

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ  
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА -  
ДЕТСКИЙ САД №104 «БЭЛЭКЭЧ»  
Улица им. Сергея Максютова, дом 4,  
город Набережные Челны, 423822



ЯР ЧАЛЛЫ ШӘҺӘРЕНЕҢ  
«БЭЛЭКЭЧ» 104 НЧЕ БАЛАЛАР  
БАКЧАСЫ– БАЛА ҮСТЕРҮ ҮЗӘГЕ»  
МУНИЦИПАЛЬ АВТОНОМИЯЛЕ  
МӘКТӘПКЭЧӘ БЕЛЕМ БИРҮ  
УЧРЕЖДЕНИЯСЕ  
Сергей Максютов исемендәге урам, 4 нче  
йорт, Яр Чаллы шәһәре, 423822

Тел. (8552) 35-73-58, факс 35-73-35, e-mail: [madou104@yandex.ru](mailto:madou104@yandex.ru)

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
протокол № 1  
« 29 » августа 2024года



Введена в действие  
приказом заведующего № 243  
от «29» августа 2024 года

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ» ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-7 ЛЕТ

г. Набережные Челны  
2024 год

## ОГЛАВЛЕНИЕ

№	Наименование разделов	Стр.
	<b>I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>3</b>
1.1.	<b>Обязательная часть</b>	<b>3</b>
1.1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.2.	Цели и задачи реализации Программы	5
1.1.3.	Принципы и подходы к формированию Программы	6
1.1.4.	Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста	8
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	9
1.2.1.	Планируемые результаты как ориентиры освоения детьми образовательной области «Физическое развитие»	10
1.3.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов	12
1.4.	<b>Часть, формируемая участниками образовательных отношений</b>	<b>14</b>
1.4.1.	Цели и задачи вариативной части Программы	14
1.4.2.	Принципы и подходы к формированию вариативной части Программы	14
1.4.3.	Планируемые результаты освоения вариативной части Программы	14
1.4.4.	Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов с учетом ЭРС	15
1.4.5.	Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов по ОО «Физическое развитие»	16
	<b>II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>18</b>
2.1.	<b>Обязательная часть</b>	<b>18</b>
2.1.1.	Содержание образовательной области «Физическое развитие»	18
2.1.2.	Взаимодействие образовательной области «Физическое развитие» по ФГОС	31
2.2.	<b>Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы</b>	<b>32</b>
2.2.1.	Методы физического развития	32
2.2.2.	Средства физического развития	32
2.2.3.	Модель двигательной активности	32
2.2.4.	Система физкультурно-оздоровительных мероприятий (формы работы с детьми)	33
2.2.5.	Формы организации работы с детьми по ОО «Физическое развитие»	33
2.2.6.	Здоровьесберегающие технологии	35
2.3.	Направления и задачи индивидуально-развивающей и коррекционно-развивающей работы	36
2.3.1.	Индивидуально-развивающая работа с моторно одаренными детьми	36
2.3.2.	Индивидуально-развивающая работа с детьми с низким уровнем физической подготовленности	37
2.3.3.	Коррекционно-развивающая работа	38
2.4.	Способы и направления поддержки детской инициативы	44
2.5.	Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	45
2.6.	Преимущества со школой	47
	<b>III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>	<b>48</b>
3.1.	<b>Обязательная часть</b>	<b>48</b>
3.1.1.	Особенности организации развивающей предметно – пространственной среды	48
3.1.2.	Материально-техническое обеспечение Программы образования, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	48
3.1.3.	Организация ООД по области «Физическое развитие»	50
3.1.4.	Организация активного отдыха	51
3.2.	Часть, формируемая участниками образовательных отношений	52
	Методическая литература, позволяющая ознакомиться с содержанием	52

	парциальных программ, методик, форм организации образовательной работы по ОО «Физическое развитие»	
<b>4.</b>	<b>Краткая презентация Программы</b>	<b>53</b>

## I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### 1.1. Обязательная часть

#### 1.1.1. Пояснительная записка

Проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения в последние годы приобретает все большую актуальность. Одна из существенных причин сложившейся ситуации – отсутствие сформированности у детей ценностного отношения к собственному здоровью. Формирование здорового образа жизни достойно того, чтобы стать своего рода национальной идеей, способствующей развитию сильного государства и здорового общества.

Сегодня в обществе идет становление новой системы дошкольного образования, направленной на реализацию федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО). Федеральный государственный стандарт представляет собой совокупность требований, обязательных при реализации основных образовательных программ начального общего образования образовательными учреждениями, имеющими государственную аккредитацию.

Происходящая в стране модернизация образования обусловила необходимость важных изменений в определении содержания и способов организации педагогического процесса в детском саду, в том числе и в физическом воспитании детей. Осознание большой ответственности за здоровье детей даёт стимул инструкторам по физической культуре к овладению новыми методиками и технологиями в направлении оздоровительной работы для дальнейшего применения воспитанниками полученных знаний, двигательных умений и навыков в различных жизненных ситуациях. Интеграция наиболее способствует этому. Интегрированная технология, реализуемая в физкультурно-оздоровительном процессе, позволяет качественно и эффективно освоить большинство разделов программы физического воспитания, и направлена на сохранение здоровья ребенка.

Содержанием образовательной области «Физическое развитие» является – формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Рабочая программа (далее - Программа) разработана на основе Федеральной образовательной программы дошкольного образования, утвержденной Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 года №1028 и основной образовательной программы МАДОУ «Детский сад №104 «Бэлэкэч», разработанной в соответствии с ФГОС ДО, особенностей образовательного учреждения, региона и образовательных потребностей.

#### ***Нормативно-правовой базой для разработки Программы является:***

##### ***На федеральном уровне:***

- Федеральная программа дошкольного образования, утв. Приказом Минпросвещения РФ от 25.11.2022 № 1028
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Федеральный закон 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ (актуальная ред. от 14.07.2022) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

- Федеральный закон от 24.09.2022 №371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статьи 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации»;
- Обновленный ФГОС ДО – Приказ Минпросвещения России от 08.11.2022 №955 «О внесении изменений ...» (зарегистрировано в Минюсте РОССИИ 06.02.2023 №72264)
- Указ Президента РФ от 09.11.2022 №809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2022 №71847);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648 – 20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (вместе с СанПин 1.2.3685-21 Санитарные правила и нормы...»)
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020г. №373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрирован 31.08.2020 №59599);
- Приказ Министерства просвещения от 15.04.2022 № СК-295/06 «Об использовании государственных символов Российской Федерации»;

#### На региональном уровне:

- Закон Республики Татарстан «Об образовании» (принят Государственным советом Республики Татарстан от 22 июля 2013 г. N 68-ЗРТ (с изменениями и дополнениями);
- Закон Республики Татарстан «О государственных языках Республики Татарстан и других языках в Республике Татарстан (принят Государственным советом Республики Татарстан 12 июня 2014 года (с изменениями и дополнениями);
- Региональная образовательная программа дошкольного образования «Сөөнеч - Радость познания», Шаехова Р.К., 2016 г;
- "Балаларбакчасында рус балаларына татар теле өйрәтү: программа, методик кинәшләр, диагностика" З.М.Зарипова, Р.И.Исаева, Р.Г.Кидрячева.

#### На уровне ДО:

- Устав МАДОУ «Детский сад № 104 «Бэлэкэч» (от 23.10.2018 года № 6292);
- Образовательная программа дошкольного образования муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения города Набережные Челны «Центр развития ребенка - детский сад №104 «Бэлэкэч».

Рабочая программа в соответствии с ФГОС ДО и ФОП содержит целевой, содержательный, организационный разделы.

Расшифровка применяемых в тексте обозначений и сокращений:

РП – рабочая программа

ИФК – инструктор по физической культуре

ФОП – федеральная образовательная программа

ДО – дошкольное образование

ДОО – дошкольная образовательная организация

ДОУ – дошкольное образовательное учреждение

РФ – Российская федерация  
ФГОС ДО – федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования  
ОВД – основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, ползание, ланье, катание, ловля, бросание)  
ОРУ – общеразвивающие упражнения  
ЗОЖ – здоровый образ жизни  
ПИ – подвижные игры  
РППС – развивающая предметно-пространственная среда  
СанПиН – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.

### **1.1.2. Цели и задачи реализации Программы**

#### ***Цель и задачи по ФОП:***

**Целью** Федеральной программы является разностороннее развитие ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно- нравственных ценностей народов РФ, исторических и национально-культурных традиций.

Цель Федеральной программы достигается через решение следующих **задач**:

1. Обеспечение единых для РФ содержания ДО и планируемых результатов освоения образовательной программы ДО;
2. Построение (структурирование) содержания образовательной работы на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
3. Создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
4. Обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
5. Достижение детьми на этапе завершения ДО уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования;
6. Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
7. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей.

#### ***Цель и задачи по ФГОС ДО:***

##### **Цель:**

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.

**Задачи:**

1. Охрана и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

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

4. Создание 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. Объединение 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. Формирование 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. Обеспечение 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. Формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

9. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

***Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих задач:***

***Оздоровительные:***

1. Совершенствование механизма терморегуляции, повышающего устойчивость организма к воздействиям внешней среды и, прежде всего, к температурным изменениям.

2. Разностороннее психофизическое развитие всех систем и функций организма.

3. Формирование правильной осанки, укрепление свода стопы.

***Образовательные:***

1. Формирование плавательных умений и навыков, обогащение двигательного опыта.

2. Развитие физических качеств (силы, ловкости, выносливости, гибкости, быстроты); двигательных (функции равновесия, координации движений) и индивидуальных способностей детей.

3. Формирование системы знаний о видах и способах плавания, об оздоровительном воздействии плавания на организм, безопасном поведении на воде.

***Воспитательные:***

1. Воспитание культурно-гигиенических навыков.

2. Воспитание нравственных (доброты, чувство взаимопомощи, сочувствия, справедливости, ответственности и т.д.) и морально-волевых качеств (смелость, настойчивость, решительность, самообладание и т.д.).

3. Формирование интереса и любви к спорту, физическим упражнениям, подвижным играм.

### **1.1.3. Принципы и подходы к формированию Программы**

#### ***Принципы ДО, установленные ФГОС:***

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;
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.

#### ***Принципы построения Программы по ФГОС:***

1. Поддержка разнообразия детства;
2. Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека, самоценность детства – понимание (рассмотрение) детства как периода жизни значимого самого по себе, без всяких условий; значимого тем, что происходит с ребенком сейчас, а не тем, что этот период есть период подготовки к следующему периоду;
3. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых (родителей (законных представителей), педагогических и иных работников организации) и детей;
4. Уважение личности ребенка;
5. Реализация Программы в формах, специфических для детей данной возрастной группы, прежде всего в форме игры, познавательной и исследовательской деятельности, в форме творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие ребенка.

#### ***Принципы физического развития:***

***Учет ведущей (игровой) деятельности конкретного возраста*** – реализация Программы осуществляется через ведущую деятельность детей – игру, которая занимает значительную часть его жизни и имеет огромное значение для его психического развития. Игра вызывает у детей сильные эмоции, чувство удовольствия, радости, что позволяет быстрее освоиться в водной среде младшим дошкольникам и освоить сложные плавательные движения старшим. Она обеспечивает необходимую заинтересованность детей, эмоционально окрашивает занятие.

**Принцип оздоровительной направленности**, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен

обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные условия для двигательной активности детей.

**Принцип осознанности и активности** – осознание техники движения, последовательности его выполнения, мышечного напряжения, собственного тела способствует формированию у ребенка телесной рефлексии. Ребенок учится самостоятельно и творчески решать двигательные задачи; осознанно выбирает рациональный способ двигательного действия; придумывает свои варианты выполнения упражнения (например, упражнения «Подводные лодочки», «Моторные лодочки» и т.д.). Каждое движение в плавании имеет свой «словесный портрет», который ребенок проговаривает, осмысливает и только потом выполняет.

**Принцип систематичности** – обеспечивает регулярность, планомерность, непрерывность процесса обучения плаванию детей. Занятия плаванием проводятся 1 раз в неделю по 20 минут в средней группе, 25 минут в старшей группе и 30 минут в подготовительных к школе группах по подгруппам. Учебный цикл рассчитан на 36 учебных часов в каждой возрастной группе.

**Принцип непрерывности** – обеспечивается последовательностью и преемственностью между занятиями; развивает морфофункциональные свойства организма, которые развиваются и совершенствуются, подчиняясь «законам упражнения». Данный принцип выражает закономерности построения обучения и воспитания как целостного процесса.

**Принцип последовательности** – планирование и проведение занятий по плаванию во всех возрастных группах осуществляется в четкой последовательности, преемственности и взаимосвязи. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет перейти к освоению последующего, более сложного материала. Вновь разучиваемое упражнение базируется на временных связях, закрепленных разучиванием предшествующего упражнения. Т.е., обучение плаванию осуществляется в строгой последовательности.

**Принцип повторения** – в результате многократных повторений упражнений образуются плавательные навыки. В содержание занятий включается изучение нового движения и повторение в различных вариантах (изменение способа выполнения, условий выполнения, использование творческих заданий) изученных ранее движений, что позволяет добиться развивающего эффекта.

**Принцип наглядности** - систематизированный наглядный дидактический материал способствует дополнению, уточнению, коррекции образа двигательного действия, чем существенно облегчает выполнение заданий, ускоряет формирование плавательных умений и навыков, вызывает интерес и творческую активность детей.

**Принцип доступности и индивидуализации** – распределение программного материала по плаванию осуществляется с учетом возрастных функциональных и индивидуальных плавательных способностей детей, выявленных в результате диагностики плавательной подготовленности и основывается на связи каждого предыдущего занятия с последующим. Задачи по обучению плаванию решаются в комплексе на основе лично-ориентированного подхода к каждому ребенку.

**Принцип постепенного наращивания физической нагрузки (прогрессирования)** – выражается в поступательном характере, что гарантирует развивающий эффект процесса обучения плаванию. Учитывая специфические особенности плавания, каждое упражнение в процессе изучения выполняется в постепенно усложняющихся условиях.

**Принцип разнообразия ФУ** - во избежание образования стереотипа, не поддающегося перестройке при изменении ситуации, предусмотрена вариативность выполнения упражнений, которая не только вносит разнообразие в занятия, но и повышает интерес детей. Разнообразие упражнений достигается не только за счет творческого потенциала педагога, но и за счет развития творческих способностей детей. Детям предлагаются творческие задания на создание и выполнение новых упражнений (например, игровые упражнения: «Сконструируй подводную лодочку», «Как передвигается осьминог (ракушка, акула?)»); на решение



проблемных ситуаций (например, игра «Доставка груза», в которой необходимо переместить игрушку на другую сторону бассейна, не трогая ее руками) и т.д.

**Принцип единства с семьей** - особое внимание уделяется совместной работе семьи и ДОУ по приобщению детей к новой для них среде – водной акватории. В систему занятий включены домашние задания на преодоление водобоязни, создание новых упражнений в воде, рассчитанные на психологическую поддержку ребенка родителями.

Все принципы осуществляются в единстве. Они реализуют оздоровительную направленность и обеспечивают связь физической культуры с жизнью, осуществляют подготовку ребенка к обучению в школе, формируют потребность к ЗОЖ, интерес к занятиям ФК и спортом.

Сформулированные выше принципы носят здоровьесберегающий характер, обеспечивая полноценное психическое развитие, сохранение эмоциональной сферы, формирование базисных характеристик личности.

#### **1.1.4. Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста**

Рабочая программа составлена по возрастным группам. Она охватывает четыре возрастные ступени физического и психического развития детей:

- 1) младший возраст (дети 2-4 лет);
- 2) средний возраст (дети 4-5 лет);
- 3) старший дошкольный возраст (дети 5-6 лет);
- 4) подготовительный к школе возраст (дети 6-7 лет).

В каждой возрастной группе предусмотрено формирование представлений о ЗОЖ, овладение разными видами движений и воспитание физических качеств.

У детей 2-4 лет усилия направлены на то, чтобы научить детей ориентироваться в пространстве физкультурного зала и физкультурной площадки, приёмам элементарной страховки, правильному (по назначению) использованию физкультурного оборудования.

Для детей 4-5 лет основные усилия направлены на развитие физических качеств и, прежде всего, выносливости и силы, которые являются основой обеспечения хорошей физической подготовленности.

У детей 5-6 лет развиваем высокую физическую работоспособность и направляем усилия на качественную физическую подготовку.

Для детей 6-7 лет основной задачей является создание условий для реализации интересов детей, раскрытия их двигательных способностей и развития самостоятельности.

Учитывая возрастные особенности физического развития дошкольников в первые годы жизни, равноценное значение для них приобретают все три группы средств физической культуры: естественные силы природы, гигиенические факторы, физические упражнения.

##### **Младший дошкольный возраст (2—4 лет).**

К четырём годам дети хорошо владеют в общих чертах всеми видами основных движений, возникает необходимость в двигательной импровизации, но они ещё не умеют соразмерять свои силы и возможности. Убедившись в трудности выполнения какого-либо упражнения, ребёнок проделывает его лишь в общих чертах, не добиваясь завершения, что обусловлено неустойчивостью волевых усилий. Двигательная активность детей во многом обусловлена достаточно большим двигательным запасом и хорошей пространственной ориентировкой. Они стремятся к разным сочетаниям физкультурных пособий. Как чрезмерно подвижным, так и малоподвижным детям необходима помощь взрослого, который поможет показать разнообразные действия с пособиями: мячом, обручем, скакалкой и т.д. Важной задачей является формирование у детей положительного отношения к занятиям физическими упражнениями. Ребёнку трёх лет свойственна склонность к подражанию сверстникам, вместе с тем дети этого возраста более самостоятельны в выполнении упражнений.

### **Средний дошкольный возраст (4—5 лет).**

На пятом году жизни движения ребёнка становятся более уверенными и координированными. Внимание приобретает всё более устойчивый характер, совершенствуется зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развивается целенаправленное запоминание. Дети уже способны различать разные виды движений, выделять их элементы. Появляется интерес к результатам движения. Потребность выполнять его в соответствии с образцом. Двигательная активность ребёнка этого возраста характеризуется соответствующими изменениями в основных движениях.

### **Старший дошкольный возраст (5—6 лет).**

На шестом году жизни ребёнок успешно овладевает основными видами движений, которые становятся более осознанными, что позволяет повысить требование к их качеству, больше внимания уделять развитию морально-волевых и психофизических качеств (быстрота, ловкость, выносливость, выдержка, настойчивость, организованность, дисциплинированность), дружеских взаимоотношений.

В старшем возрасте дети овладевают новыми способами выполнения знакомых им движений, осваивают новые движения (ходьбу перекатом с пятки на носок, прыжки в длину и высоту с разбега, с приземлением на мягкое препятствие, наперегонки, лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, упражнения с набивными мячами, учатся спортивным играм и спортивным упражнениям).

### **Подготовительный к школе возраст (6—7 лет).**

На седьмом году жизни движения ребёнка становятся более координированными и точными. В коллективной деятельности формируются навыки самореализации, взаимоконтроля, увеличивается проявление волевых усилий при выполнении задания. Ребёнок выполняет их уже целенаправленно, и для него важен результат. У детей формируется потребность заниматься физическими упражнениями, развивается самостоятельность.

## **1.2. Планируемые результаты освоения Программы**

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности ДО делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Федеральной программы представлены в виде целевых ориентиров ДО и представляют собой *возрастные характеристики возможных достижений ребенка к завершению ДО*.

К целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка:

*Целевые ориентиры образования в раннем возрасте:*

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

*Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:*

- ребёнок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;
- ребёнок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребёнок владеет разными формами и видами игры,

различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

- у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- ребёнок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены.

### ***1.2.1 Планируемые результаты как ориентиры освоения детьми образовательной области «Физическое развитие».***

#### **Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)**

- ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям и подвижным играм;
- ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;
- ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;
- ребёнок владеет культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдает требования гигиены, имеет первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;
- ребёнок владеет элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами ("можно", "нельзя"), демонстрирует стремление к положительным поступкам;
- ребёнок проявляет интерес к правилам безопасного поведения; осваивает безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения;
- ребёнок охотно включается в совместную деятельность со взрослым, подражает его действиям, отвечает на вопросы взрослого и комментирует его действия в процессе совместной деятельности;
- ребёнок проявляет потребность в познавательном общении со взрослыми; демонстрирует стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов, к простейшему экспериментированию с предметами и материалами: проявляет элементарные представления о величине, форме и количестве предметов и умения сравнивать предметы по этим характеристикам;
- ребёнок знает об объектах ближайшего окружения: о родном населенном пункте, его названии, достопримечательностях и традициях;
- ребёнок имеет представление о разнообразных объектах живой и неживой природы ближайшего окружения, выделяет их отличительные особенности и свойства, различает времена года и характерные для них явления природы, имеет представление о сезонных изменениях в жизни животных, растений и человека, интересуется природой, положительно относится ко всем живым существам, знает о правилах поведения в природе, заботится о животных и растениях, не причиняет им вред.

#### **Плавательные навыки:**

- приседание в воду до уровня подбородка;
- передвижение по дну бассейна шагом, бегом;
- игры в воде, хороводы;
- самостоятельные игры с игрушками.

#### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

- ребёнок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;

- ребёнок демонстрирует координацию, быстроту, силу, выносливость, гибкость, ловкость, развитие крупной и мелкой моторики, активно и с интересом выполняет основные движения, общеразвивающие упражнения и элементы спортивных упражнений, с желанием играет в подвижные игры, ориентируется в пространстве, переносит освоенные движения в самостоятельную деятельность;

- ребёнок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;

- ребёнок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;

- ребёнок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;

- ребёнок самостоятелен в самообслуживании;

- ребёнок проявляет словотворчество, интерес к языку, с интересом слушает литературные тексты, воспроизводит текст;

- ребёнок имеет представление о разнообразных представителях живой природы родного края, их особенностях, свойствах объектов неживой природы, сезонных изменениях в жизни природы, явлениях природы, интересуется природой, экспериментирует, положительно относится ко всем живым существам, знает правила поведения в природе, стремится самостоятельно ухаживать за растениями и животными, беречь их.

#### Плавательные навыки:

- погружение в воду до уровня подбородка, глаз, с головой;

- свободное передвижение по дну бассейна шагом, бегом;

- движения ногами вверх-вниз, сидя в воде;

- опускание в воду лица;

- самостоятельные игры с игрушками;

- попытки плавать произвольным способом.

#### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

- ребёнок демонстрирует ярко выраженную потребность в двигательной активности, проявляет интерес к новым и знакомым физическим упражнениям, пешим прогулкам, показывает избирательность и инициативу при выполнении упражнений, имеет представления о некоторых видах спорта, туризме, как форме активного отдыха;

- ребёнок проявляет осознанность во время занятий физической культурой, демонстрирует выносливость, быстроту, силу, гибкость, ловкость, координацию, выполняет упражнения в заданном ритме и темпе, способен проявить творчество при составлении несложных комбинаций из знакомых упражнений;

- ребёнок проявляет доступный возрасту самоконтроль, способен привлечь внимание других детей и организовать знакомую подвижную игру;

- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в процессе ознакомления с видами спорта и достижениями российских спортсменов;

- ребёнок владеет основными способами укрепления здоровья (закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены, безопасное поведение и другие); мотивирован на сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих;

- в оценке поступков опирается на нравственные представления;

- самостоятелен, инициативен в самообслуживании,

- ребёнок владеет представлениями о безопасном поведении, соблюдает правила безопасного поведения в разных видах деятельности, демонстрирует умения правильно и безопасно пользоваться под присмотром взрослого бытовыми предметами и приборами,

безопасного общения с незнакомыми животными, владеет основными правилами безопасного поведения на улице;

- ребёнок проявляет познавательный интерес к населенному пункту, в котором живет, знает некоторые сведения о его достопримечательностях, событиях городской и сельской жизни; знает название своей страны, её государственные символы;

- ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию, развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами действует в точном соответствии с игровой задачей и правилами.

- Плавательные навыки:

- погружение в воду с головой;

- движения ногами вверх-вниз, сидя в воде и лежа, опираясь руками;

- выполнение разнообразных движений руками в воде;

- всплытие и лежание на воде на груди и на спине;

- скольжение на груди и на спине;

- выдох в воду;

- плавание произвольным способом.

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

- у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;

- ребёнок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

- ребёнок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристских пеших прогулках, осваивает простейшие туристские навыки, ориентируется на местности;

- ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

- ребёнок проявляет нравственно-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять анализ своей двигательной деятельности;

- ребёнок проявляет духовно-нравственные качества и основы патриотизма в ходе занятий физической культурой и ознакомлением с достижениями российского спорта;

- ребёнок имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;

- ребёнок владеет навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку другим людям;

- ребёнок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;

- ребёнок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками; старается разрешать возникающие конфликты конструктивными способами;

- ребёнок способен к осуществлению социальной навигации как ориентации в социуме и соблюдению правил безопасности в реальном и цифровом взаимодействии;

- ребёнок имеет представление о жизни людей в России, имеет некоторые представления о важных исторических событиях Отечества; имеет представление о многообразии стран и народов мира;

- ребёнок способен применять в жизненных и игровых ситуациях знания о количестве, форме, величине предметов, пространстве и времени, умения считать, измерять, сравнивать, вычислять и тому подобное;
- ребёнок имеет представление о некоторых наиболее ярких представителях живой природы России и планеты, их отличительных признаках, среде обитания, потребностях живой природы, росте и развитии живых существ; свойствах неживой природы, сезонных изменениях в природе, наблюдает за погодой, живыми объектами, имеет сформированный познавательный интерес к природе, осознанно соблюдает правила поведения в природе, знает способы охраны природы, демонстрирует заботливое отношение к ней;
- ребёнок выражает интерес к культурным традициям народа в процессе знакомства с различными видами и жанрами искусства; обладает начальными знаниями об искусстве;
- ребёнок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, предлагает и объясняет замысел игры, комбинирует сюжеты на основе реальных, вымышленных событий, выполняет несколько ролей в одной игре, подбирает разные средства для создания игровых образов, согласовывает свои интересы с интересами партнеров по игре, управляет персонажами в режиссерской игре;
- ребёнок проявляет интерес к игровому экспериментированию с предметами, к развивающим и познавательным играм, в играх с готовым содержанием и правилами может объяснить содержание и правила игры другим детям, в совместной игре следит за точным выполнением правил всеми участниками;
- ребёнок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению.

#### Плавательные навыки:

- погружение в воду с головой с открытыми глазами;
- движения ногами вверх-вниз, лежа на воде;
- скольжение на груди и на спине с движениями ног вверх-вниз;
- выполнение вдоха-выдоха сериями (3-10 раз подряд);
- плавание с надувной игрушкой или кругом в руках;
- гребковые движения руками;
- плавание произвольным способом длину бассейна.

### ***1.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов***

- Педагогическая диагностика в дошкольной образовательной организации (далее - ДОО) – это особый вид профессиональной деятельности, позволяющий выявлять динамику и особенности развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.
- Направления и цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО. Во ФГОС ДО указано, что при реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется педагогическим работником в рамках педагогической диагностики. Данное положение свидетельствует о том, что педагогическая диагностика не является обязательной процедурой, а вопрос о ее проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно Организацией.
- Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО:

- - планируемые результаты освоения основной образовательной программы дошкольного образования заданы как целевые ориентиры дошкольного образования и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на разных этапах дошкольного детства;
- - целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга). Они не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;
- - освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.
- Данные положения подчеркивают направленность педагогической диагностики на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование. Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться исключительно для решения следующих образовательных задач:
  - 1. индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);
  - 2. оптимизации работы с группой детей.
- Периодичность проведения педагогической диагностики определяется Организацией. Оптимальным является ее проведение на начальном этапе освоения ребенком образовательной программы, в зависимости от времени его поступления в дошкольную группу (стартовая диагностика) и на завершающем этапе освоения программы его возрастной группой (заключительная, финальная диагностика). При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребенка в группе. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка.
- Ведущим методом педагогической диагностики является наблюдение. Осуществляя педагогическую диагностику, педагог наблюдает за поведением ребенка в естественных условиях, в разных видах деятельности, специфичных для детей раннего и дошкольного возраста. Ориентирами для наблюдения являются возрастные характеристики развития ребенка. Они выступают как обобщенные показатели возможных достижений детей на разных этапах дошкольного детства в соответствующих образовательных областях.
- Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует предметно-развивающую среду, мотивирующую активную творческую деятельность воспитанников, составляет индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной Программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс.

## **1.4. Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

### **1.4.1. Цели и задачи вариативной части Программы**

**Цель:** проектирование социальной ситуации развития русскоязычного ребенка с использованием средств национальной культуры, обеспечивающих успешную социализацию, мотивацию и поддержку индивидуальности детей через общение на языке татарского народа, в том числе с представителями других национальностей, народную игру, познание родного края и другие формы активности.

### **Задачи:**

1. Познакомить с подвижными играми народов Поволжья.
2. Познакомить воспитанников с лексическим минимумом УМК посредством подвижных игр, физических упражнений, соответствующих их возрастным особенностям.
3. Поощрять самостоятельную организацию знакомых игр, участие в играх с элементами соревнования.
4. Развивать умение соблюдать правила игры.
5. Развивать в подвижных играх такие двигательные качества, как ловкость, быстрота, гибкость, общая выносливость.
6. Воспитывать культуру честного соперничества в играх со сверстниками; привитие любви и уважения к людям другой национальности, к их культурным ценностям (толерантность).

### **1.4.2. Принципы и подходы к формированию вариативной части Программы**

Реализация содержания всех образовательных областей основывается на следующих принципах:

- поддержка разнообразия детства;
- сохранение уникальности и самоценности детства;
- позитивная социализация;
- лично-развивающий и гуманистический характер взаимодействия;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- сотрудничество Организации с семьей;
- сетевое взаимодействие с организациями;
- индивидуализация образования;
- возрастная адекватность образования;
- развивающее вариативное образование;
- полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей;
- инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения поставленных целей;
- культуросообразность и регионализм;
- «диалог культур».

### **1.4.3. Планируемые результаты освоения вариативной части Программы**

#### **Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)**

- **Проявляет интерес к татарским и русским подвижным играм.**
- **Соблюдает правила народных игр, умеет согласовывать движения и ориентируется в пространстве.**

#### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

- **Проявляет интерес к татарским и русским подвижным играм, придумывает различные их варианты.**
- **Соблюдает правила народных игр и ориентируется в пространстве.**
- **Проявляет умение выполнять физминутки, дыхательную гимнастику татарского и русского народа.**

#### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

- **Знает и играет в башкирские и чувашские народные игры.**



- Применяет знания в организации знакомых татарских и русских народных подвижных игр, доводит их до конца.
- Совершенствует двигательные умения и навыки в разученных народных играх.
- Умеет применять навыки самоконтроля по отношению к своему двигательному поведению во время игровых занятий, построенных на основе народных музыкальных подвижных игр и эстафет.

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

- Знает и играет в мордовские, марийские и удмуртские подвижные народные игры.
- Самостоятельно организовывает знакомые подвижные игры; находит, придумывает разные их варианты.
- С удовольствием выполняет здоровьезберегающие упражнения, рассказывает стихи, потешки, поговорки во время проведения досугов и национальных праздников.

#### **1.4.4. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов с учетом ЭРС**

<b>Возраст детей</b>	<b>Физическая культура</b>	<b>Здоровье</b>
<b>Вторая младшая группа</b>	Подвижные народные (татарские и русские) игры.	Согласовывает движения, ориентируется в пространстве.
<b>Средняя группа</b>	Татарские и русские народные игры.	Утренняя гимнастика, закаливающие процедуры, с использованием малых жанров устного народного творчества.
<b>Старшая группа</b>	Подвижные игры татарские, русские, башкирские и чувашские.	Самоконтроль по отношению к своему двигательному поведению во время игровых занятий.
<b>Подготовительная группа</b>	Подвижные игры народов Поволжья (мордовские, марийские, удмуртские), разные варианты подвижных игр.	Польза лекарственных растений своего края в сохранении и укреплении собственного здоровья

#### **Мониторинг результатов**

<b>Высокий уровень</b> – 3 балла от 21 до 30 баллов	Знает и под руководством взрослого применяет знания.
<b>Средний уровень</b> – 2 балла от 11 до 20 баллов	Знает и применяет знания с помощью взрослого.
<b>Ниже среднего</b> – 1 балл от 1 до 10 баллов	Имеет представление, не активен.

#### **1.4.5. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов по ОО «Физическое развитие»**

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной

программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Планируемые результаты освоения основной образовательной программы ДО заданы как целевые ориентиры ДО и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на разных этапах дошкольного детства. Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточной и итоговой диагностики.

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

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

### **Методика обследования плавательных навыков**

**А.А. Чеменевой и Т.В. Столмаковой.**

**Цель** – определение уровня плавательных способностей детей, степени сформированности плавательных умений и навыков.

#### **Задачи:**

1. Выявление плавательных способностей, умений и навыков детей.
2. Определение стратегических задач, форм, средств и методов обучения плаванию детей на учебный год.
3. Планирование индивидуальной работы с детьми по освоению и развитию плавательных умений и навыков.

### **ТЕСТЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ 4—5 лет**

#### **1. Разнообразные способы передвижения в воде**

Ходьба, руки на поясе, бег обычный, прыжки лицом, спиной вперед на двух ногах, положение рук — произвольное, по 8 м.

*Оценка:*

- 4 балла — ребенок легко выполняет все способы передвижения в воде;
- 3 балла — выполняет упражнения неуверенно, осторожно;
- 2 балла — выполняет упражнения, держась за поручень;
- 1 балл — боится отойти от бортика, отказывается выполнять упражнение.

#### **2. Погружение в воду с открыванием глаз под водой**

Стоя около бортика, держась за поручень, присесть, сохраняя вертикальное положение тела, полностью погрузиться в воду с головой, а не просто наклонить лицо вниз, глаза должны быть приоткрыты.

*Оценка:*

- 4 балла — ребенок безбоязненно приседает под воду, приоткрыв глаза, и находится в таком положении в течение 3 секунд;
- 3 балла — погрузившись в воду, открыв глаза, находится под водой менее 3 секунд;
- 2 балла — погрузившись в воду, не открывает глаза;
- 1 балл — боится полностью погрузиться в воду.

#### **3. Выдохи в воду**

Положение тела такое же, как и при выполнении погружения в воду. Губы при выполнении выдоха немного вытянуты вперед, напряжены («трубочка»). Выдох должен быть равномерным, непрерывным, полным, выполняется одновременно через рот и нос.

*Оценка:*

- 4 балла — ребенок правильно выполняет 2 выдоха;

- 3 балла — правильно выполняет 1 выдох;  
 2 балла — не полностью выполняет выдох в воду, то есть заканчивает его над водой;  
 1 балл — выполняет выдох, опустив в воду только губы.

#### **4. Плавание с надувной игрушкой при помощи движений ног**

*Инвентарь:* надувные круги.

Надев круг или другой поддерживающий предмет, принять горизонтальное положение на груди, опустив подбородок на круг, или на спине, положив затылок на круг, таз у поверхности воды. Плыть при помощи движений ног способом кроль.

*Оценка:*

- 4 балла — ребенок, правильно приняв положение тела, проплывает 4 м при помощи движений ног способом кроль;  
 3 балла — проплывает 3 м;  
 2 балла — проплывает 2 м;  
 1 балл — приняв неправильное положение тела в воде, сильно сгибает ноги, не может сдвинуться с места.

*Протокол 1*

#### **Оценочные тесты обучения плаванию детей 4-5 лет**

№ п/п	Ф.И. ребенка	Передвижения	Балл	Погружение	Балл	Выдохи в воду	Балл	Плавание с игрушкой	Балл	Средний балл

### **ТЕСТЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ 5—6 лет**

#### **1. Ориентирование в воде с открытыми глазами**

*Инвентарь:* тонущие игрушки или шайбы.

На небольшой глубине (на расстоянии вытянутой вниз руки ребенка) собрать предметы, расположенные на дне на расстоянии 0,3—0,5 м друг от друга.

*Оценка:*

- 4 балла — ребенок смог достать 3 предмета на одном вдохе;  
 3 балла — смог достать 2 предмета;  
 2 балла — смог достать 1 предмет;  
 1 балл — достал предмет, не опуская лица в воду, не открывая глаз под водой.

#### **2. Лежание на груди**

*Инвентарь:* надувные игрушки, нарукавники.

Из положения стоя в воде, ноги врозь, руки в стороны выполнить упражнение «Звезда» на груди. Положение тела — горизонтальное, руки и ноги прямые, разведены в стороны.

*Оценка:*

- 4 балла — ребенок выполняет упражнение в течение 5 секунд;  
 3 балла — в течение 3—4 секунд;  
 2 балла — в течение 1—2 секунд;  
 1 балл — лежит на воде с поддерживающими предметами (надувные игрушки, нарукавники).

#### **3. Лежание на спине**

*Инвентарь:* надувные игрушки, нарукавники.

Из положения стоя в воде, ноги врозь, руки в стороны выполнить упражнение «Звезда» на спине.

*Оценка:*

- 4 балла — приняв горизонтальное положение, ребенок лежит на спине в течение 5 секунд;  
 3 балла — лежит на спине 3—4 секунды;  
 2 балла — лежит на спине 1—2 секунды;

1 балл — лежит с поддерживающими предметами.

#### **4. Плавание с пенопластовой доской при помощи движений ног способом кроль на груди**

*Инвентарь:* пенопластовые доски.

Положение тела горизонтальное, руки вытянуты вперед, плечи опущены в воду, подбородок лежит на поверхности воды. Плыть, ритмично работая прямыми ногами, носки оттянуты, повернуты вовнутрь.

*Оценка:*

4 балла — ребенок проплыл 8 м;

3 балла — 6—7 м;

2 балла — 4—5 м;

1 балл — менее 3 м.

*Протокол 2*

#### **Оценочные тесты обучения плаванию детей 5-6 лет**

№ п/п	Ф.И. ребенка	Ориентирование в воде	Балл	Лежание на груди	Балл	Лежание на спине	Балл	Плавание с доской	Балл	Средний балл

### **ТЕСТЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ 6—7 лет**

#### **1. Скольжение на груди**

Стоя у бортика, руки впереди, кисти рук соединены, присесть, оттолкнуться ногой от бортика или двумя ногами от дна и выполнить упражнение «Стрелка» на груди. Тело ребенка должно лежать у поверхности воды, руки и ноги соединены, вытянуты, лицо опущено в воду.

*Оценка:*

4 балла — ребенок проскользил 4 м и более;

3 балла — 3 м;

2 балла — 2 м;

1 балл — 1 м.

#### **2. Скольжение на спине**

Стоя у бортика, руки вверху соединены, присесть, прогнуться, оттолкнуться одной ногой от бортика или двумя ногами от дна и выполнить упражнение «Стрелка» на спине. Туловище прямое, руки и ноги соединены и выпрямлены, лицо — на поверхности воды.

*Оценка:*

4 балла — ребенок проскользил 4 м и более;

3 балла — 3 м;

2 балла — 2 м;

1 балл — 1 м.

#### **3. Плавание с пенопластовой доской при помощи движений ног способом кроль на груди**

*Инвентарь:* пенопластовые доски.

Положение тела горизонтальное, руки вытянуты вперед, плечи опущены в воду, подбородок лежит на поверхности воды. Плыть, ритмично работая прямыми ногами, носки оттянуты, повернуты вовнутрь, дыхание произвольное.

*Оценка:*

4 балла — ребенок проплыл 14 – 16 м и более;

3 балла — 11-13 м;

2 балла — 8-10 м;

1 балл — менее 8 м.

#### **4. Плавание произвольным способом**

Проплыть 8 м любым способом при помощи движений ног, рук. Дыхание произвольное.

*Оценка:*

4 балла — ребенок проплыл 8 м и более;

3 балла — 6-7 м;

2 балла — 4-5 м;

1 балл — менее 4 м.

*Протокол 3*

***Оценочные тесты обучения плаванию детей 6-7 лет***

№ п/п	Ф.И. ребенка	Скольжение на груди	Плавание с доской		Плавание произвольным способом		Средний балл		
			Балл	Оценка	Балл	Оценка			

**Методические рекомендации:**

1. Сроки проведения:

— начальная – сентябрь;

— промежуточная – январь;

— заключительная – май.

2. Для выполнения каждого упражнения дается 1 попытка. Вторую попытку можно давать только в случае явно неудачной первой.

3. На основании результатов диагностики определяются «Группы готовности»:

— «готов» - ребенок выполнил все нормативы или не выполнил 1;

— «условно готов» - ребенок не выполнил 2-3 норматива;

— «готов» - ребенок не выполнил 4 и более нормативов.

Диагностика должна обеспечить получение действительно объективных, достоверных данных, на основе которых будет строиться дальнейшая работа педагога по обучению детей плаванию. В противном случае деятельность педагога не принесет положительных результатов и снизит интерес детей к двигательной деятельности.

## II. Содержательный раздел

### 2.1. Обязательная часть

#### 2.1.1. Содержание образовательной области «Физическое развитие»

##### Вторая младшая группа (от 3 до 4 лет)

**Основные задачи** образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

##### **Содержание образовательной деятельности.**

Выполнять общеразвивающие, музыкально-ритмические упражнения по показу; создает условия для активной двигательной деятельности и положительного эмоционального состояния детей. Педагог воспитывает умение слушать и следить за показом, выполнять предложенные задания сообща, действуя в общем для всех темпе. Организует подвижные игры, помогая детям выполнять движения с эмоциональным отражением замысла, соблюдать правила в подвижной игре.

Педагог продумывает и организует активный отдых, приобщает детей к здоровому образу жизни, к овладению элементарными нормами и правилами поведения в двигательной деятельности, формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

##### **1) Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие и строевые упражнения).**

###### Основные движения:

- ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, "змейкой", с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий
- бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убежание от ловящего, ловля убегающего;
- прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м

###### Общеразвивающие упражнения:

- упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса: поднимание и опускание прямых рук вперед, отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно); переключивание предмета из одной руки в другую; хлопки над головой и перед собой; махи руками; упражнения для кистей рук;

- упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: потягивание, приседание, обхватив руками колени; наклоны вперед и в стороны; сгибание и разгибание ног из положения сидя; поднимание и опускание ног из положения лежа; повороты со спины на живот и обратно;

- упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: поднимание и опускание ног, согнутых в коленях; приседание с предметами, поднимание на носки; выставление ноги вперед, в сторону, назад;

- музыкально-ритмические упражнения,

2) **Подвижные игры:** педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

3) Плавание: погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.

4) **Формирование основ здорового образа жизни:** педагог поддерживает стремление ребёнка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).

#### **5) Активный отдых.**

Проведение мероприятий согласно годовому плану.

### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

**Основные задачи** образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр;

- формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость), развивать координацию, меткость, ориентировку в пространстве;

- воспитывать волевые качества, самостоятельность, стремление соблюдать правила в подвижных играх, проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений;

- продолжать формировать интерес и положительное отношение к физической культуре и активному отдыху, формировать первичные представления об отдельных видах спорта;

- укреплять здоровье ребёнка, опорно-двигательный аппарат, формировать правильную осанку, повышать иммунитет средствами физического воспитания;

- формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности.

#### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и

выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни, формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности, закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

**1) Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика).

Основные движения:

- ходьба: ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа и направления);
- бег: бег в колонне по одному, бег со сменой направления;
- прыжки: прыжки на двух ногах на месте;

**2) Общеразвивающие упражнения:**

- упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью); сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

- Повышаются требования к детям при выполнении общеразвивающих упражнений. Педагог предлагает выполнять общеразвивающие упражнения из разных исходных положений, в разном темпе (медленном, среднем, быстром) с предметами и без них.

Ритмическая гимнастика: музыкально-ритмические упражнения.

3) Подвижные игры: педагог продолжает закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх, поощряет желание выполнять роль водящего, развивает пространственную ориентировку, самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников; приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

Плавание: погружение в воду с головой, попеременные движения ног в воде, держась за бортик, доску, палку, игры с предметами в воде, доставание их со дна, ходьба за предметом в воде.

4) Формирование основ здорового образа жизни: педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища), способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

5) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей. Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1-1,5 часов.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

**Досуги и праздники** могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, включать подвижные игры народов России.

Проведение мероприятий согласно годовому плану.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

**Основные задачи** образовательной деятельности в области физического развития:



- обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр;
- развивать психофизические качества, координацию, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;
- воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;
- продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;
- укреплять здоровье ребёнка, формировать правильную осанку, укреплять опорно-двигательный аппарат, повышать иммунитет средствами физического воспитания;
- расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений;
- воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог совершенствует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества, обогащает двигательный опыт детей разнообразными физическими упражнениями, поддерживает детскую инициативу. Закрепляет умение осуществлять самоконтроль и оценку качества выполнения упражнений другими детьми; создает условия для освоения элементов спортивных игр, использует игры-эстафеты; поощряет осознанное выполнение упражнений и соблюдение правил в подвижных играх; поддерживает предложенные детьми варианты их усложнения; поощряет проявление нравственно-волевых качеств, дружеских взаимоотношения со сверстниками.

Организует для детей и родителей (законных представителей) физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

**1) Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика).

#### Основные движения:

ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе;

Педагог продолжает обучать разнообразным физическим упражнениям, которые дети самостоятельно и творчески используют в игровой и повседневной деятельности.

#### Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя;

Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений.

#### Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий.

**2) Подвижные игры:** педагог продолжает закреплять и совершенствовать основные движения детей в сюжетных и несюжетных подвижных играх, в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах, оценивает качество движений и поощряет соблюдение правил, помогает быстро ориентироваться в пространстве, наращивать и удерживать скорость, проявлять находчивость, целеустремленность.

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников,

младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

**Плавание:** с движениями прямыми ногами вверх и вниз, сидя на бортике и лежа в воде, держась за опору; ходьба по дну вперед и назад, приседая, погружаясь в воду до подбородка, до глаз, опуская лицо в воду, приседание под водой, доставая предметы, идя за предметами по прямой в спокойном темпе и на скорость; скольжение на груди, плавание произвольным способом.

3) **Формирование основ здорового образа жизни:** педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

#### 4) **Активный отдых.**

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников составляют ранее освоенные движения, в том числе, спортивные и гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры.

Досуги и праздники могут быть направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, олимпиаде и другим спортивным событиям, включать подвижные игры народов России.

Проведение мероприятий согласно годовому плану.

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

**Основные задачи** образовательной деятельности в области физического развития:

- обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений;
- поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;
- воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;
- формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;
- сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях;
- воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

#### **Содержание образовательной деятельности.**

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет.

В процессе организации разных форм физкультурно-оздоровительной работы педагог обучает детей следовать инструкции, слышать и выполнять указания, соблюдать дисциплину, осуществлять самоконтроль и давать оценку качества выполнения упражнений.

Поддерживает стремление творчески использовать двигательный опыт в самостоятельной деятельности, самостоятельно организовывать и придумывать подвижные игры, общеразвивающие упражнения, комбинировать их элементы, импровизировать.

Педагог продолжает приобщать детей к здоровому образу жизни: расширяет и уточняет представления о факторах, влияющих на здоровье, способах его сохранения и укрепления, оздоровительных мероприятиях, поддерживает интерес к физической культуре, спорту, активному отдыху, воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

**1) Основная гимнастика** (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика).

Основные движения:

ходьба: ходьба обычная, с различными движениями рук, в различных построениях;

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание рук (одновременное, поочередное и последовательное) вперед, в сторону, вверх, сгибание и разгибание рук; сжимание пальцев в кулак и разжимание; махи и рывки руками; круговые движения вперед и назад.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультминутки.

**2) Подвижные игры:** педагог продолжает знакомить детей подвижным играм, поощряет использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр (в том числе, игр с элементами соревнования, игр-эстафет), способствующих развитию психофизических и личностных качеств, координации движений, умению ориентироваться в пространстве.

Педагог поддерживает стремление детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей; побуждает проявлять смелость, находчивость, волевые качества, честность, целеустремленность. Поощряет творчество детей, желание детей придумывать варианты игр, комбинировать движения, импровизировать. Продолжает воспитывать сплоченность, взаимопомощь, чувство ответственности за успехи и достижения команды, стремление вносить свой вклад в победу команды, преодолевать трудности. Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности.

**3) Спортивные игры:** педагог обучает детей элементам спортивных игр, которые проводятся в спортивном зале или на площадке в зависимости от имеющихся условий и оборудования, а также региональных и климатических особенностей.

**4) Спортивные упражнения:** педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям.

Плавание: погружение в воду с головой с открытыми глазами, скольжение на груди и спине, двигая ногами (вверх - вниз); проплывание в воротца, с надувной игрушкой или кругом в руках и без; произвольным стилем (от 10-15 м); упражнения комплексов гидроаэробики в воде у бортика и без опоры.

**5) Формирование основ здорового образа жизни:** педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической

культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта, спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, предметами, пользовании спортивным инвентарем, оборудованием). Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

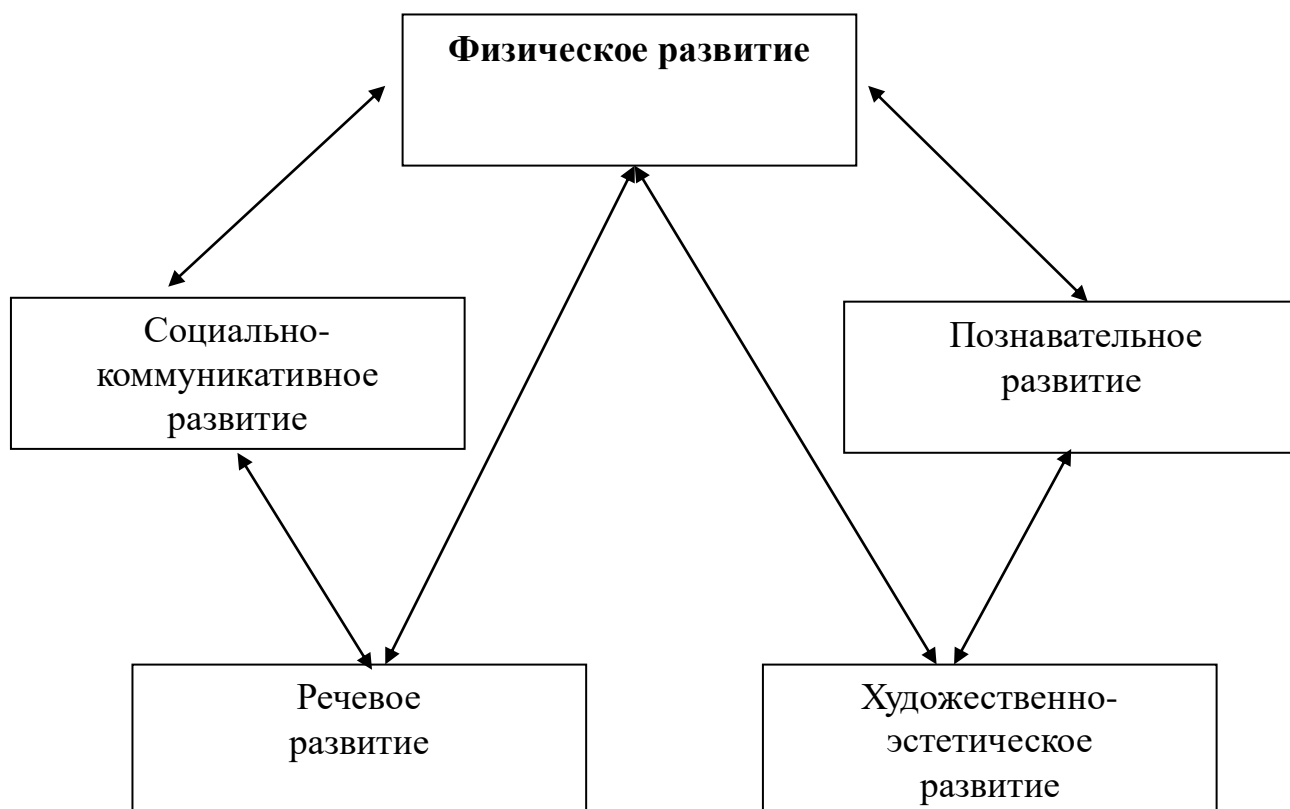
**б) Активный отдых.**

Проведение мероприятий согласно годовому плану.

Досуги и праздники направлены на решение задач приобщения к здоровому образу жизни, должны иметь социально-значимую и патриотическую тематику, посвящаться государственным праздникам, ярким спортивным событиям и достижениям выдающихся спортсменов.

**2.1.2. Взаимодействие образовательной области «Физическое развитие» по ФГОС**

Образовательная область «Физическое развитие» в свою очередь взаимодействуют с другими образовательными областями, определяют целостный подход к здоровью человека как единству его физического, психологического и социального благополучия.



## 2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы

### 2.2.1. Методы физического развития

*Наглядный:*

- наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя).

*Словесный:*

- объяснения, пояснения, указания;
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.

*Практический:*

- повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- проведение упражнений в игровой форме;
- проведение упражнений в соревновательной форме.

### 2.2.2. Средства физического развития

- двигательная активность, занятия физкультурой (овладение основными движениями);
- эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода);
- психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий).

### 2.2.3. Модель двигательной активности

Форма организации	Младший возраст			Старший возраст		
	І младшая группа	ІІ младшая группа	средняя группа	старшая группа	подгот. группа	
<b>Организованная деятельность</b>						
1.	Утренняя гимнастика (ежедневно)	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
2.	Физ. занятие в помещении (1 раз в неделю), в бассейне (1 раз в неделю)	10 мин	15 мин.	20 мин.	25 мин	30 мин
3.	Физ. занятие на воздухе (1 раз в неделю)	-	15 мин.	20 мин.	25 мин	30 мин
4.	Физминутки (ежедневно)	2 мин	2 мин	2 мин	4 мин	4 мин
5.	Подвижные игры (ежедневно не менее 2- 4 раз)	6-8 мин	6 -10 мин	10 – 15 мин	15 - 20 мин	15 -20 мин
6.	Спортивные упражнения (1 раз в неделю)	-	10 мин	10 мин	15 мин	20 мин
7.	Игровые упражнения на прогулке (ежедневно)	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин	5 мин
8.	Бодрящая гимнастика (ежедневно)	5-10 мин	5 - 10 мин	5 -10 мин	5 - 10 мин	5 - 10 мин
9.	Пешие прогулки (1 раз в неделю)	-	-	20 мин	20 мин	20 мин
10.	Индивидуальная работа (ежедневно)	5 мин	5 мин	5 мин	6 мин	6 мин

11.	Оздоровительные игры (2 раза в неделю)		10 мин	10 мин	15 мин	15 мин
12.	Спортивные игры (1 раз неделю)		-	15 мин	20 мин	20 мин
13.	Самостоятельная двигательная деятельность (1 раз в неделю)	10 мин	15 мин	20 мин	20 мин	25 мин
14.	Спортивные развлечения (1 раз в месяц)	-	20 мин	30 мин	30 мин.	40 - 50 ми.
15.	Спортивные праздники (2 раз в год)	-	20 мин	40 мин	60 - 90 мин.	60 - 90 мин
16.	Неделя здоровья	2 раза в год				

#### 2.2.4. Система физкультурно-оздоровительных мероприятий (формы работы с детьми)

№ п/п	Формы работы с детьми	Особенности организации
<b>I.</b>	<b>Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня</b>	
1.1	Утренняя гимнастика	Ежедневно
1.2	Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно утром и вечером
1.3	Физкультурная минутка	Ежедневно
1.4	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Ежедневно
1.5	Самостоятельная двигательная деятельность детей на прогулках	Ежедневно
1.6	Гимнастика после дневного сна (комплекс упражнений)	Ежедневно
1.7	Дифференцированные игры-упражнения	Ежедневно, во время прогулки утром и вечером
1.8	Спортивные игры	Элементы игр на прогулке (первая половина дня)
1.9	Занятия по физической культуре	2 раза в неделю (одно на воздухе для детей 5-7 лет)
1.10	Музыкальные занятия	2 раза в неделю
1.11	Занятия по физической культуре (плавание)	1 раза в неделю
<b>II.</b>	<b>Самостоятельные игры в помещении и прочие движения в режиме дня</b>	
<b>III.</b>	<b>Физкультурно-массовые мероприятия</b>	
3.1	Неделя здоровья	2 раза в год
3.2	Физкультурно – спортивные праздники	в соответствии с планом физкультурно-оздоровительной работы
3.3	Физкультурный досуг	1 раз в месяц в каждой группе
3.4	День здоровья	1 раз в квартал, все мероприятия выносятся на улицу
3.5.	Пешие прогулки	ежемесячно

#### 2.2.5. Здоровьесберегающие технологии

**Здоровьесберегающие технологии** - это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду:

детей, педагогов, родителей. Оздоровление детей средствами физической культуры - одна из важных задач современной педагогики.

### **Виды здоровьесберегающих технологий**

№	Виды	Особенности организации
<b>Медико-профилактические</b>		
	<i>Закаливание</i> в соответствии с медицинскими показаниями	
1.	обширное умывание после дневного сна (мытьё рук до локтя)	Дошкольные группы ежедневно
2.	хождение по массажным дорожкам после сна	Первая и вторая младшие ежедневно
3.	контрастное обливание ног	Средняя, старшая, подготовительная ежедневно в теплое время года
4.	облегченная одежда	Все группы ежедневно
<b>Профилактические мероприятия</b>		
1.	витаминация 3-х блюд	ежедневно
<b>Медицинские</b>		
1.	мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2.	антропометрические измерения	2 раза в год
3.	профилактические прививки	По возрасту
4.	кварцевание	По эпидпоказаниям
5.	организация и контроль питания детей	ежедневно
<b>Физкультурно- оздоровительные</b>		
1.	корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	ежедневно
2.	гимнастика для глаз	ежедневно
3.	пальчиковая гимнастика	ежедневно
4.	дыхательная гимнастика	ежедневно
5.	динамические паузы	ежедневно
6.	релаксация	2-3 раза в неделю
<b>Образовательные</b>		
1.	привитие культурно-гигиенических навыков	ежедневно
2.	Образовательная деятельность по программе ЗОЖ	Подготовительная группа

**Технологии сохранения и стимулирования здоровья** – стретчинг, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, различные гимнастики.

**Технологии обучения здоровому образу жизни** - физкультурные занятия, проблемно-игровые занятия, коммуникативные игры, занятия из серии «Здоровье», самомассаж, биологическая обратная связь (БОС).

**Коррекционные технологии** – арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, цветотерапия, психогимнастика, фонетическая ритмика.

## **2.3. Направления и задачи индивидуально-развивающей и коррекционно-развивающей работы**

### **2.3.1. Индивидуально-развивающая работа с моторно одаренными детьми**

Психомоторную одаренность характеризует своеобразный комплекс различных способностей. Речь идет о координационных способностях, памяти на основные параметры движений, способностях, характеризующих быстродействие, мышечную силу, вестибулярные ощущения и восприятия, выносливость, ловкость. Чем же характеризуются дети, имеющие признаки психомоторной одаренности? Наблюдения показывают : они легко и пластично

двигаются, прекрасно владеют телом, физически развиты, обладают чувством равновесия, высокой зрительно-моторной координацией, способны удерживать точный ритм, темп движений, точность и соразмерность действий в момент передвижения в пространстве. Моторно одаренным детям свойственна способность «схватывать» и запоминать технику движения, вырабатывать индивидуальный почерк в действиях, почти всегда выигрывать в подвижных и спортивных играх, проявлять настойчивость, азартность в достижении цели.

В исследованиях В.Н. Шебеко показано, что психомоторная одаренность дошкольников включает целый комплекс органически связанных психомоторных способностей:

- Способность тонко различать движения по временным, силовым и пространственным параметрам;
- Способность быстро выполнять одиночные движения, реагировать на раздражитель (слуховой, тактильный, зрительный), держать темп движения;
- Способность координировать движения многих звеньев тела;
- Умение воспроизводить новые движения на основе двигательного воображения, воспринимать и создавать собственные движения;
- Соревновательность, целеустремленность, воля к победе, высокая мотивация к двигательной активности, увлеченность двигательной задачей.

Важную роль в развитии психомоторной одаренности играют уровни психической организации ребенка (развитие эмоциональной, мотивационной, интеллектуальной сфер). При этом именно доминирование одного или нескольких уровней и определяют индивидуальную структуру психомоторной одаренности ребенка дошкольного возраста.

К основным направлениям деятельности инструктора по ФК, связанным с педагогическим сопровождением детей с признаками психомоторной одаренности, относятся:

1. Выявление детей с признаками психомоторной одаренности по результатам мониторинга физической подготовленности и физического развития воспитанников.
2. Рекомендации по взаимодействию с одаренным ребенком для родителей и воспитателей ДОУ.
3. Развитие двигательного потенциала воспитанников с признаками психомоторной одаренности в системе физкультурно-оздоровительной работы.
4. Профессиональное общение со специалистами спортивных школ, клубов, центров физического воспитания и др.
5. Информирование и рекомендации родителям в определении одаренного ребенка в спортивную секцию.

Специфика физического воспитания в условиях ДОУ заключается в правильном индивидуальном подходе к моторно-одаренному ребенку, основанном на его привлечении к:

- дополнительным занятиям физкультурно-оздоровительной направленности, которые нацелены на углубленное обучение детей определенным спортивным упражнениям и играм, современным оздоровительным видам гимнастики;
- активному участию в текущих физкультурно-оздоровительных мероприятиях (физкультурные занятия, досуги, утренняя гимнастика и др.), предусматривающих, например, демонстрацию сверстникам тех или иных физических упражнений, выполнение ответственных функций (капитанов команд, звеньевых, организаторов подвижных игр и др.);
- творческой деятельности, направленной на двигательное экспериментирование при обучении физическим упражнениям, исполнение ролей различных персонажей на физкультурно-оздоровительных мероприятиях;
- соревновательной деятельности, связанной с проявлением и воспитанием целеустремленности, воли к победе, формирующей психологическую готовность ребенка и к спортивным успехам, и к неудачам. (см. Диагностика по ФК с ИРР)

### **2.3.2. Индивидуально-развивающая работа с детьми с низким уровнем физической подготовленности**



**Индивидуально-развивающая работа (далее - ИРР) с детьми с низким уровнем физической подготовленности** – это система специальных педагогических мероприятий, направленных на преодоление или ослабление недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей.

Содержание ИРР в соответствии с ФГОС ДО направлено на создание системы комплексной помощи детям с низким уровнем физической подготовленности в освоении основной общеобразовательной программы, необходимое исправление недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей, их социальную адаптацию и комплексную подготовку воспитанников к обучению в школе. (см. Диагностика по ФК с ИРР)

В образовательной области «Физическое развитие» решаются как **образовательные, так и развивающие** задачи, реализация которых стимулирует развитие детей с низким уровнем физической подготовленности.

<b>Основная цель:</b>	Совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно – пространственной координации.
<b>Основные образовательные и оздоровительные задачи:</b>	-стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.
<b>Развивающие задачи:</b>	-формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
	-формирование различных видов познавательной деятельности
	-управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально - волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет

<b>ООД</b>	-физические упражнения, общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, формирование правильной осанки, развитие равновесия
<b>П/И</b>	-совершенствование двигательных умений, формирования положительных форм взаимодействия между детьми
<b>Развлечения на воздухе</b>	-совершенствование двигательных умений, формирования положительных форм взаимодействия между детьми

### 2.3.3. Коррекционно-развивающая работа

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

*Задачи КРР на уровне дошкольного образования:*

- определение особых (индивидуальных) образовательных потребностей обучающихся, в том числе с трудностями освоения Федеральной программы и социализации в ДОО;

- своевременное выявление обучающихся с трудностями адаптации, обусловленными различными причинами;

- осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи обучающимся с учетом особенностей психического и (или) физического развития, индивидуальных возможностей и потребностей (в соответствии с рекомендациями психолого-

медико-педагогической комиссии (ПМПК) или психолого-педагогического консилиума образовательной организации (ППК);

- оказание родителям (законным представителям) обучающихся консультативной психолого-педагогической помощи по вопросам развития и воспитания детей дошкольного возраста;

- содействие поиску и отбору одаренных обучающихся, их творческому развитию; выявление детей с проблемами развития эмоциональной и интеллектуальной сферы;

- реализация комплекса индивидуально ориентированных мер по ослаблению, снижению или устранению отклонений в развитии и проблем поведения.

Коррекционно-развивающая работа организуется: по обоснованному запросу педагогов и родителей (законных представителей); на основании результатов психологической диагностики; на основании рекомендаций ППК.

Коррекционно-развивающая работа в Организации реализуется в форме групповых и/или индивидуальных коррекционно-развивающих занятий. (см. План ИРР с детьми ОВЗ)

### **Индивидуально-развивающая работа с детьми ОВЗ (ЗПР)**

Ребенок с особыми образовательными потребностями – это ребенок с нарушениями, вследствие которых к нему нужно применять особые образовательные программы, отличные от стандартных. К таким детям также относят разные категории детей, в том числе и детей с задержкой психического развития.

У детей с задержкой психического развития, как правило, не наблюдается тяжелых двигательных расстройств. Однако при более пристальном рассмотрении обнаруживается отставание в физическом развитии, несформированность техники в основных видах движений, недостаточность двигательных качеств, несовершенство мелкой моторики рук. Дети затрудняются в выполнении двигательных заданий на точность, выразительность, часто нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части, задерживаются (застревают) в одной позе, не чувствуют заданного ритма движений, не запоминают правил. Наибольшие трудности вызывают двигательные действия, выполняемые по словесной инструкции. Из-за отставания речи дети испытывают затруднения в вербальном программировании предстоящих действий, которые усиливаются эмоциональной неустойчивостью, импульсивным поведением, отвлекаемостью, низким уровнем самоконтроля. Ходьба, бег, лазанье, прыжки, метание – жизненно необходимые умения и основные движения программного обучения, на первый взгляд кажутся простыми, но у дошкольников с ЗПР вызывают затруднения, так как требуют не только двигательной координации, но и активного включения мыслительных процессов, внимания, памяти, сенсорики и других функций организма.

### **Индивидуально-развивающая работа с детьми ОВЗ (нарушения речи)**

К этой категории дошкольников относятся дети, имеющие отклонения в развитии речи при нормальном слухе и сохранном интеллекте. Нарушения речи многообразны, они различаются по форме и степени. Одни формы нарушений проявляются в фонетической, другие — в смысловой стороне речи, словарном запасе, грамматическом строе.

У детей с нарушениями речи наблюдается отставание психомоторного развития по различным параметрам:

1) По развитию физических качеств. Дети с расстройствами речи отличаются от здоровых низким уровнем ловкости и быстроты. По выносливости, силе и гибкости различий нет.

2) По степени сформированности двигательных навыков. Дети с расстройствами речи отличаются от здоровых детей отсутствием автоматизации движений и низкой обучаемостью. Эти особенности сопряжены с низким уровнем развития когнитивных процессов (*восприятия, внимания, памяти*).

В этой связи занятия физическими упражнениями должны способствовать коррекции не только двигательного, но речевого, эмоционального и общего психического развития.

Специфика физического воспитания детей с нарушениями речи:

- предметом особого внимания служит работа над осанкой, так как тяжелая походка (на всю стопу, боковые раскачивания тела, полусогнутые ноги, опускание головы, неравномерность шагов обычно бывают главной проблемой детей с задержкой речевого развития.

- для детей с речевыми расстройствами автоматизацию движений необходимо проводить с речевым сопровождением, то есть при проговаривании различных стихотворных текстов. Ритм стихов помогает подчинить движения тела определенному темпу, сила голоса определяет их амплитуду и выразительность.

- необходимо постоянно контролировать физическое состояние детей. Дети с нарушениями речи, как правило, относятся к второй-третьей группам здоровья. У многих из них есть противопоказания, которые необходимо учитывать на занятиях физическими упражнениями.

- включение упражнений на активное расслабление и напряжение мышц необходимо в работе с этой категорией детей, потому как у детей с различными речевыми нарушениями изменен тонус. Регуляции тонуса способствует выполнение упражнений с разной амплитудой и скоростью. Одновременно с этим исполнение ребенком подобных упражнений со стихами стимулирует речь, активизирует артикуляцию и силу голоса, что также является отличительной и необходимой составляющей в работе с детьми логопедических групп дошкольных учреждений.

Особое внимание также необходимо уделять дыхательным упражнениям, учитывая, что наряду с работой над физиологическим дыханием, осуществляется коррекция речевого дыхания, то есть работа над коротким вдохом и длительным речевым выдохом.

### **Индивидуально-развивающая работа с детьми ОВЗ (НОДА)**

К настоящему времени специалисты выделяют три основные группы нарушений опорно-двигательного аппарата (ОДА):

- Нарушения ОДА, вызванные органическими поражениями различных отделов центральной нервной системы:

- головного мозга (детский церебральный паралич, опухоли, травмы);
- проводящих путей (параличи рук, кривошея и т.п.);
- спинного мозга (последствия полиомиелита, травмы).

- Нарушение ОДА, вследствие врожденной патологии опорно-двигательного аппарата, возникновение которой связано с воздействием неблагоприятных факторов, в т.ч. наследственного характера прогрессирующими мышечными атрофиями (миопатия Дюшенна, амнотрофия Вердинга-Гофмана и др.), в период внутриутробного развития (следствия родовых травм).

- Нарушение ОДА, вследствие приобретенных заболеваний при сохранном интеллекте (артрогрипозы, хондродистрофии, сколиозы) и повреждений ОДА, обусловленные воспалительными процессами, травматическими повреждениями.

У большей части детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата причиной является детский церебральный паралич.

Дети с последствиями детского церебрального паралича (ДЦП) имеют множественные двигательные расстройства:

- нарушения мышечного тонуса,
- спастичность, ригидность (напряжение тонуса мышц-антагонистов и агонистов), гипотонию мышц конечностей и туловища, ограничение или невозможность произвольных движений (парезы и параличи), гиперкинезы (непроизвольные насильственные движения),

синкинезии (непроизвольные содружественные движения, сопровождающиеся выполнением активных произвольных движений),

- тремор пальцев рук и языка, нарушение равновесия и координации движений (атаксия), нарушение мышечно-суставного чувства, чувства позы, положение собственного тела в пространстве.

Часто двигательные расстройства сопровождаются нарушением зрения, вестибулярного аппарата. Речи, психики и другие функций.

### **Задачи работы с детьми с НОДА**

- коррекция техники основных движений – ходьбы, бега, прыжков, перелезания, метания, мелкой моторики рук. Симметричных и ассиметричных движений, движений, упражнения с предметами и др.;

- коррекция и развитие координационных способностей - согласованности движений отдельных звеньев тела, при выполнении физических упражнений, ориентировки в пространстве, дифференцировки усилий, времени и пространства, расслабления, быстроты реагирования на изменяющиеся условия, равновесия, ритмичности, точности движений, мышечно-суставного чувства, зрительно-моторной координации и др.;

- коррекция и развитие физической подготовленности - мышечной силы, элементарных форм скоростных, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, подвижности в суставах;

- компенсация утраченных или нарушенных функций, формирование новых видов движений за счет сохранных функций в случае невозможности коррекции;

- профилактика и коррекция соматических нарушений - осанки, сколиоза, плоскостопия, дыхательной и сердечно-сосудистой систем, профилактика простудных и инфекционных заболеваний, травматизма, микротравм;

В своей работе инструктор по физической культуре должен учитывать рекомендации ортопеда, невропатолога, врача ЛФК по индивидуальным особенностям и возможностям детей, по индивидуальным противопоказаниям к тем или иным видам движений.

Наиболее типичные **противопоказания**:

1. Длительная задержка дыхания при выполнении всех видов упражнений;
2. Упражнения с длительным статическим напряжением;
3. Упор и висы;

#### **Рекомендации:**

- При выполнении корригирующих упражнений в И.П. лежа на животе, поднимаются только голова и плечи.
- После напряженного выгибания позвоночника следует выполнять несколько глубоких наклонов туловища вперед, расслабляя и растягивая мышцы поясницы.
- Осторожно следует выполнять упражнения на подъем выпрямленных ног в положении лежа на спине или на животе, наклоны назад. Постоянно контролировать положение головы.
- Противопоказаны упражнения на увеличение гибкости позвоночника при сколиотической болезни, нестабильности позвоночника, дегенеративных изменениях в его суставах.
- Упражнения на развитие гибкости можно выполнять только после формирования мышечного корсета, при наличии показаний и назначений врача.
- Упражнения на тренажерах рекомендуется выполнять только после предварительного разогрева и разминания мышц.

Рекомендуются игры с использованием бега, прыжков, ползания на четвереньках, различных видов ходьбы, передвижения на вспомогательных устройствах, с быстрым изменением положений и поз тела.

## **Индивидуально-развивающая работа с детьми ОВЗ (нарушение слуха)**

Слабослышащие дети – это дети с частичной недостаточностью слуха, приводящей к нарушению речевого развития. В отличие от глухих они обладают таким слухом, который позволяет им на основе слухового восприятия речи окружающих накопить минимальный запас слов, хотя и не полноценных по своему фонематическому оформлению.

Отсутствие слуховых ощущений, нарушение функции вестибулярного аппарата, недостаточное речевое развитие затрудняют восприятие мира для глухого или слабослышащего ребенка и ограничивают возможности его общения с окружающими, что отражается на его здоровье, психомоторном и физическом развитии. Дети с нарушениями слуха часто имеют сопутствующие заболевания и вторичные отклонения. Это может проявляться в частых простудных заболеваниях, общей ослабленности организма, низкой работоспособности, быстрой утомляемости, нарушении осанки, отставании развития основных физических качеств: мышечной силы, быстроты, гибкости, выносливости. В отличие от здоровых детей, глухие и слабослышащие из-за недостаточности развития речи труднее и дольше осваивают новые движения, испытывая трудности в точности и согласованности действий, сохранении статического и динамического равновесия, воспроизведении заданного ритма движений.

Для таких детей характерны:

- недостаточно точная координация и неуверенность движений, что проявляется в основных двигательных навыках;
- относительная замедленность овладения двигательными навыками;
- трудность сохранения статического и динамического равновесия;
- относительно низкий уровень развития пространственной ориентировки;
- замедленная реагирующая способность, скорость выполнения отдельных движений и темпа двигательной деятельности в целом;
- отклонения в развитии моторной сферы: мелкой моторики кисти и пальцев рук, согласованности движений отдельных звеньев тела во времени и пространстве, переключаемости движений, дифференцировки и ритмичности движений, расслабления, совокупность которых характеризует нарушения координационных способностей;
- отставание в развитии жизненно важных физических способностей: скоростно-силовых, силовых, выносливости и других, характеризующих физическую подготовленность детей.

### **Задачи работы со слабослышащими детьми:**

- укрепление здоровья и закаливания организма;
- содействие физическому развитию;
- развитие согласованности движений рук, ног и туловища (при ходьбе и беге);
- развитие ориентировки в пространстве;
- развитие скоростно-силовых качеств;
- развитие силы мышц-разгибателей ног, туловища;
- укрепление мышечно-связочного аппарата стопы;
- развитие глазомера, зрительного слежения;
- развитие мелкой моторики;
- развитие концентрации внимания и быстроты реакции;
- развитие подвижности в суставах;
- развитие ловкости, смелости, преодоление страха;
- развитие и тренировка функций равновесия;
- формирование правильной осанки;
- развитие дыхания;

- успешная социализация в обществе через подвижные игры;
- коррекция расслабления.

При проведении индивидуально-развивающей работы необходимо соблюдать ряд методических требований:

- 1) подбирать упражнения, адекватные состоянию психофизических и двигательных способностей ребенка;
- 2) упражнения с изменением положения головы в пространстве выполнять с постепенно возрастающей амплитудой;
- 3) упражнения на статическое и динамическое равновесие усложнять на основе индивидуальных особенностей статокINETической устойчивости детей с обеспечением страховки;
- 4) упражнения с закрытыми глазами выполнять только после их освоения с открытыми глазами.

Так как компенсация нарушения слуха идет, как правило, за счет зрения, важно постараться использовать эту особенность при организации игровых занятий с глухими и слабослышащими детьми. Ребенок должен видеть то, что ему предстоит делать, поэтому показ движений (направление, темп, скорость, последовательность действий, маршруты перемещения и т.п.) должен быть особенно точным и обязательно сопровождаться словесной инструкцией (объяснением, указанием, командой и т.п.). При этом особое внимание следует обращать на два момента:

- дети должны хорошо видеть движения губ, мимику, жесты говорящего.
- при показе дети должны повторять задание вслух.

Ведущий (инструктор, педагог) должен быть абсолютно уверен, что каждый участник игры понял ее правила.

Продуманная, хорошо организованная подвижная игра создает благоприятные условия для речевого общения детей, расширяет диапазон двигательных возможностей, обогащает словарный запас, развивает психические качества, приучает ребенка к осознанному поведению, стимулирует инициативу и самостоятельность, корректирует нарушения психомоторики.

### **Индивидуально-развивающая работа с детьми ОВЗ (нарушение зрения)**

Недостаточность зрения как биологическое неблагополучие предопределяет процесс взаимодействия ребенка с социальной средой. Если же среда, окружающая ребенка с нарушением зрения, не организовывается сообразно его возможностям, то у ребенка возникают трудности общения с окружающим миром и людьми. При резком снижении зрения или его отсутствии возникают ограничения в знакомстве с окружающим миром, ориентировке в пространстве и окружающей среде, трудности передвижения, общения и обучения. Нарушение зрения обуславливает весь ход психофизического развития детей, в том числе слабовидящих, детей с амблиопией, косоглазием.

При нарушении зрения у детей существенно снижается двигательная активность, что отрицательно сказывается на формировании двигательного анализатора, ослабляются познавательные процессы. Чем в более раннем возрасте снижается или утрачивается зрение, тем более выраженные отклонения в развитии встречаются у таких детей. Установлено, что дети с нарушением зрения отстают в физическом развитии на всех возрастных этапах. У большинства таких детей наблюдаются нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, нарушение координации и точности движения. Мышечная сила значительно ослаблена, движения угловаты, медленны и нерешительны, наблюдается нарушение статического и динамического равновесия, обучающиеся испытывают трудности в выполнении согласованных движений рук и ног. Нарушения и аномалии развития зрительной

системы отрицательно сказываются на формировании физических качеств — силы, быстроты, выносливости, координации, статического и динамического равновесия. У большинства таких детей затруднена пространственно - ориентировочная деятельность, макро- и микро-ориентировка в пространстве. Возрастная динамика физического развития у таких детей сохраняется такой же, как и в норме, но уровень физического развития значительно ниже. Отсутствие или снижение зрения как бы сдерживает естественный процесс физического развития таких детей.

С целью коррекции вторичных отклонений в развитии слабовидящих детей необходимо использовать на занятиях физической культурой общеразвивающие, подготовительные, специальные упражнения на развитие двигательных, слуховых, зрительных функций, координации движений, упражнения на внимание, память, осанку, упражнения в равновесии, на расслабление и дыхание, упражнения на пространственную ориентировку, упражнения в построении и перестроении, упражнения без зрительного контроля, упражнения с мячом, на развитие мелкой моторики рук, расширение функциональных возможностей организма, ритмические упражнения, упражнения на гибкость, ходьба, бег умеренной интенсивности, метание малых мячей. Эти упражнения можно выполнять по одному, в парах, тройках, группами, по станциям, без предметов и с предметами. Также необходимо выполнять специальные упражнения для зрительного тренинга: на улучшение функционирования мышц глаза, на улучшение кровообращения тканей глаза, на развитие аккомодационной способности глаза, на развитие кожно-оптического ощущения, на развитие зрительного восприятия окружающей обстановки и др.

При организации занятий должны соблюдаться принципы постепенности, последовательности, систематичности и правильного чередования нагрузок.

#### 2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы

В Федеральном государственном образовательном стандарте (далее – ФГОС) выносятся три основных направления личностного развития ребенка-дошкольника – **самостоятельность, творчество, инициативность.**

Одним из направлений работы по поддержке детской инициативы с детьми является развитие самостоятельности в двигательной деятельности. В.С. Мухина определяет «самостоятельность» как способность поступать в соответствии со своими знаниями и убеждениями. Т.И. Бабаева дает такое определение самостоятельности – умение действовать по собственной инициативе, выполнять привычные дела без образца, помощи и контроля взрослых.

Формирование самостоятельности проводится в несколько этапов:

- **первый этап** – побуждение детей к выделению составных частей физического упражнения, запоминанию последовательности двигательного действия и пониманию взаимосвязи различных элементов (например, взмах руками для увеличения силы толчка). Главное достижение на этом этапе – произвольное управление работой отдельных частей тела и их согласование, умение действовать по плану, предложенному взрослым.

- **второй этап** – знакомство с различными способами выполнения одного и того же движения. Главное достижение этого этапа – понимание стоящей двигательной задачи, умение руководствоваться в своих действиях определенным планом, предвидеть результат.

- **третий этап** – формирование самостоятельности при выполнении движений, умении ставить двигательную задачу по собственной инициативе и выбирать нужный способ для ее решения. Главное достижение на этом этапе – движение осознается как средство решения различных игровых задач, а не самоцель выполнения.

- **четвертый этап** – происходит овладение выбором способа двигательного действия в зависимости от условий, ситуации и индивидуальных особенностей (роста, скоростных способностей). Сначала в специально созданных условиях, а затем в игровой обстановке и

жизненных ситуациях ребенок приобретает опыт действия известными способами в измененных обстоятельствах, включая и ситуации соревнования.

В ходе такого обучения дети учатся:

- ставить задачу;
- планировать;
- сравнивать;
- оценивать себя и других.

Существуют следующие способы и направления поддержки детской инициативы:

- уважение индивидуальных вкусов и привычек детей;
  - выбор оптимального уровня нагрузки (в соответствии со способностями и возможностями ребенка так, чтобы он справился с заданием);
  - поощрение, похвала, подбадривание (правильности осуществляемого ребенком действия, а не его самого);
  - обеспечение благоприятной атмосферы, доброжелательности со стороны педагога, отказ педагога от высказывания оценок и критики в адрес ребенка;
  - положительная оценка (как итогового, так и промежуточного результата);
  - проявление внимания к интересам и потребностям каждого ребенка;
  - косвенная (не директивная) помощь (подсказать желаемое действие, направить и др.);
  - личный пример педагога;
  - отсутствие запрета на выбор партнера для действия, игры, роли и др.;
  - предложение альтернативы (другого способа, варианта действия);
  - создание и своевременное изменение развивающей предметно-пространственной среды с учетом обогащающегося жизненного и игрового опыта детей, к которой обеспечен беспрепятственный доступ;
  - обеспечение выбора различных форм деятельности (индивидуальной, парной, групповой);
  - формирование у детей привычки самостоятельно находить для себя интересные занятия (приучать свободно пользоваться оборудованием и инвентарем).
- В развитии детской инициативы и самостоятельности педагогу важно соблюдать ряд общих требований:
- развивать активный интерес детей к окружающему миру, стремление к получению новых знаний и умений;
  - создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте;
  - постоянно расширять область задач, которые дети решают самостоятельно; постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поисковых подходов, поощрять детскую инициативу;
  - тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца;
  - ориентировать детей на получение хорошего результата, своевременно обращать особое внимание на детей, проявляющих небрежность, равнодушие к результату, склонных не завершать работу;
  - дозировать помощь детям. Если ситуация подобна той, в которой ребенок действовал раньше, но его сдерживает новизна обстановки, достаточно просто намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;
  - поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы и творчества.

## **2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников**



Основной целью взаимодействия педагогов и родителей (законных представителей) детей дошкольного возраста является «установление доверительного делового контакта» между семьей и ДОО. Для достижения этой цели важно осуществлять дифференцированный подход в работе с семьей, в зависимости от образовательных потребностей родителей (законных представителей) в отношении ребенка и их воспитательных установок и позиции, выстраивание профессионального диалога с родителями.

Родителей (законных представителей), которые открыты для построения взаимодействия с педагогами и готовы принимать профессиональную помощь, можно корректно вовлекать непосредственно в образовательную деятельность, поддерживать образовательные инициативы семьи, например, посредством создания совместных с ними образовательных проектов. Через вовлечение родителей (законных представителей) в образовательную деятельность более эффективно решаются просветительские, консультативные и обучающие задачи.

Незаменимой формой установления доверительного делового контакта между семьей и детским садом является диалог педагога и родителей (законных представителей). Диалог позволяет совместно анализировать поведение или проблемы ребенка, выяснять причины проблем и искать подходящие возможности и пути их решения. В диалоге проходит консультирование родителей (законных представителей) по поводу оптимальной стратегии и тактики образования конкретного ребенка, а также согласование мер, которые могут быть предприняты со стороны ДОО и семьи. (см. Годовой план работы с родителями МАДОУ №104 «Бэлэкэч»)

Система взаимодействия с родителями включает:

1. Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским персоналом ДОО и родителями. Ознакомление родителей с результатами.
2. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование.
3. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДОО и семье:
  - Зоны физической активности,
  - Закаливающие процедуры,
  - Оздоровительные мероприятия и т.п.
4. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей.
5. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОО.
6. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга.
7. Определение и использование здоровьесберегающих технологий.

Участие родителей в жизни ДОО	Формы участия	Периодичность сотрудничества
В проведении мониторинговых исследований	Анкетирование Социологический опрос. Интервьюирование.	1 раз в год По мере необходимости.
В создании условий	Помощь в создании предметно-развивающей среды. Оказание помощи в ремонтных работах.	Постоянно Ежегодно.
В просветительской деятельности, направленной на повышение	Наглядная информация (стенды, папки-передвижки, фоторепортажи «Мы и физкультура») Создание раздела на сайте ДОО	1 раз в квартал. 1 раз в квартал

педагогической культуры, расширение информационного поля родителей	Консультации, выступления на родительских собраниях, родительском всеобуче.	По плану.
В воспитательно-образовательном процессе, направленном на установление сотрудничества и партнерских отношений с целью вовлечения родителей в единое образовательное пространство	Дни открытых дверей Дни здоровья Совместные праздники, развлечения. Родительский клуб Мероприятия с родителями в рамках проектной деятельности. Творческие отчеты кружков	2 раз в год 1 раз в квартал По плану 1 раз в год 1 раз в год  1 раз в год

## 2.6. Преемственность со школой

Детский сад и начальная школа - важные ступени непрерывного образования. Преемственность между ДОУ и школой - двусторонний процесс, в котором на дошкольной ступени образования сохраняется ценность школьного детства и формируются фундаментальные личностные качества ребёнка, которые служат основой успешности школьного обучения. В то же время школа, как преемник дошкольной ступени образования опирается на достижения ребёнка-дошкольника. Преемственность ДОУ и школы представляет собой взаимосвязь содержания воспитательно-образовательной работы, целей, задач, методов ее осуществления.

Отношения преемственности между ДОУ и школы закреплены в договоре, где обозначены основные аспекты деятельности: согласованность целей и задач дошкольного и начального школьного образования.

### *Цель преемственности ДОУ и школы:*

1. Создание благоприятных условий для быстрой адаптации детей к школе, воспитания и обучения детей, охраны и укрепления их здоровья; обеспечение их интеллектуального, физического и личного развития.

2. Совместная разработка и реализация моделей взаимодействия образовательных учреждений, обеспечивающих преемственность (согласно Годовому плану МАДОУ «Детский сад №104 «Бэлэкэч»).

## III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

### 3.1. Обязательная часть

#### 3.1.1. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды и фактор, мощно обогащающий развитие детей. РППС ДОУ выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

РППС ДОУ создается как единое пространство, все компоненты которого, как в помещении, так и вне его, согласуются между собой по содержанию, масштабу, художественному решению.

При проектировании РППС учитываются:

- местные этнопсихологические, социокультурные, культурно-исторические и природно-климатические условия, в которых находится ДОУ;
- возраст, опыт, уровень развития детей и особенностей их деятельности – содержание воспитания и образования;
- задачи образовательной программы для разных возрастных групп;
- возможности и потребности участников образовательной деятельности (детей и их семей, педагогов и других сотрудников ДОУ, участников сетевого взаимодействия и пр.).

С учетом возможности реализации образовательной программы ДОУ в различных организационных моделях и формах РППС должна соответствовать:

- требованиям ФГОС ДО;
- образовательной программе ДОУ;
- материально-техническим и медико-социальным условиям пребывания детей в ДОУ;
- возрастным особенностям детей;
- воспитывающему характеру образования детей в ДОУ;
- требованиям безопасности и надежности.

В соответствии с ФГОС ДО РППС должна быть

1. содержательно-насыщенной;
2. трансформируемой;
3. полифункциональной;
4. доступной;
5. безопасной.

Предметно-пространственная среда должна обеспечивать условия для эмоционального благополучия детей и комфортной работы педагогических и учебно-вспомогательных сотрудников.

Физкультурный зал ДОУ оборудован в соответствии с санитарными требованиями и возрастными нормами, имеется необходимое материальное оснащение и техническое оборудование. (см. Паспорт бассейна МАДОУ «Детский сад №104 «Бэлэкэч»)

### **3.1.2. Материально-техническое обеспечение Программы образования, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания**

В ДОУ созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

1. Возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения Программы образования;
2. Выполнение требований санитарно-эпидемиологических правил и нормативов:
  - к условиям размещения организаций, осуществляющих образовательную деятельность;
  - оборудованию и содержанию территории;
  - помещениям, их оборудованию и содержанию;
  - естественному и искусственному освещению помещений;
  - отоплению и вентиляции;
  - водоснабжению и канализации;
  - организации питания;
  - медицинскому обеспечению;
  - приему детей в организации, осуществляющие образовательную деятельность;
  - организации режима дня;
  - организации физического воспитания;
  - личной гигиене персонала;
3. Выполнение требований пожарной безопасности и электробезопасности;
4. Выполнение требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОУ;
5. Возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе

детей-инвалидов к объектам инфраструктуры ДООУ (см. Паспорт бассейна МАДОУ «Детский сад №104 «Бэлэкэч»).

При создании материально-технических условий для детей с ОВЗ учитываются особенности их физического и психического развития.

<b>Интернет-ресурсы</b>	<b>Ссылки</b>	<b>Проводимые мероприятия</b>
Министерство образования и науки Российской Федерации	<a href="http://минобрнауки.рф">http://минобрнауки.рф</a>	Нормативные документы Приказы
Федеральный институт развития образования	<a href="http://www.firo.ru">http://www.firo.ru</a>	Методические материалы Примерные основные образовательные программы Мониторинг ФГОС ДО
Департамент образования города Москвы	<a href="http://dogm.mos.ru">http://dogm.mos.ru</a>	Нормативные документы Организационно-информационное сопровождение
Городской методический центр	<a href="http://mosmethod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/doshkolnoe-obrazovanie.html">http://mosmethod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/doshkolnoe-obrazovanie.html</a>	Организационно-методическое и информационное сопровождение
Сайт официальной площадки Министерства образования и науки Российской Федерации	<a href="http://mon-ru.livejournal.com/tag/ФГОС">http://mon-ru.livejournal.com/tag/ФГОС</a>	Информационно-методическое сопровождение
Ресурсы образования. Портал информационной поддержки специалистов дошкольных учреждений	<a href="http://www.resobr.ru">http://www.resobr.ru</a>	Интернет-семинары, вебинары
Издательство Просвещение	<a href="http://www.prosv.ru">http://www.prosv.ru</a>	Методическая помощь Аудиокурсы, видеолекции и вебинары
Московская педагогическая академия дошкольного образования	<a href="http://www.mpado.ru">http://www.mpado.ru</a>	Вебинары, семинары, курсы повышения квалификации, мастер-классы
Творческий центр Сфера	<a href="http://www.tc-sfera.ru/">http://www.tc-sfera.ru/</a>	Семинары, вебинары, учебные курсы, методические материалы
Издательство «Учитель»	<a href="http://www.uchitel-izd.ru/">http://www.uchitel-izd.ru/</a>	Методическая, специальная, нормативная литература
Учебно-методический портал Учмет	<a href="http://www.uchmet.ru">http://www.uchmet.ru</a>	Вебинары, методические материалы
Институт стратегических исследований в образовании РФ	<a href="http://do.isiorao.ru/">http://do.isiorao.ru/</a>	
Сайт Российской газеты	<a href="http://www.rg.ru/">http://www.rg.ru/</a>	
Сайт Учительской газеты	<a href="http://www.ug.ru/">http://www.ug.ru/</a>	
Издательский дом «1 сентября»	<a href="http://1сентября.рф/">http://1сентября.рф/</a>	
Инновационная образовательная сеть «Эврика»	<a href="http://www.eurekanet.ru/ewww/welcome">http://www.eurekanet.ru/ewww/welcome</a>	
Институт психолого-педагогических проблем детства	<a href="http://www.ipdrao.ru/">http://www.ipdrao.ru/</a>	Информационное обеспечение, конференции, семинары, круглые столы

### 3.1.3. Организация ООД по образовательной области «Физическое развитие»

Согласно пункту 2.10 Санитарно-эпидемиологических требований к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:

- Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

- При организации образовательной деятельности предусматривается введение физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой.

- Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. Хозяйствующим субъектом обеспечивается присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях.

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

При проведении организованной образовательной деятельности по физическому развитию используются разные способы организации детей: групповые, подгрупповые, индивидуальные. При объединении детей в подгруппы учитываются индивидуальные особенности ребенка и уровень усвоения программ.

<b>Формы организации организованной образовательной деятельности детей</b>	
Формы организации обучения	Особенности
Индивидуальная	Позволяет индивидуализировать обучение (содержание, методы, средства), однако требует от ребенка больших нервных затрат; создает эмоциональный дискомфорт; неэкономичность обучения; ограничение сотрудничества с другими детьми.
Групповая	(индивидуально-коллективная) Группа делится на подгруппы. Основания для комплектации: личная симпатия, общность интересов, но не по уровням развития. При этом педагогу, в первую очередь, важно обеспечить взаимодействие детей в процессе обучения.
Фронтальная	Работа со всей группой, четкое расписание, единое содержание. При этом содержанием обучения на фронтальных занятиях может быть деятельность художественного характера. Достоинствами формы являются четкая организационная структура, простое управление, возможность взаимодействия детей, экономичность обучения; недостатком – трудности в индивидуализации обучения.

Возрастная группа	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
Продолжительность организованной образовательной деятельности	15	20	25	30

Построение образовательного процесса основывается на адекватных возрасту формах работы с детьми. Выбор форм зависит от возраста воспитанников.

В работе с детьми младшего дошкольного возраста используются преимущественно: игровые, сюжетные формы образовательной деятельности. Обучение происходит опосредованно, в процессе увлекательной для малышей деятельности.

В старшем дошкольном возрасте (старшая и подготовительная к школе группы) ООД проводится с учетом обучающих задач: тематические, интегрированные, в форме «круговой тренировки» (см. «Перспективно-календарное планирование ООД по образовательной области «Физическое развитие»)

### **3.1.4. Организация активного отдыха**

Физкультурно–досуговые мероприятия – неотъемлемая часть в деятельности дошкольного учреждения. Организация праздников, развлечений, детских творческих дел способствует повышению эффективности воспитательно - образовательного процесса, создает комфортные условия для формирования личности каждого ребенка.

Все мероприятия должны проводиться с учетом Федеральной программы, а также возрастных, физиологических и психоэмоциональных особенностей воспитанников.

Подвижные игры, эстафеты, составляющие основное содержание любого физкультурного досуга или спортивного праздника в детском саду, в большей степени, чем другие формы организации двигательной деятельности адекватны потребностям ребенка в движении и способствуют его гармоническому физическому развитию, воспитанию ловкости, быстроты, координации движений, важнейших морально-волевых качеств.

В ходе любого праздника осуществляется комплексное решение целого ряда задач, способствующих гармоничному развитию ребенка, но одновременно ставится главная задача, в соответствии с которой подбирают тематику и содержание, определяют методы и приемы работы.

В детском саду проводятся разнообразные досуги и праздники:

- способствующие формированию здорового образа жизни – это тематические праздники, такие как «День защитника Отечества»;
- воспитывающие стойкий интерес к физкультуре и спорту, к личным достижениям – «Веселые старты», «Олимпийские игры»;
- праздники, способствующие хорошему настроению – это музыкально-спортивные и совместные с родителями праздники «Туристический слёт», «Мама и я – лучшие друзья» и т.д.;
- развивающие творческую активность, инициативу, коммуникативные способности – «Физкульт-ура!», «Зов джунглей» и т.д.;
- формирующие познавательную активность – дети разгадывают загадки, решают проблемные задачи;
- воспитывающие нравственные качества – дети объединяются целью помочь попавшим в беду персонажам «Выручаем Айболита», «За золотым ключиком».

Праздники в детском саду строятся на основе сочетания разных видов физических упражнений: гимнастики, подвижных и спортивных игр, спортивных упражнений. Целью таких праздников является возможность привлечения детей 5–7 лет к соревновательной деятельности с элементами спорта, а младших и средних дошкольников – к выполнению простейших гимнастических упражнений и участию в подвижных играх и забавах. Организуются и сезонные праздники – летний и зимний, праздники на воде, а также с включением элементов познавательной, изобразительной деятельности, театрализованных представлений.

Праздники проводятся в физкультурном зале, на спортивной площадке с применением спортивного и физкультурного инвентаря, нетрадиционного оборудования. (согласно Годовому плану МАДОУ «Детский сад №104 «Бэлэкэч»)

## **3.2. Часть, формируемая участниками образовательных отношений**

**3.2.1. Методическая литература, позволяющая ознакомиться с содержанием парциальных программ, методик, форм организации образовательной работы по ОО «Физическое развитие»**

Методические пособия для педагогов	Демонстрационные и раздаточные материалы (комплекты плакатов, наглядных пособий и т.д.)
<p>-Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Богина Т.Л. Обучение плаванию в детском саду: Книга для воспитателей детского сада и родителей. – М., «Просвещение», 1991г.</p> <p>-Сидорова И.В. Как научить ребенка плавать. – М.: Айрис-пресс, 2011г.</p> <p>-Рыбак М.В. Занятия в бассейне с дошкольниками. – М.: ТЦ Сфера, 2012г.</p> <p>-Викулов А.Д., Плавание. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.</p> <p>-Сажина С.Д. Технология интегрированного занятия в ДОУ. М., 2008 г.</p> <p>-Региональная программа дошкольного образования Шаехова Р.К. РИЦ Казань 2012 г.</p> <p>-Мониторинг достижения детьми планируемых результатов программы «Истоки» Парамонова Л.А., Алиева Т.И. «Сфера-2013 г</p> <p>-Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. — М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010.</p> <p>-Пензулаева Л. И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. -М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010.</p> <p>-Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Старшая группа. - М.: Мозаика-Синтез, 2005- 2010.</p> <p>-Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. — М.: Мозаика-Синтез, 2008-2010</p> <p>-Степаненкова Э. Я. Физическое воспитание в детском саду, —М.: Мозаика-Синтез, 2005-2010.</p> <p>-Степаненкова Э. Я. Методика проведения подвижных игр. — М.: Мозаика-Синтез, 2008-2010</p> <p>-Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр: Методическое пособие. – М.: Мозаика-Синтез, 2011</p> <p>-Тимофеева Е.А. Подвижные игры: Хрестоматия и рекомендации. - М.: Изд.дом «Воспитание дошкольника», 2008.</p> <p>-Формирование двигательной активности детей 5 – 7 лет: игры-эстафеты. /Авт.-сост. Воронова Е.К. – Волгоград: Учитель, 2012</p> <p>-Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников: Методическое пособие.-М.: Мозаика - Синтез, 2009-2010.</p> <p>-Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. — М.: Мозаика-Синтез, 2009-2010</p> <p>-Лаптева Г.В. Развивающие прогулки для детей 3-4 лет. Программа для детского сада и не только С.-П.: Детство-пресс 2010.</p> <p>-Лаптева Г.В. Развивающие прогулки для детей 5-6 лет. Программа для детского сада и не только С.-П.: Детство-пресс 2010.</p> <p>-Уланова Лариса. Методические рекомендации по организации и проведению прогулок для детей 3-7 лет С.-П.: Детство-пресс 2010.</p> <p>-Харченко Т.Е. Бодрящая гимнастика для школьников С.-П.: Детство-</p>	<p>Дидактические игры спортивной и оздоровительной направленности: «Спорт», «Азбука здоровья», «Как расти здоровым», «Будь активным и здоровым»</p>

<p>пресс 2010</p> <p>-Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения: модели программ, рекомендации, разработка занятий. /Авт.-сост. Павлова М.А., Лысогорская М.В. – Волгоград: Учитель, 2009</p> <p>-Крылова Н.И. Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения: проектирование, тренинги, занятия. – Волгоград: Учитель, 2009</p> <p>-Формирование здорового образа жизни у дошкольников: планирование, система работы. /Авт.-сост. Кареева Т.Г. – Волгоград: Учитель, 2012</p>	
--	--

#### 4. Краткая презентация рабочей программы.

**4.1. Рабочая программа инструктора по физкультуре** характеризует процесс воспитания и обучения детей по физическому развитию, опирается на *Федеральные законы*:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

- «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 (с изм. и доп.);

- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

*Документами Федеральных служб:*

- «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций. СанПиН 2.4.1.3049-13» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26);

*Нормативно-правовыми документами Минобразования России:*

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020г. №373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрирован 31.08.2020 №59599);

- Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2022 №71847);

*Нормативно-правовыми документами Минобразования Татарстана:*

- Закон Республики Татарстан «Об образовании» (принят Государственным советом Республики Татарстан от 22 июля 2013 г. N 68-ЗРТ (с изменениями и дополнениями);

- Закон Республики Татарстан «О государственных языках Республики Татарстан и других языках в Республике Татарстан (принят Государственным советом Республики Татарстан 12 июня 2014 года (с изменениями и дополнениями);

#### **4.2. Программа обеспечивает:**

Разностороннее физическое развитие детей в возрасте от 2 до 7 лет с учётом их возрастных и индивидуальных особенностей.

#### **4.3. Ведущие цели Программы:**

Использование возможностей физической культуры для формирования здоровой, всесторонне развитой, гармоничной личности, успешно адаптирующейся в обществе и максимально эффективно и полезно реализующей свою индивидуальную жизненную программу.



#### **4.4. Особое внимание в Программе уделяется развитию личности ребенка, а также воспитанию у дошкольников таких качеств как:**

- Патриотизм;
- Активная жизненная позиция;
- Творческий подход в решении различных жизненных ситуаций;
- Уважение к традиционным ценностям.

#### **4.5. Для достижения целей Программы первостепенное значение имеют:**

- Забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребёнка.
- Создание атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволяет растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству.
- Максимальное использование разнообразных видов детской деятельности, их интеграция в целях повышения эффективности воспитательно - образовательного процесса.
- Вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребёнка.
- Единство подходов к воспитанию детей в условиях ДОУ и семьи.
- Соблюдение в работе детского сада и начальной школы преемственности, исключающий умственные и физические перегрузки в содержании образования детей дошкольного возраста, обеспечивающей отсутствие давления предметного обучения.
- Творческая организация (креативность) воспитательно-образовательного процесса.

#### **4.6. Возрастные и индивидуальные особенности детей.**

Основная образовательная программа ориентирована на детей от 2 лет до 7 лет. Содержание работы по образовательной области «Физическое развитие» зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами Программы и реализуется в различных видах деятельности (общении, игре, совместной деятельности).

#### **4.7. Образовательный процесс осуществляется:**

На организованной образовательной деятельности и в совместной деятельности инструктора по физической культуре с детьми.

#### **4.8. Методическое обеспечение Программы:**

Для реализации образовательной программы дошкольного образования ДОУ в обязательной ее части используется Федеральная образовательная программа, утвержденная Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.22.2022 г. №1028.

#### **Также используются авторские программы:**

- Физическая культура – дошкольникам» Л.Д. Глазыриной. Направлена на реализацию оздоровительных, воспитательных и образовательных задач, учитывая индивидуальные возможности развития ребенка во все периоды дошкольного детства.

- Здоровячок. Система оздоровления дошкольников Т.С.Никаноровой, Е.М.Сергиенко. Направлена на развитие двигательных способностей дошкольников, на укрепление здоровья и образование в области физической культуры.

#### **4.9. Используемые здоровьесберегающие технологии:**

- коррегирующие упражнения
- гимнастика для глаз

- пальчиковая гимнастика
- дыхательная гимнастика
- физминутки, динамические паузы
- релаксация

#### **4.10. Взаимодействие с семьями воспитанников:**

Программа подчеркивает ценность семьи как уникального института воспитания и необходимость развития ответственных и плодотворных отношений с семьями воспитанников.

Вовлечение родителей в образовательный процесс важно не потому, что этого хочет инструктор по ФК, а потому, что это необходимо для физического развития собственного ребёнка.

#### **Направления работы с родителями**

- Оказание помощи семье в воспитании
- Вовлечение семьи в образовательный процесс
- Культурно – просветительская работа
- Создание условий для развития личности ребёнка

#### **Основные формы взаимодействия с семьей:**

- Знакомство с семьей: встречи-знакомства, посещение семей, анкетирование семей.
- Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов.
- Образование родителей: организация «школы для родителей» (лекции, семинары-практикумы), проведение мастер-классов, тренингов.
- Совместная деятельность: привлечение родителей к организации соревнований, походов, экскурсий, к изготовлению нестандартного оборудования, к участию в проектной деятельности.

#### **4.11. Планируемые результаты на этапе завершения освоения**

##### **Федеральной программы**

##### **К концу дошкольного возраста:**

- у ребенка сформированы основные физические и нравственно-волевые качества;
- ребенок владеет основными движениями и элементами спортивных игр, может контролировать свои движение и управлять ими;
- ребенок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;
- ребенок результативно выполняет физические упражнения (общеразвивающие, основные движения, спортивные), участвует в туристических пеших прогулках, осваивает простейшие туристические навыки, ориентируется на местности;
- проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;
- проявляет морально-волевые качества, самоконтроль и может осуществлять самооценку своей двигательной деятельности;
- имеет начальные представления о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности; о том, что такое здоровье, понимает, как поддержать, укрепить и сохранить его;
- владеет здоровьесберегающими умениями: навыками личной гигиены, может заботливо относиться к своему здоровью и здоровью окружающих, стремится оказать помощь и поддержку заболевшим людям;
- ребенок соблюдает элементарные социальные нормы и правила поведения в различных видах деятельности, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками;

- ребенок владеет средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками; способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками; старается разрешать возникающие конфликты конструктивными способами;

- ребенок способен понимать свои переживания и причины их возникновения, регулировать свое поведение и осуществлять выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях, обосновывать свои ценностные ориентации;

- ребенок проявляет положительное отношение к миру, разным видам труда, другим людям и самому себе;

- ребенок стремится сохранять позитивную самооценку;

- ребенок способен откликаться на эмоции близких людей, проявлять эмпатию (сочувствие, сопереживание, содействие);

- ребенок проявляет любознательность, активно задает вопросы взрослым и сверстникам; интересуется субъективно новым и неизвестным в окружающем мире; способен самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать;

- ребенок обладает начальными знаниями о природном и социальном мире, в котором он живет: элементарными представлениями из области естествознания, математики, истории, искусства и спорта, информатики и инженерии и т.п.; о себе, собственной принадлежности и принадлежности других людей к определенному полу; составе семьи, родственных отношениях и взаимосвязях, семейных традициях; об обществе, его национально-культурных ценностях; государстве и принадлежности к нему;

- ребенок владеет речью как средством коммуникации, ведет диалог со взрослыми и сверстниками, использует формулы речевого этикета в соответствии с ситуацией общения, владеет коммуникативно-речевыми умениями;

- ребенок способен планировать свои действия, направленные на достижение конкретной цели; демонстрирует сформированные предпосылки к учебной деятельности и элементы готовности к школьному обучению.