

В работе с детьми следует уделять большее внимание на:

- развитие семантической стороны речи, которая решила бы противоречия между повышенным интересом детей к познанию и недостаточным запасом словаря;
- обогащение содержания изобразительной и конструктивной деятельности с опорой на разнообразные методы обучения;
- формирование пространственных представлений в разных видах деятельности;
- использование народных, режиссерских и театрализованных игр в работе с детьми;
- родителей по использованию эффективных методов обучения и воспитания детей в данном возрасте, а также по подготовке к школе(особенно по формированию волевой, речевой и интеллектуальной готовности);
- применение комплексного подхода к организации непосредственной образовательной деятельности.

В целях обеспечения выпускникам групп компенсирующей направленности дошкольной образовательной организации равных стартовых возможностей для обучения в начальной школе необходимо соблюдение следующих условий:

- число групп и их комплектация определяется количеством детей, достигших 5 лет, получивших направления от комиссии по устройству детей в ДОО с учетом требований СанПиН.

- для родителей детей старшей и особенно подготовительной группы регулярно должна быть организована система консультирования по основным направлениям развития ребенка – физическому, социально-личностному, познавательно-речевому и художественно-эстетическому.

- воспитатели и специалисты, работающие с детьми 5-7 лет должны быть ознакомлены с особенностями организации образовательного процесса в ближайших школах, посещать уроки, приглашать учителей начальных

классов в ДОО, проводить совместные мероприятия в рамках реализации задач преемственности дошкольного и начального общего образования.

- В процессе психолого-педагогической деятельности воспитатели и специалисты ДОО могут использовать традиционные и инновационные формы работы с детьми (занятия, экскурсии, развлечения, детское экспериментирование и т.д.)

- Выбор программ и технологий, методов и приемов педагогической деятельности осуществляется на основе качественного и количественного анализа уровня развития детей с учетом срока посещения дошкольного образовательного учреждения каждым ребенком группы.

- При необходимости проводятся дополнительные мероприятия по освоению образовательных областей и консультации для родителей по содержанию психолого-педагогической работы с детьми старшего дошкольного возраста в условиях семьи. Общее время дополнительных мероприятий не должно превышать 30 мин в день

- образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов (организация питания, сна) преимущественно направлена на охрану здоровья ребенка, физическое и социально-личностное развитие.

- Самостоятельная игровая деятельность детей в группе детского сада обеспечивается соответствующей возрасту детей предметно-развивающей среды.

- Организация прогулок для детей старшего дошкольного возраста предусматривает возможность оказания индивидуальной помощи ребенку по физическому, социально-личностному, познавательному, речевому и художественно-эстетическому развитию.

- взаимодействие с семьями детей по реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования осуществляется в утреннее время с 7.00. до 8.30. в вечернее, с 16.00. до 17.00.

Непосредственная образовательная деятельность, игры-развлечения, наблюдения и экскурсии проводятся ежедневно с группой детей в первую половину дня.

Адаптационные, коррекционно-развивающие мероприятия проводятся с подгруппой детей во 2 половине дня..

В теплое время года максимальное число мероприятий проводится на прогулочном участке.

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Правильный режим дня — это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха детей в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей.

В ДОО используется гибкий режим дня, в него могут вноситься изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

Режим дня возрастных групп:

Модель организации воспитательно - образовательного процесса на день

Воспитательно-образовательный процесс условно подразделен на:

- совместную деятельность с детьми: образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности;
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации основной образовательной программы дошкольного образования.

Модель организации деятельности взрослых и детей в ДОО

Совместная деятельность взрослого и детей	Самостоятельная деятельность детей	Взаимодействие с семьями
◆ Двигательные подвижные дидактические игры, подвижные игры с правилами, игровые упражнения, соревнования. ◆ Игровая: сюжетные игры, игры с правилами. ◆ Продуктивная мастерская по изготовлению продуктов детского творчества, реализация проектов ◆ Коммуникативная беседа, ситуативный разговор, речевая ситуация, составление и отгадывание загадок, сюжетные игры, игры с правилами. ◆ Трудовая: совместные действия, дежурство, поручение, задание, реализация проекта. ◆ Познавательно-исследовательская: наблюдение, экскурсия, решение проблемных ситуаций, экспериментирование, коллекционирование, моделирование, реализация проекта, игры с правилами. ◆ Музыкально-художественная: слушание, исполнение, импровизация, экспериментирование, подвижные игры (с музыкальным сопровождением) ◆ Чтение художественной литературы: чтение, обсуждение, разучивание	Организация развивающей среды для самостоятельной деятельности детей: двигательной, игровой, продуктивной, трудовой, познавательно-исследовательской	Диагностирование Педагогическое просвещение родителей, обмен опытом. Совместное творчество детей и взрослых.

Построение образовательного процесса основывается на адекватных возрасту формах работы с детьми. Выбор форм работы осуществляется педагогом самостоятельно и зависит от контингента воспитанников, оснащенности дошкольного учреждения, культурных и региональных особенностей, специфики дошкольного учреждения, от опыта и творческого подхода педагога.

В работе с детьми младшего дошкольного возраста используются преимущественно:

- игровые,
- сюжетные,
- интегрированные формы образовательной деятельности.

Обучение происходит опосредованно, в процессе увлекательной для малышей деятельности.

В старшем дошкольном возрасте (старшая и подготовительная к школе группы) выделяется время для занятий учебно-тренирующего характера.

Одной из форм непосредственно образовательной деятельности является «занятие», которое рассматривается как - занимательное дело, без отождествления его с занятием как дидактической формой учебной деятельности. Это занимательное дело основано на одной из специфических детских деятельностей (или нескольких таких деятельностях – интеграции различных детских деятельностей), осуществляемых совместно со взрослым, и направлено на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей (интеграция содержания образовательных областей). Реализация занятия как дидактической формы учебной деятельности рассматривается только в старшем дошкольном возрасте

младший дошкольный возраст

Образовательная область	Первая половина дня	Вторая половина дня
Физическое развитие	◆ Прием детей в детский сад на воздухе в теплое время года ◆ Утренняя гимнастика	◆ Гимнастика после сна ◆ Закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком в спальне)

	(подвижные игры, игровые сюжеты) ◆ Гигиенические процедуры (обширное умывание, полоскание рта) ◆ Закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, обширное умывание, воздушные ванны) ◆ Физкультминутки на занятиях ◆ НОД по физкультуре ◆ Прогулка в двигательной активности	◆ Физкультурные досуги, игры и развлечения ◆ Самостоятельная двигательная деятельность ◆ Ритмическая гимнастика ◆ Хореография ◆ Прогулка (индивидуальная работа по развитию движений)

Старший дошкольный возраст

Образовательная область	Первая половина дня	Вторая половина дня
Физическое развитие	◆ Прием детей в детский сад на воздухе в теплое время года ◆ Утренняя гимнастика (подвижные игры, игровые сюжеты) ◆ Гигиенические процедуры (обширное умывание, полоскание рта) ◆ Закаливание в повседневной жизни (облегченная одежда в группе, одежда по сезону на прогулке, обширное умывание, воздушные ванны) ◆ Специальные виды закаливания ◆ Физкультминутки ◆ НОД по	◆ Гимнастика после сна ◆ Закаливание (воздушные ванны, ходьба босиком в спальне) ◆ Физкультурные досуги, игры и развлечения ◆ Самостоятельная двигательная деятельность ◆ Ритмическая гимнастика ◆ Хореография ◆ Прогулка (индивидуальная работа по развитию движений)

	физическому развитию ◆ Прогулка в двигательной активности	

3.1.3.Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий.

В основе лежит комплексно-тематическое планирование воспитательно-образовательной работы в ДОО

Цель: построение воспитательно–образовательного процесса, направленного на обеспечение единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, с учетом интеграции на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму» с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей.

Организационной основой реализации комплексно-тематического принципа построения программы являются примерные темы (праздники, события, проекты), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а так же вызывают личностный интерес детей к:

- явлениям нравственной жизни ребенка
- окружающей природе
- миру искусства и литературы
- традиционным для семьи, общества и государства праздничным событиям
- событиям, формирующим чувство гражданской принадлежности ребенка (День города, День народного единства, День защитника Отечества и др.)
- сезонным явлениям
- народной культуре и традициям.

Тематический принцип построения образовательного процесса позволит учитывать приоритет дошкольного учреждения.

Построение всего образовательного процесса вокруг одного центрального блока дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

Введение похожих тем в различных возрастных группах обеспечивает достижение единства образовательных целей и преемственности в детском развитии на протяжении всего дошкольного возраста, органичное развитие детей в соответствии с их индивидуальными возможностями.

В каждой возрастной группе выделен блок, разделенный на несколько тем. Одной теме уделяется не менее одной недели. Тема отражается в подборе материалов, находящихся в группе и уголках развития.

Для каждой возрастной группы дано комплексно-тематическое планирование, которое рассматривается как примерное. Педагоги вправе по своему усмотрению частично или полностью менять темы или названия тем, содержание работы, временной период в соответствии с особенностями своей возрастной группы, другими значимыми событиями

Формы подготовки и реализации тем носят интегративный характер, то есть позволяют решать задачи психолого-педагогической работы нескольких образовательных областей.

3.1.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды по физическому развитию.

Качество воспитательно – образовательного процесса детского сада «Солнышко» находится в прямой зависимости от правильной организации образовательного пространства. В соответствии ФГОС для формирования детской инициативы и успешной совместной и самостоятельной деятельности воспитанников необходимо создание соответствующей предметно пространственной развивающей среды в ДОО.

В своей работе использую актуальные идеи создания условий по формированию, укреплению и сохранению здоровья своих воспитанников, адекватные возрастной периодизации детского развития, через эффективную организацию здоровьесберегающего пространства. Лично участвую в косметическом ремонте спортивного зала, являюсь автором дизайна помещения. Каждый ребенок, находясь в спортивном зале, пребывает в постоянной активности, у детей большой интерес к физической культуре, благодаря созданным условиям – это и единая форма спортивной одежды, и разнообразные пособия, и желание поиска эффективных средств совершенствования двигательной сферы, с учетом развития каждого ребенка в детском саду. Планирую, зоны размещения спортивного оборудования так, что позволяет эффективно использовать площадь спортивного зала. Принимаю во внимание все особенности воспитанников детского сада, рационально придумываю расстановку центров развития. Легко перемещающиеся спортивные модули дают детям свободно трансформировать оборудование. Широкий ассортимент спортивного инвентаря, позволяет разнообразить здоровьесберегающий процесс с детьми. Мною разработаны наглядные игры и пособия по развитию кинезиологических движений и развития моторной способности пальцев рук у детей с ОВЗ: сухой бассейн для тактильных ощущений, самомосажа кистей рук, бельевые прищепки, веревочки с узелками, ленточки – косички. Нестандартное оборудование представлено массажными варежками с нашитыми пуговицами, ребристыми дорожками. Деятельность с данным оборудованием позволяет в полной мере решать профилактические, коррекционные задачи, развивают основные виды движений, двигательные навыки, зрительно – двигательную координацию. В рабочем арсенале имеется картотека с подвижными играми, с необходимыми атрибутами к ним. Наряду со стандартным оборудованием, имеют место и необычные, которые созданы совместно с родителями, например «Дорожка здоровья» состоящая из четырех модулей: ребристой, песчаной, речной гальки и

керамзита. Также имеются шнуры и дуги для пролезания, для метания «Дырявый сыр», «Овощи», «Фрукты». В спортивном зале имеется центр оборудования в игру «Баскетбол». Разработана мною программа «Баскетбол для дошкольника». Дети любят эту игру. Также в спортивном зале имеются: мячи разного размера, фитболы по количеству детей, батут, скакалки, обручи, наклонные доски, канаты, веревочная лестница. При организации образовательного процесса широко использую компьютер, с презентациями на экране, использую в работе с детьми проблемные методы обучения, интерактивные технологии группового взаимодействия, музыкальное сопровождение двигательной активности детей. В фонотеке есть наличие музыкальные композиции релаксирующего и тонизирующего характера. На территории детского сада оборудована спортивная площадка с беговой дорожкой, «полоса препятствий», «прыжковая ямой», «рукаходами», мишенями для метания в цель, зонами для подвижных игр и двигательной деятельности детей. В зимнее время четко организую двигательную деятельность по лыжной подготовке. Необходимый инвентарь к занятиям хранится в специальном помещении, в надлежащем виде.Предметно – пространственная развивающая среда в образовательной области «Физическое развитие», отвечает всем требованиям Санпина и ФГОС, имеет здоровьесберегающую направленность, способствует созданию условий формирования, укрепления здоровья воспитанников детского сада.

4.1. Краткая презентация Программы (приложение4)

Приложение 1

Режим дня
II-я младшая группа
«Полянка»

Время	Самостоятельная деятельность включая ОД в ходе режимных моментов, деятельность детей и взрослого	Количество времени
7.00-8.00	Утренний приём детей. Самостоятельная игровая деятельность детей.	1 час
8.00-8.05	Двигательная разминка.	5 мин.
8.30-8.40	Самостоятельная деятельность детей, гигиенические процедуры.	20 мин.
8.40-9.00	Подготовка к завтраку. Завтрак.	30 мин.
9.00-9.05	Подготовка к образовательной деятельности.	10 мин.
9.05-9.20	Образовательная деятельность // Перерыв.	15 мин.//10 мин.
9.30-9.45	Образовательная деятельность.	15 мин.
9.50-10.20	Самостоятельная игровая деятельность.	30 мин.
10.20-11.40	Подготовка к прогулке. Прогулка.	1 час 20 мин.
11.40-12.00	Приход с прогулки, гигиенические процедуры.	20 мин.
12.00-13.00	Подготовка к обеду. Обед.	1 час
13.00-15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.	2 часа
15.00-15.30	Постепенный подъём, гигиенические процедуры.	30 мин.
15.30-16.00	Подготовка к полднику. Полдник.	30 мин.
16.00-16.30	Самостоятельная деятельность.	30 мин.
16.30-18.10	Подготовка к прогулке. Прогулка.	1 час 40 мин.
18.10-18.30	Приход с прогулки, гигиенические процедуры.	20 мин.
18.30-19.00	Подготовка к ужину. Ужин.	30 мин.
19.00	Уход детей домой.	

НОД - 30 мин.
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры - 4 часа
Сон – 2 часа
Прием пищи – 2 часа 30 мин.
Прогулка – 3 часа

Режим дня

Средняя группа

«Солнышко»

Время	Самостоятельная деятельность включая ОД в ходе режимных моментов, деятельность детей и взрослого	Количество минут
7.00-8.00	Прием детей. Самостоятельная игровая деятельность детей.	1час мин.
8.00-8.08	Двигательная разминка.	08 мин.
8.08-8.30	Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры.	22 мин.
8.30-08.50	Подготовка к завтраку. Завтрак.	20 мин.
08.50-9.00	Подготовка к образовательной деятельности.	10 мин.
9.00-9.20	Образовательная деятельность // Перерыв.	20 мин.//10 мин.
9.30-09.50	Образовательная деятельность.	20 мин.
09.50-10.20	Самостоятельная игровая деятельность.	30 мин.
10.20-11.45	Подготовка к прогулке. Прогулка.	1 час 25 мин.
11.45 -12.00	Приход с прогулки, гигиенические процедуры.	15 мин.
12.00-13.00	Подготовка к обеду. Обед.	1 час
13.00-15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.	2 часа
15.00-15.30	Постепенный подъём, гигиенические процедуры.	30 мин.
15.30-16.00	Подготовка к полднику. Полдник.	30 мин.
16.00-16.35	Самостоятельная игровая деятельность.	35 мин.
16.35-18.15	Подготовка к прогулке. Прогулка.	1 час 40 мин.
18.15-18.30	Приход с прогулки, гигиенические процедуры.	15 мин.
18.30-19.00	Подготовка к ужину. Ужин.	30 мин.
19.00	Уход детей домой.	

НОД - 40 мин.

Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры – 3 часа 55мин.

Сон – 2 часа

Прием пищи – 2 часа 20 мин.

Прогулка – 3 часа 05 мин.

Режим дня

Средняя группа

«Кораблик»

Время	Самостоятельная деятельность включая ОД в ходе режимных моментов, деятельность детей и взрослого	Количество минут
7.00-8.00	Прием детей. Самостоятельная игровая деятельность детей.	1час мин.
8.00-8.08	Двигательная разминка.	08 мин.
8.08-8.30	Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры.	22 мин.
8.30-08.50	Подготовка к завтраку. Завтрак.	20 мин.
08.50-9.00	Подготовка к образовательной деятельности.	10 мин.
9.00-9.20	Образовательная деятельность // Перерыв.	20 мин.//10 мин.
9.30-09.50	Образовательная деятельность.	20 мин.
09.50-10.20	Самостоятельная игровая деятельность.	30 мин.
10.20-11.45	Подготовка к прогулке. Прогулка.	1 час 25 мин.
11.45 -12.00	Приход с прогулки, гигиенические процедуры.	15 мин.
12.00-13.00	Подготовка к обеду. Обед.	1 час
13.00-15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.	2 часа
15.00-15.30	Постепенный подъём, гигиенические процедуры.	30 мин.
15.30-16.00	Подготовка к полднику. Полдник.	30 мин.
16.00-16.35	Самостоятельная игровая деятельность.	35 мин.
16.35-18.15	Подготовка к прогулке. Прогулка.	1 час 40 мин.
18.15-18.30	Приход с прогулки, гигиенические процедуры.	15 мин.
18.30-19.00	Подготовка к ужину. Ужин.	30 мин.
19.00	Уход детей домой.	

НОД - 40 мин.

Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры – 3 часа 55мин.

Сон – 2 часа

Прием пищи – 2 часа 20 мин.

Прогулка – 3 часа 05 мин.

Режим дня
Средняя группа
«Теремок»

Время	Самостоятельная деятельность включая ОД в ходе режимных моментов, деятельность детей и взрослого	Количество минут
7.00-8.00	Прием детей. Самостоятельная игровая деятельность детей.	1час 00 мин.
8.00-8.08	Двигательная разминка.	08 мин.
8.18-8.30	Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры.	12 мин.
8.30-08.50	Подготовка к завтраку. Завтрак.	20 мин.
08.50-9.00	Подготовка к образовательной деятельности.	10 мин.
9.00-9.20	Образовательная деятельность // Перерыв.	20 мин.//10 мин.
9.30-09.50	Образовательная деятельность.	20 мин.
09.50-10.20	Самостоятельная игровая деятельность.	30 мин.
10.20-11.45	Подготовка к прогулке. Прогулка.	1 час 25 мин.
11.45 -12.00	Приход с прогулки, гигиенические процедуры.	15 мин.
12.00-13.00	Подготовка к обеду. Обед.	1 час
13.00-15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.	2 часа
15.00-15.30	Постепенный подъём, гигиенические процедуры.	30 мин.
15.30-16.00	Подготовка к полднику. Полдник.	30 мин.
16.00-16.35	Самостоятельная игровая деятельность.	35 мин.
16.35-18.15	Подготовка к прогулке. Прогулка.	1 час 40 мин.
18.15-18.30	Приход с прогулки, гигиенические процедуры.	15 мин.
18.30-19.00	Подготовка к ужину. Ужин.	30 мин.
19.00	Уход детей домой.	

НОД - 40 мин.
Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры – 3 часа 55мин.
Сон – 2 часа
Прием пищи – 2 часа 20 мин.
Прогулка – 3 часа 05 мин.

Режим дня

Средняя группа

«Звёздочка»

Время	**Самостоятельная деятельность включая ОД в ходе режимных моментов, деятельность детей и взрослого**	**Количество минут**
7.00-8.10	Прием детей. Самостоятельная игровая деятельность детей.	1час 10 мин.
8.10-8.18	Двигательная разминка.	08 мин.
8.18-8.40	Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры.	22 мин.
8.40-9.00	Подготовка к завтраку. Завтрак.	20 мин.
9.00-9.10	Подготовка к образовательной деятельности.	10 мин.
9.10-9.30	Образовательная деятельность	20 мин.
9.30-09.55	Самостоятельная игровая деятельность.	25 мин.
09.55-10.15	Образовательная деятельность	20 мин.
10.15-11.45	Подготовка к прогулке. Прогулка.	1 час 30 мин.
11.45 -12.00	Приход с прогулки, гигиенические процедуры.	15 мин.
12.00-13.00	Подготовка к обеду. Обед.	1 час
13.00-15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.	2 часа
15.00-15.30	Постепенный подъём, гигиенические процедуры.	30 мин.
15.30-16.00	Подготовка к полднику. Полдник.	30 мин.
16.00-16.35	Самостоятельная игровая деятельность.	35 мин.
16.35-18.15	Подготовка к прогулке. Прогулка.	1 час 40 мин.
18.15-18.30	Приход с прогулки, гигиенические процедуры.	15 мин.
18.30-19.00	Подготовка к ужину. Ужин.	30 мин.
19.00	Уход детей домой.	

НОД - 40 мин.

Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры - 3 часа 50 мин.

Сон – 2 часа

Прием пищи – 2 часа 20 мин.

Прогулка – 3 часа 10 мин

Режим дня
Старшая группа
«Паровозик»

Время	Самостоятельная деятельность включая ОД в ходе режимных моментов, деятельность детей и взрослого	Количество минут
7.00-8.20	Прием детей. Самостоятельная игровая деятельность.	1час 20 мин.
8.20-8.30	Двигательная разминка.	10 мин.
8.30-8.35	Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры.	5 мин.
8.35-9.05	Подготовка к завтраку. Завтрак.	30 мин.
9.05-9.10	Подготовка к образовательной деятельности.	5 мин.
9.10-9.35	Образовательная деятельность // Перерыв.	25 мин.//10 мин.
9.45-10.05	Образовательная деятельность.	20мин.
10.05-10.25	Самостоятельная игровая деятельность.	20 мин.
10.50 -11.50	Подготовка к прогулке. Прогулка.	1 час
11.50-12.00	Приход с прогулки, гигиенические процедуры	10 мин.
12.00-13.00	Подготовка к обеду. Обед.	1 час
13.00-15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.	2 часа
15.00-15.30	Постепенный подъём, гигиенические процедуры.	30 мин.
15.30-16.00	Подготовка к полднику. Полдник.	30 мин.
16.00-16.40	Самостоятельная деятельность// Образовательная деятельность.	40 мин.//25мин.
16.40-18.20	Подготовка к прогулке, прогулка	1 час 40 мин.
18.20-18.30	Приход с прогулки, гигиенические процедуры	10 мин.
18.30-19.00	Подготовка к ужину, ужин	30 мин.
19.00	Уход детей домой	

НОД– 45мин первая половина дня и 25 мин 2-я половина дня.
Самостоятельная деятельность, **гигиенические процедуры** - 3 часа 50 мин.
Сон – 2 часа
Прием пищи – 2 часа 30 мин.
Прогулка – 2 часа 40 мин.

Подготовительная к школе групп
«Светофорчик»

Время	Самостоятельная деятельность включая ОД в ходе режимных моментов, деятельность детей и взрослого	Количество минут
7.00-8.30	Прием детей. Самостоятельная игровая деятельность.	1час 30 мин.
8.30-8.40	Двигательная разминка.	10 мин.
8.20-8.35	Самостоятельная игровая деятельность. Гигиенические процедуры.	15 мин.
8.35-9.05	Подготовка к завтраку. Завтрак.	30 мин.
9.05-9.10	Подготовка к образовательной деятельности.	5 мин.
9.10-9.40	Образовательная деятельность // Перерыв.	30 мин.//10 мин.
9.50-10.20	Образовательная деятельность.	30мин.// 10 мин.
10.30-11.00	Образовательная деятельность.	30 мин.
11.00 -11.50	Подготовка к прогулке. Прогулка.	50 мин.
11.50-12.00	Приход с прогулки, гигиенические процедуры	10 мин.
12.00-13.00	Подготовка к обеду. Обед.	1 час
13.00-15.00	Подготовка ко сну. Дневной сон.	2 часа
15.00-15.30	Постепенный подъём, гигиенические процедуры.	30 мин.
15.30-16.00	Подготовка к полднику. Полдник.	30 мин.
16.00-16.40	Самостоятельная деятельность	40 мин.
16.40-18.20	Подготовка к прогулке, прогулка	1 час 40 мин.
18.20-18.30	Приход с прогулки, гигиенические процедуры	10 мин.
18.30-19.00	Подготовка к ужину, ужин	30 мин.
19.00	Уход детей домой	

НОД–1 час 30 мин.

Самостоятельная деятельность, гигиенические процедуры - 3 часа 30 мин.

Сон – 2 часа

Прием пищи – 2 часа 30 мин.

Прогулка – 2 часа 30 мин.