



УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ «Лицей №1»

/А.В.Гуденко

АДМИНИСТРАЦИЯ ПЕТРОЗАВОДСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

МОУ «ЛИЦЕЙ №1»



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**Основной общеобразовательной программы дошкольного образования
по направлению
«Физическое развитие»**

Возраст воспитанников от 2 до 7 (8) лет)

Срок реализации программы – 1 год

Составители программы:

Ю.С.Ларюшкина, методист

О.В.Галицына, старший воспитатель

г. Петрозаводск, 2017

Аннотация к программе ОО «Физическое развитие»

В программе в соответствии с ФГОС ДО определены цели, основные направления, условия и средства физического развития дошкольников с учетом психофизических особенностей дошкольного возраста, национально - регионального компонента, требований СанПиН.

Цель данной программы: формирование физической культуры личности ребёнка – дошкольника.

Задачи:

1. Охрана жизни и укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости к заболеваниям, неблагоприятным воздействиям внешней среды и работоспособности организма.
2. Обеспечить всестороннее и гармоничное развитие физических качеств дошкольников.
3. Формирование культурно – гигиенических навыков и потребности в здоровом образе жизни, формирование культуры чувств и эстетического отношения к физическим упражнениям.
4. Формировать и совершенствовать у дошкольника жизненно необходимые двигательные умения и навыки: ходьба, бег, лазание, метание и т.д.
5. Развивать физические качества у детей: гибкость, выносливость, скоростно-силовых качеств, быстроты, координационных способностей, функции равновесия
6. Способствовать функциональному развитию органов и систем организма
7. Способствовать сохранению положительного психоэмоционального состояния детей.
8. Формировать позитивные качества характера

Возраст детей, участвующих в данной образовательной программе: **от 2 - х до 8 -и лет.**

Программа включает учебный и тематический план .

В содержании программы в соответствии с ФГОС ДО предусмотрена интеграция образовательных областей: социально- коммуникативное, познавательное, художественно- эстетическое и речевое развитие. Также представлены предполагаемые результаты освоения образовательной области «Физическое развитие», содержание образовательной деятельности на различных возрастных этапах дошкольного возраста, организация образовательной среды, в том числе развивающей предметно-пространственной среды.

Данная программа предусматривает широкое использование природных факторов: закаливание детского организма; упражнений для формирования осанки, развитие органов дыхания; координации движений; формирование двигательных умений и потребности в физическом совершенстве.

Реализация учебного плана обеспечена необходимым программно-методическими комплексом.

Содержание

1.Целевой раздел	
1.1. Пояснительная записка.....	3-17
1.2. Принципы и подходы в организации образовательного процесса.....	18
1.3. Возрастные и индивидуальные особенности воспитанников	18-24
1.4. Целевые ориентиры (планируемые результаты освоения образовательной программы дошкольного образования).....	24
2.Содержательный раздел	
2.1.Описание образовательной деятельности.....	24-60
2.2.Способы и направления детской инициативы.....	60-62
3. Организационный раздел	
3.1. Методическое обеспечение Программы.....	62

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

В соответствии с ФГОС ДО «Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)»

Содержание обязательной части программы по физическому развитию построено в соответствии с целями и задачами основной образовательной программы «От рождения до школы» под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А.Васильевой и программы «Детский сад по системе Монтессори» (авторы: Е.А. Хилтунен, О.Ф. Борисова, В.В. Михайлова).

Содержание вариативной части, формируемой участниками образовательного процесса, выстроена в соответствии с содержанием национальных программ и методической литературы:

1. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа (3–4 года).
2. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4–5 лет).
3. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5–6 лет).
4. Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6–7 лет).
5. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–7 лет.
6. Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова
7. Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3–7 лет.
8. Воронова Е.К. Программа обучения плаванию в детском саду.
9. М. Рыбак, Г. Глушкова, Г. Поттимова «Раз, два, три и плавай»
10. Азбука плавания / А. Литвинков, Е. Иваненко, В. Федотов.
11. Обучение плаванию в детском саду / Г.И. Осмолкин, Е.А. Тимофеева, Т.Л. Богина.
12. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. М., Мозаика - Синтез, 2016 г.
13. Чистякова М. А. Педагогическая гимнастика.
14. Савушкина А.Г. Развитие мелкой моторики (шариковая гимнастика). ИТД «Корифей», 2010 г.
15. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для работы с детьми 2-7 лет.
16. Мальми В. Народные игры Карелии. Петрозаводск, 1994 г.

Физическое развитие является частью общечеловеческой культуры и охватывает те стороны жизни, которые имеют важнейшее значение для полноценного психофизического развития ребенка, укрепления его здоровья и физического развития. Неотъемлемое значение двигательной активности для детей младшего дошкольного возраста.

Ребенок постоянно приобщается к двигательной культуре, она пронизывает все его виды деятельности и отдыха.

Основным средством физической культуры являются физические упражнения, представляющие собой специальные упражнения и различные виды двигательной деятельности, организованные взрослым. Систематическое выполнение упражнений младшими дошкольниками создает основу для всестороннего развития всех органов и систем, для формирования координации движений и мышечного тонуса.

В младшем дошкольном возрасте важно поддерживать и развивать природную потребность ребенка в движениях и играх, не подавляя при этом его инициативы. Двигательная активность благоприятно воздействует на организм ребенка, если соответствует его возрастным и индивидуальным особенностям.

Нормативные документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ
2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержден приказом Минобрнауки РФ от 17.10. 2013г.
3. Конституция Российской Федерации 12.12.1993г.
4. Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20.11.1989г. Ратифицирована постановлением ВС СССР от 13.06.1990 № 1559-1 «О ратификации конвенции о правах ребенка»
5. СанПин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ДОО», утверждены Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013г. №26

В программе раскрыто содержание психолого-педагогической работы с 2-7(8) лет по приобщению детей к двигательной культуре.

Целью данной программы является удовлетворение важнейших жизненных потребностей ребенка в движении, создание благоприятных условий для рационального режима активности и отдыха, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, обеспечение безопасности жизнедеятельности, подготовка к жизни в современном обществе и к обучению в школе.

Задачи программы:

I. Оздоровительные:

- ⇒ сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей;
- ⇒ развивать функциональные и адаптивные возможности детей и улучшить их работоспособность;
- ⇒ формировать умение сохранять правильную осанку;
- ⇒ создавать условия для систематического закаливания организма с использованием различных природных факторов;
- ⇒ удовлетворять жизненную потребность детей в движении.

II. Образовательные:

- ⇒ формировать представления детей о пользе активной физической культуры;

- ⇒ знакомить с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма;
- ⇒ формировать и совершенствовать разнообразные виды движений, основные движения (ходьбу; бег; ползание и лазанье; прыжки; катание, бросание, ловлю и метание);
- ⇒ создавать условия для накопления и обогащения двигательного опыта детей;
- ⇒ формировать умения соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве;
- ⇒ развивать физические качества (скоростные, силовые, гибкость, выносливость и координацию);
- ⇒ Формировать основные навыки плавания; развивать физические качества (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.);
- ⇒ вовлекать родителей в физкультурно-оздоровительные мероприятия детского сада.

III. Воспитательные:

- ⇒ воспитывать у детей интерес к физическим упражнениям, активной двигательной деятельности;
- ⇒ развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх;
- ⇒ воспитывать желание пользоваться физкультурным оборудованием в свободное время, поощрять самостоятельные игры детей;
- ⇒ становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере
- ⇒ поощрять участие детей в совместных играх и физических упражнениях;
- ⇒ формировать положительные эмоции в самостоятельной двигательной деятельности;
- ⇒ Воспитывать умения владеть своим телом в непривычной среде; потребность в дальнейших занятиях плаванием, стойких гигиенических навыков.
- ⇒ развивать умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками

1.2 Принципы и подходы в организации образовательного процесса

1. Соответствует принципу развивающего образования, целью которого является развитие ребенка.
2. Сочетает принципы научной обоснованности и практической применимости (соответствует основным положениям возрастной психологии и дошкольной педагогики).
3. Соответствует критериям полноты, необходимости и достаточности (позволяет решать поставленные цели и задачи на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму»).
4. Строится с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.
6. Основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса.
7. Предусматривает решение программных образовательных задач в совместной деятельности дошкольников не только в рамках непрерывной непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.
8. Предполагает построение образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми (игра).

9. Строится на принципе культуросообразности. Учитывает национальные ценности и традиции в образовании.

Принципы физического развития:

- 1) *Дидактические:*
 - систематичность и последовательность;
 - развивающее обучение;
 - доступность;
 - воспитывающее обучение;
 - учет индивидуальных и возрастных особенностей;
 - сознательность и активность ребенка;
 - наглядность.
- 2) *Специальные:*
 - непрерывность;
 - последовательность наращивания тренирующих воздействий;
 - цикличность.
- 3) *Гигиенические:*
 - сбалансированность нагрузок;
 - рациональность чередования деятельности и отдыха;
 - возрастная адекватность;
 - оздоровительная направленность всего образовательного процесса;
 - осуществление лично- ориентированного обучения и воспитания.

Методы физического развития:

- 1) *Наглядные:*
 - наглядно-зрительные приемы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);
 - наглядно-слуховые приемы (музыка, песни);
 - тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь).
- 2) *Словесные:*
 - объяснения, пояснения, указания;
 - подача команд, распоряжений, сигналов;
 - вопросы к детям;
 - образный сюжетный рассказ, беседа;
 - словесная инструкция.
- 3) *Практические:*
 - Повторение упражнений без изменения и с изменениями;
 - Проведение упражнений в игровой форме;

Проведение упражнений в соревновательной форме

1.3. Возрастные и индивидуальные особенности воспитанников

Особенности физического развития детей 3-4 лет.

На четвертом году жизни в организме ребенка продолжают процессы роста и развития. Рост трехлетних мальчиков в среднем составляет 92 – 96 см, девочек – 93 – 95,5 см. Масса тела соответственно 13,8 – 14,8 кг и 13,3 – 13,7 кг. Окружность грудной клетки в среднем составляет 50,5 – 52 см.

На этом возрастном этапе начинается процесс окостенения скелета. Костная система из-за большого содержания органических веществ гибка и податлива. Позвоночник имеет выраженные изгибы, но они еще не совершенны и не совсем зафиксированы.

У трехлетних детей происходит заметное нарастание мышечной массы, меняется мышечный тонус. Но вместе с тем сила мышц еще не велика.

Особенности физического развития детей четвертого года жизни обусловлены анатомическими особенностями этого возраста. К ним относятся: недостаточный двигательный опыт, неустойчивость эмоционального состояния и повышенная возбудимость, большая подвижность, быстрая утомляемость от однообразных движений.

Потребность детей в движении весьма велика. Ребенок непрерывно двигается, бегаёт, он - «беспокойный». Такой ребенок сложен пропорционально. У него лучше формируется стопа, что имеет большое значение для двигательной деятельности.

На четвертом году жизни бег детей становится легче, появляется «полетность». Порядка 92 % детей в этом возрасте имеют фазу полета. Происходит нарастание скорости и темпа бега.

Совершенствуются движения рук в беге, бег значительно облегчается, увеличивается его стремительность.

Младшие дошкольники очень любят прыгать. У них появляется и интенсивно формируется прыжок, качественные и количественные характеристики которого существенно изменяются.

Практически все дети этого возраста овладевают правильным ползанием на четвереньках, опираясь на ладони и колени.

У детей продолжает совершенствоваться техника катания, бросания, переключивания мяча. Ловля какого-либо предмета затруднена сложностью овладения этим навыком ввиду слабого развития мелкой моторики. В младшем дошкольном возрасте активно развивается ловкость и координация движений, способность удерживать равновесие и ориентироваться в пространстве. Начинают формироваться личностные качества: активность, смелость, самостоятельность и другие. С их помощью совершенствуется функциональная взаимосвязь вестибулярного, зрительного и двигательного анализаторов.

Трехлетние дети хорошо ходят, бегают, ползают, лазают, охотно выполняют физические упражнения. У них появляется двигательный опыт, который удачно используется в активной самостоятельной деятельности.

У младшего дошкольника только начинает складываться сознательное управление поведением; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной мере ориентируются на оценку воспитателя.

В этом возрасте взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами, они ярко проявляются в самостоятельной деятельности. Ведущим видом деятельности становится игра. Наряду с игровой деятельностью побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новыми движениями.

Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы.

Особенности физического развития детей 4-5 лет.

На пятом году жизни происходит дальнейшее изменение и совершенствование структур и функций систем организма. Прибавка в росте за год составляет 5-7 см, массы тела 1,5-2 кг. Рост мальчиков в среднем составляет - 100 - 104 см, девочек - 99 - 102 см. Масса тела соответственно 15,1 - 16,4 кг и 14,8 - 15,9 кг. Окружность грудной клетки - 52 - 53 см.

Скелет ребенка отличается гибкостью, так как процесс окостенения еще незакончен. В связи с особенностями строения и развития скелета детям 4-5 лет не рекомендуется предлагать силовые упражнения. При этом необходимо постоянно следить

за правильностью занимаемых поз. Чтобы дети занимали удобные позы и чаще их меняли, надо правильно размещать пособия для игр малой и средней подвижности.

В процессе роста и развития разные группы мышц развивают неравномерно. Масса нижних конечностей по отношению к массе тела увеличивается интенсивнее, чем масса верхних конечностей, еще не завершено

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

В этом возрасте мышцы у детей развиваются последовательно: сначала крупные, потом мелкие. Поэтому следует строго дозировать нагрузку для мелких групп мышц. Вместе с тем необходимо развивать у детей мускулатуру предплечья и кисти, включая упражнения с мячами, флажками, кубиками.

На пятом году жизни еще не завершено строение легочной ткани. Носовые и легочные ходы у детей сравнительно узкие, что затрудняет поступление воздуха в легкие. Поэтому важно, чтобы сон, игры и занятия детей проводились в хорошо проветренном помещении, а физкультурные занятия в теплое время года – на воздухе. Учитывая относительно большую потребность детского организма в кислороде и повышенную возбудимость дыхательного центра, следует подбирать такие гимнастические упражнения, при выполнении которых дети могли дышать легко, без задержки.

В развитии основных движений происходят заметные качественные изменения: возрастает естественность и легкость их выполнения. На этом фоне необходимо воспитывать у детей устойчивый интерес к различным видам движений.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений, равновесие.

Ребенок пятого года жизни в общих чертах владеет всеми видами основных движений. Он стремится к новым сочетаниям движений, пробует свои силы в сложных видах движений. У детей возникает потребность в двигательных импровизациях. Они берутся за выполнение любой двигательной задачи, но не умеют соразмерить свои силы, свои реальные возможности. Убеждаясь в невозможности выполнения двигательного действия, ребенок прodelывает его в общих чертах, не полностью. При этом искренне убеждаясь, что движение выполнено. Растущее двигательное воображение становится в этом возрасте одним из стимулов обогащения моторики детей разнообразными способами действий.

Внимание среднего дошкольника приобретает все более устойчивый характер; совершенствуются зрительное, слуховое и осязательное восприятия, развиваются преднамеренное запоминание и припоминание. Дети хорошо различают виды движений, частично овладевают умением выделять некоторые элементы. Развивается способность воспринимать, представлять, анализировать и оценивать последовательность своих действий. Это обуславливает преднамеренный и произвольный характер движений детей. Возникает интерес к результату движения, правильности его выполнения, соответствие образцу.

Развитие физических качеств происходит под влиянием постоянных упражнений. В результате расширяются и обогащаются двигательные возможности детей, возрастают их физические силы. Возникает психологическая готовность к выполнению сложных двигательных действий и проявлению определенных волевых усилий. Появляются конкурентность, соревновательность. Наряду с игровой деятельностью побудительным мотивом двигательной деятельности выступает мотив усвоения новых умений и навыков и их закрепление.

Особенности физического развития детей 5-6 лет.

Возрастной период от 5 до 7 лет называют периодом «первого вытяжения», когда за один год ребенок может вырасти на 7-10см. Средний рост дошкольника пяти лет составляет около 106-107см, а масса тела – 17-18кг. На протяжении 6-го года жизни средняя прибавка массы тела составляет 200гр в месяц, а роста - 0,5см.

Позвоночный столб ребенка 5-7 лет чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. Поэтому постоянный контроль за осанкой и статической позой каждого ребенка – обязательное условие его нормального физического развития.

У старших дошкольников наблюдается незавершенность строения стопы. Поэтому необходимо предупреждать возникновение и формирование плоскостопия. Причинами появления плоскостопия могут стать ношение обуви большего, чем нужно, размера; без каблука, на жесткой, негнушейся подошве; излишняя масса тела ребенка; перенесенные заболевания. Взрослым следует быть внимательными к жалобам детей на усталость и боль в ногах при ходьбе или стоянии. По возможности обратиться за консультацией к врачам-специалистам.

В этом возрасте у детей хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие, особенно мышцы кистей рук, остаются по-прежнему слабыми. Соответственно, для их дальнейшего развития и укрепления, необходим подбор специальных игр и упражнений.

Шестилетние дети активны, они умело пользуются своим двигательным аппаратом, движения их достаточно координированы и точны. Они сочетают их в зависимости от окружающих условий, различают скорость и направление движения, смену темпа и ритма.

Многих детей привлекает результат движений, возможность померяться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные интересы в выборе движений. Дошкольникам чаще нравятся те упражнения, которые у них лучше получаются. Поэтому необходимо, чтобы программное содержание предусматривало естественную двигательную подготовку детей.

В шестилетнем возрасте не наблюдается резкого увеличения количественных показателей двигательной активности. За время пребывания в дошкольном учреждении средние показатели активности составляют 13-17,5 тысячи движений, интенсивность колеблется в пределах 55-70 движений в минуту, продолжительность достигает 4,5 и более часов. Отмечаются циклические изменения двигательной активности детей в течение суток, недели, а также в разные периоды года. В процессе самостоятельной игровой деятельности не наблюдается заметной разницы в характере двигательной активности мальчиков и девочек, как было в младшем дошкольном возрасте.

Движения детей шестого года жизни становятся все более осмысленными, мотивированными и управляемыми. Но в целом, в характере двигательной активности детей сохраняются черты, типичные для предыдущих возрастных периодов - высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка; неспособность завершить ее по первому требованию взрослого; нежелание выполнять действия, которые лишены непосредственного интереса и направлены на достижение отдаленного результата. В то же время у детей повышается способность к произвольной регуляции двигательной активности. Они могут заставить себя преодолевать определенные трудности при выполнении сложных двигательных заданий.

Старшие дошкольники обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков и осознанно пользуются ими в своей деятельности. Движения детей приобретают слаженность, уверенность, стремительность, легкость.

В этом возрасте происходит совершенствование приобретенных ранее двигательных качеств и способностей. Наиболее значимыми для всестороннего развития

физических возможностей детей являются скоростно-силовые и координационные способности (ловкость), гибкость и выносливость. У детей в значительной мере улучшаются все показатели ловкости. Старшие дошкольники быстро и без особых трудностей овладевают новыми, все более сложными координационными движениями; умеют действовать рационально, проявляя находчивость и сообразительность.

Шестилетние дети достаточно легко приспосабливаются к новым видам деятельности и меняющейся ситуации, добиваются четкости в решении двигательных задач, точности воспроизведения пространственных, временных и силовых параметров движений.

Особенности физического развития детей 6-7(8) лет.

В старшем дошкольном возрасте замедляются изменения основных показателей физического развития, совершенствуются основные нервные процессы, улучшается их подвижность, уравновешенность, устойчивость. В этом возрасте сохраняется относительно быстрая функциональная истощаемость нервных клеток и развитие охранительного торможения при перегрузках.

Происходит дальнейший рост и развитие всех органов и систем организма: изменяется форма грудной клетки, завершается процесс ее формирования и окостенения, устанавливается грудной тип дыхания. Изменяется соотношение размеров головы и туловища, приближаясь к соотношению этих показателей у взрослых. Увеличивается длина верхних и нижних конечностей; начинается сращение тазовых костей; появляются точки окостенения в позвонках, формируется осанка. К семи годам у детей четко выражены изгибы в шейном и грудном отделах позвоночника.

В этом возрасте более развиты группы мышц, которые активно задействованы в повседневной деятельности детей. Прежде всего, это те группы мышц, которые обеспечивают вертикальное положение тела и выполнение различных движений (ходьбы, бега и др.). Все крупные мышцы туловища и конечностей отличаются слабым развитием связочных отделов. Мелкие мышцы развиты недостаточно; слабы связки позвоночного столба, что является предпосылкой деформаций позвоночника при возникновении неблагоприятных условий.

У детей семи лет сохраняется высокая потребность в движениях. Двигательная активность становится более целенаправленной, отвечающей личному опыту, интересам и желаниям ребенка. Вынужденную гиподинамию при организованной образовательной деятельности, длительном просмотре телепередач и видеофильмов, во время компьютерных игр дети компенсируют последующим увеличением количества и интенсивности движений.

В этом возрастном периоде нет резкого увеличения количественных показателей двигательной активности. Средние показатели двигательной активности семилетних детей за время пребывания в дошкольном учреждении составляют 13-17,5 тысяч движений; интенсивность колеблется в пределах 55-70 движений в минуту, продолжительность достигает 4,5 и более часов. Отмечаются циклические изменения активности детей в течение суток, недели и в разные периоды года. К концу дошкольного детства сглаживается разница в характере двигательной активности мальчиков и девочек, отмечающаяся на пятом-шестом году жизни.

Движения детей становятся более осмысленными, мотивированными и управляемыми. В целом, в характере двигательной активности детей сохраняются черты предыдущих возрастных периодов. Это высокая эмоциональная значимость процесса деятельности для ребенка, неспособность завершить ее по первому требованию, нежелание выполнять действия, лишённые непосредственного интереса и направленные на достижение отдаленного результата. В то же время у детей повышается способность к

произвольной регуляции двигательной активности. Они способны преодолевать определенные трудности при выполнении сложных двигательных заданий.

Старшие дошкольники обладают достаточным запасом двигательных умений и навыков и осознанно пользуются ими в своей деятельности. Происходит совершенствование приобретенных ранее двигательных качеств и способностей. Движения детей приобретают слаженность, уверенность, стремительность, легкость. Для всестороннего развития физических возможностей детей семи лет наиболее значимыми являются скоростно-силовые и координационные способности (ловкость), гибкость и выносливость. Дети быстро овладевают новыми, более сложными по координации движениями; действуют рационально, проявляя находчивость; быстро приспосабливаются к изменяющейся ситуации. Они добиваются четкости в решении двигательных задач, точности воспроизведения пространственных, временных и силовых параметров движений; становятся способными к более сложным ориентировкам в окружающей обстановке; сохраняют устойчивое положение тела в трудных, вариативных условиях двигательной деятельности. Организм детей лучше подготовлен к проявлению скорости и гибкости по сравнению с силой и выносливостью. К семи годам гибкость характеризуется большей амплитудой движений, процессы напряжения и расслабления мышц более слажены. Высокая подвижность суставов обусловлена эластичностью мышц, сухожилий, связок.

В этом возрасте отмечаются высокие темпы прироста показателей, характеризующих быстроту движений, времени двигательной реакции, скорости однократных движений, частоты повторяющихся движений. Дошкольники хорошо приспособлены к недлительным скоростно-силовым динамическим действиям, составляющим основное содержание их игр.

К семи годам у большинства детей появляется устойчивое стремление к участию в совместных подвижных играх и физических упражнениях. Они охотно объединяются по интересам, взаимодействуют согласно правилам игры, проявляют навыки самоорганизации и взаимоконтроля.

1.4 Целевые ориентиры (планируемые результаты освоения образовательной программы дошкольного образования)

Результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

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

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования относительно физического развития:

- ✓ ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- ✓ у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

- ✓ способен к принятию решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах двигательной и физкультурной, спортивной деятельности; обладает физическими качествами (выносливость, гибкость и др.).

2.Содержательный раздел

2.1 Описание образовательной деятельности по направлению «Физическое развитие».

Приобретение опыта в следующих видах поведения детей: двигательном, в том числе, связанном с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму:

- удовлетворять потребность детей в движении;
- повышать устойчивость организма к воздействию различных неблагоприятных факторов;
- расширять у детей представления и знания о различных видах физических упражнений спортивного характера;
- целенаправленно развивать физические качества (скоростные, скоростно-силовые, силу, гибкость, ловкость и выносливость);
- развивать координацию движений, чувства равновесия, ориентировку в пространстве, скоростную реакцию, силу и гибкость;
- обеспечивать тренировку мелкой мускулатуры тонких движения рук через специально подобранные комплексы физических упражнений и игр с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;
- развивать у детей возможность самостоятельного выполнения детьми всех гигиенических процедур и навыков самообслуживания;
- формировать у детей потребность в регулярных занятиях физической культуры.

Выполнение основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны),

- развивать основные движения во время игровой активности детей.

Ходьба (скрестным шагом, выпадами, в приседе, спиной вперед; с закрытыми глазами (4 – 6 м); по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; в разных построениях; совершая различные движения руками).

Бег (из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки; сидя спиной по направлению движения и т.п.), спиной вперед, сохраняя направление и равновесие; по уменьшенной, приподнятой, наклонной поверхности; пробежки под вращающейся скакалкой по одному и парами).

Прыжки (подпрыгивания на месте разными способами – с поворотами кругом, смещая ноги вправо-влево; в сочетании с различными положениями и движениями рук; прыжки сериями по 30 – 40 прыжков (2 – 3 раза), на двух и на одной ноге, с продвижением вперед (многоскоки); через линии, веревку, невысокие предметы; вверх из глубоко приседа; боком с опорой руками на предмет; через длинную вращающуюся скакалку; через большой обруч, как через скакалку; прыжковые упражнения, сидя на больших гимнастических мячах; повороты вокруг себя, поочередный подъем ног, постановка стоп на мяч и т.д.).

Бросание, ловля, метание (бросание мяча вверх, о землю и ловля его одной и двумя руками, то же с хлопками, поворотами и другими заданиями; то же из одной руки в другую, с отскоком от пола; перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений (снизу из-за головы, сидя по-турецки, стоя на коленях и т.п.); через сетку; перекидывание набивных мячей весом 1 кг; отбивание мяча об пол, о землю с

продвижением вперед (не менее 6 раз); метание мяча (мешочка с песком) в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 4 – 5 м, в движущуюся цель, вдаль метание вдаль ведущей рукой на 5 – 8 м.

Ползание, лазанье (ползание на животе, спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; лазание по гимнастической стенке, лестнице, меняя темп, используя одноименный и разноименный способы лазания; передвижение с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали; лазание по веревочной лестнице, скалодрому).

Упражнения для мышц головы и шеи (плавно выполнять движения головой, рисуя в воздухе цифры от 1 до 10; при приседании и ходьбе удерживать на голове разнообразные предметы (расстояние 6 – 10 м).

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса (поднимать, разводить, сгибать, вращать, выпрямлять руки из разных исходных положений одновременно и попеременно; выполнять разнонаправленные движения; разводить и сводить пальцы рук; смыкать поочередно пальцы рук с большим пальцем руки; вращать обруч перед собой и сбоку одной рукой на кисти и предплечье руки).

Упражнения для мышц туловища (наклоняться вперед, в стороны, назад из различных исходных положений; сидя, руки в упоре сзади, поднять обе ноги, оттянуть носки и удерживать ноги в этом положении; лежа на спине, поднимать одновременно обе ноги, пытаться дотянуться до лежащего за головой предмета; лежа на животе, стараться захватить руками щиколотки ног и удержаться в таком положении; лежа на животе прогибаться, приподнимая плечи над полом и разводя руки в стороны).

Упражнения для мышц брюшного пресса и ног (выставлять ногу вперед на носок скрестно; на носок - на пятку с притопами; переступать на месте, не отрывая носки ног от пола; выполнять мах прямой ногой вперед, стараясь достать носком выпрямленной ноги ладони вытянутых рук; мах в сторону; приседать вниз - в стороны из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь; захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу; пытаться рисовать, удерживая карандаш пальцами ног).

Самостоятельные построения и перестроения: в шахматном порядке; расчет на «первый-второй»; перестроение из одной шеренги в две; из построения парами в колонну по одному («цепочкой»).

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

- развивать у детей умение самостоятельно организовывать подвижные игры и выполнять упражнения.

Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

- содействовать формированию у детей привычки к здоровому образу жизни;

- рассказывать детям о достижениях взрослых и детей в вопросах, связанных с формированием их здоровья, занятиями спорта.

В рабочую программу по направлению «Физическое развитие» включены следующие виды непрерывной непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию, способы организации детей по физическому развитию, методы и приемы, используемые инструктором по физической культуре для решения поставленных воспитательно-образовательных задач.

1. Виды НОД	Особенности
1.1. Классические	<p>Структура классического занятия по физическому развитию состоит из 3-х частей: I- вводная, продолжительностью 2-4 минуты, II – основная, 6-8 минут, III – заключительная, 2-3 минуты. НОД может иметь как обучающий, так и смешанный характер. На занятиях решаются следующие задачи: обучение детей новым упражнениям, повторение и закрепление ранее пройденного материала, овладение жизненно важными двигательными навыками и умениями, воспитание физических качеств: ловкости, силы, быстроты и т.д. Включаются упражнения на развитие мелкой моторики, дыхательные упражнения, игровые задания, упражнения на формирование правильной осанки и развитие мышечно-связочного аппарата стопы. Длительность 15 минуты.</p>
1.2.Тренировочные	<p>Эти социальные ситуации направлены на развитие двигательных и функциональных возможностей детей 4-го года жизни. Включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплексы общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов. Предполагают использование тренажерного оборудования (батута, каната, беговых дорожек и др.). Длительность 15 минут.</p>
1.3. Тематические	<p>Тема НОД определяется выбором одного пособия или оборудования (например, мячи или гимнастические скамейки). Все 3 части планируются с использованием одного пособия, может быть использовано нетрадиционное оборудование. На занятиях решается весь комплекс задач «Физического развития». Длительность обычная.</p>
1.4. Сюжетные	<p>Основу социальных ситуаций развития составляет некий сюжетный рассказ (из художественной литературы или произвольный). Все планируемые движения связаны с сюжетом (например, «В гостях у медвежонка»). Для проведения НОД подбираются необходимые пособия, оборудование. Обучение на социальных ситуациях частичное, реализуется весь спектр задач разных образовательных областей. Длительность не более 15 минут.</p>
1.5. Игровые	<p>Социальные ситуации развития строятся на основе подвижных и народных игр, с включением игр-забав и аттракционов, с использованием элементов спортивных упражнений. Вводная часть включает игры малой и средней интенсивности. Основная часть содержит 2-3 игры высокой подвижности с целью поддержания высокого уровня физической нагрузки. В заключительной части проводятся игры малой подвижности для снижения двигательной активности, постепенного перехода от напряженного и возбужденного состояния к</p>

	относительно спокойному. Эти занятия позволяют решать различные задачи образовательных областей. Длительность 15 минут.
1.6. Диагностические	Занятия начинаются с разминки и подводящих упражнений. Готовятся рабочие протоколы, необходимые пособия и оборудование (в зависимости от диагностируемого движения). Задание выполняется индивидуально или подгруппами 3-5 детей. Социальные ситуации развития проводятся 2 раза в год по учебному плану ДО. Полученные результаты сопоставляются с ориентировочными возрастными-половыми показателями.
1.7. Занятия на свежем воздухе	Проводятся на спортивной площадке. Они усиливают оздоровительный эффект физических упражнений, повышают двигательную активность движения, выполнение которых в помещении затруднено или невозможно (метание вдаль, бег на расстояние, спортивные упражнения). При планировании социальных ситуаций развития учитываются особенности климата и погодные условия. Структура НОД традиционная. В I части проводятся разминка, беговые упражнения с заданиями. Не проводятся комплексы общеразвивающих упражнений. Основная часть включает элементы спортивных упражнений, оздоровительный бег, подвижные игры. В заключении проводится игра малой подвижности. Длительность 12-15 минут.
2. Способы организации детей в ходе непрерывной образовательной деятельности по физическому развитию	
2.1. Фронтальный	Один из основных способов организации детей младшего дошкольного возраста на социальных ситуациях по физическому развитию. Все дети одновременно под руководством инструктора по физической культуре выполняют одинаковое задание.
2.2. Поточный	Один из основных способов организации детей младшего возраста на социальных ситуациях по физическому развитию. Дети выполняют движение «поток» (друг за другом), когда один ребенок еще не закончил задание, а другой приступает к его выполнению.
2.3. Групповой	Каждая группа получает определенное задание, а затем группы меняются местами. В зависимости от решаемых образовательных задач инструктор по физической культуре работает с одной подгруппой, а воспитатель с другой.
2.4. Посменный	Дети выполняют упражнения сменами по несколько человек одновременно, остальные наблюдают за выполнением задания.
3. Используемые методы и приемы	

3.1. Информационно-рецептивный метод	<p style="text-align: center;">Словесные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - объяснение движений; - пояснение по ходу движений; - художественное слово; - поощрение; <p style="text-align: center;">Наглядные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - показ правильного способа выполнения движения инструктором; - показ правильного способа выполнения движения или упражнения ребенком; - использование зрительных ориентиров; - использование игровых материалов и игрушек; - любование спортивным инвентарем. <p style="text-align: center;">Практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> - многократное выполнение упражнения детьми; - совместное выполнение упражнения или движения ребенком и взрослым; - игровые действия детей при выполнении упражнений (имитация); - индивидуальная помощь ребенку со стороны взрослого; - пальчиковая гимнастика; - упражнения на релаксацию.
3.2. Репродуктивный метод	<ul style="list-style-type: none"> - воспроизведение неоднократных упражнений по образцу; - воспроизведение неоднократных упражнений в вариативных ситуациях (на стадии закрепления и совершенствования движения).
3.3 Методы проблемного обучения и формирования творческих потенций детей	<ul style="list-style-type: none"> - изменение сигналов (слуховые ориентировки); - изменение ориентиров (зрительные, пространственные ориентировки); - изменение игровых образов; - изменение сюжетов подвижных игр.

Формы организации работы с детьми по направлению «Физическое развитие»

Содержание	Возраст	НОД	Образовательная деятельность, реализуемая в ходе режимных моментов	Самостоятельная деятельность
1. Основные движения: - ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание.	3-5 лет, 2 мл, средняя группа	НОД по физическому воспитанию: - сюжетно-игровые - тематические - классические	<i>Утренний отрезок времени</i> Индивидуальная работа воспитателя Игровые упражнения Утренняя гимнастика: - классическая - сюжетно-игровая	Игра Игровое упражнение Подражательные движения

<p>упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические упражнения.</p> <p>2.Общеразвивающие упражнения</p> <p>3.Подвижные игры</p> <p>4.Спортивные упражнения</p> <p>5.Активный отдых</p> <p>6. Формирование начальных представлений о ЗОЖ</p>		<p>-тренирующее</p> <p>В НОД по физическому воспитанию:</p> <ul style="list-style-type: none"> -тематические комплексы -сюжетные -классические -с предметами -одражательный комплекс <p>Физ. минутки Динамические паузы</p> <p>Обучающие игры по инициативе воспитателя (сюжетно-дидактические), развлечения</p>	<p>-тематическая</p> <ul style="list-style-type: none"> -полоса препятствий <p>Подражательные движения <i>Прогулка</i></p> <p>Подвижная игра большой и малой подвижности</p> <p>Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице</p> <p>Подражательные движения <i>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</i></p> <p>Гимнастика после дневного сна:</p> <ul style="list-style-type: none"> - коррекционная -оздоровительная -сюжетно-игровая -полоса препятствий <p>Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа</p> <p>Подражательные движения</p> <p>Физкультурный досуг Физкультурные праздники <i>День здоровья (ср. гр.)</i></p> <p>Дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал</p>	<p>Сюжетно-ролевые игры</p>
<p>1.Основные движения: -ходьба; бег; катание, бросание, метание, ловля; ползание, лазание; упражнения в равновесии; строевые упражнения; ритмические</p>	<p>5-7 лет, старшая и подгот. к школе группы</p>	<p>НОД по физическому воспитанию:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетно-игровые - тематические -классические -тренирующее -по развитию элементов двигательной креативности (творчества) 	<p><i>Утренний отрезок времени</i></p> <p>Индивидуальная работа воспитателя</p> <p>Игровые упражнения</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> -классическая -игровая -полоса препятствий -музыкально-ритмическая <p>Подражательные движения <i>Прогулка</i></p>	<p>Игровые упражнения Подражательные движения</p>

упражнения.				
2.Общеразвиваю щие упражнения		В занятиях по физическому воспитанию: -сюжетный комплекс - подражательный комплекс - комплекс с предметами Физ.минутки Динамические паузы Подвижная игра большой, малой подвижности и с элементами спортивных игр	Подвижная игра большой и малой подвижности Игровые упражнения Проблемная ситуация Индивидуальная работа Занятия по физическому воспитанию на улице Подражательные движения <i>Вечерний отрезок времени, включая прогулку</i> Гимнастика после дневного сна -оздоровительная -коррекционная -полоса препятствий Физкультурные упражнения Коррекционные упражнения Индивидуальная работа Подражательные движения Физкультурный досуг Физкультурные праздники День здоровья Объяснение, показ, дидактические игры, чтение художественных произведений, личный пример, иллюстративный материал, досуг, театрализованные игры.	
3.Подвижные игры				
4.Спортивные упражнения				Дидактические, сюжетно-ролевые игры
5.Спортивные игры				
6.Активный отдых		Развлечения, ОБЖ, минутка здоровья		
7.Формирование начальных представлений о ЗОЖ				

Указанные формы и виды работы взаимосвязаны и дополняют друг друга. В совокупности они создают необходимый двигательный режим.

ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА

Формы организации	Младший возраст		Старший возраст	
	Младшие группы	Средние группы	Старшие группы	Подготовит. группы
Организованная деятельность		6 часов в неделю	8 часов в неделю	
Утренняя гимнастика	6-8 минут	6-8 минут	8-10 минут	10-12 минут
Дозированный бег		3-4 минуты	5-6 минут	7-8 минут
Упражнения после дневного сна	5-10 минут	5-10 минут	5-10 минут	5-10 минут
Подвижные игры	не менее 2-4 раз в день			
	6-8 минут	10-15 минут	15-20 минут	15-20 минут
Спортивные игры		Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю		
Спортивные упражнения	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в неделю			
		8-12 минут	8-15 минут	8-15 минут
Физкультурные упражнения на прогулке	Ежедневно с подгруппами			
	5-10 мин	10-12 мин	10-15 минут	10-15 минут
Спортивные развлечения	1 раз в месяц			
	15 минут	20 минут	30 минут	30-40 минут
Спортивные праздники	1-2 раза в год			
	15 минут	20 минут	30 минут	40 минут
День здоровья	1 раз в квартал			
	1 день в месяц		1 раз в месяц	
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Распределение количества НОД по плаванию в разных возрастных группах на учебный год

Возрастная группа	Количество занятий	
	в неделю	в год
Вторая младшая	3	105
Средняя	3	121
Старшая	3	121
Подготовительная	3	121

Организация образовательного процесса по модулю «Плавание».

В настоящее время отличается рост числа детей с различными отклонениями в состоянии здоровья. При этом все более актуальным становится поиск новых способов укрепления психологического здоровья детей, стимуляции физического развития, закаливания организма, повышения его устойчивости к различным заболеваниям. В этом контексте важное значение имеет обучение детей плаванию.

Купание, плавание, игры и развлечения на воде благотворно воздействуют на все системы организма. Согласованный ритм работы мышц и органов дыхания, горизонтальное положение тела способствуют равномерной циркуляции крови, улучшают вентиляцию легких, закрепляют навыки глубокого и ритмичного дыхания, содействуют росту и укреплению костной ткани. При плавании подъемная сила воды снижает давление на скелет в целом и прежде всего на позвоночник. В то же время активное движение ног в воде в без опорном положении укрепляет стопы ребенка и предупреждает развитие плоскостопия. Плавание оказывает благотворное действие на нервную систему, крепче становится сон, улучшается аппетит, повышается общий тонус организма.

Распределение количества НОД по плаванию в разных возрастных группах на учебный год

Возрастная группа	Количество занятий	
	в неделю	в год
Вторая младшая	1	35
Средняя	1	37
Старшая	1	37
Подготовительная	1	37

Продолжительность и распределение количества развлечений, праздников на воде в разных возрастных группах

Возрастная группа	Количество проведения		Продолжительность проведения	
	развлечение	праздник	развлечение	праздник
Вторая младшая	1 раз в месяц		15 мин	
Средняя	1 раз в месяц	2 раза в год	20 мин	45 мин
Старшая	1 раз в месяц	2 раза в год	25-30 мин	до 1 часа
Подготовительная к школе	1 раз в месяц	2 раза в год	30 мин	до 1 часа

Непрерывную непосредственно образовательную деятельность по плаванию проводит инструктор по физической культуре, имеющий специальное образование.

Большая роль в подготовке и проведении непосредственно образовательной деятельности по плаванию отводится воспитателям групп. Воспитатели групп работают в тесном контакте с инструктором по физической культуре и медицинским персоналом. Они ведут работу в своей группе: следят за выполнением расписания образовательной деятельности и готовят подгруппы к ним, знакомят с правилами поведения в бассейне, обучают навыкам самообслуживания (одевание-раздевание). Воспитатель перед образовательной деятельностью по плаванию проверяет наличие у детей всех

плавательных принадлежностей, помогает детям подготовить все необходимое. При проведении непосредственно образовательной деятельности осуществляется медико-педагогический контроль за здоровьем каждого ребенка, с учетом его индивидуальных психофизиологических особенностей.

Возраст детей:

Программа осуществляется для детей 3 – 7 лет.

Задачи образовательного модуля:

Младшая группа.

1. Формировать гигиенические навыки: самостоятельно раздеваться, мыться под душем, вытираться при помощи взрослого, одеваться.
2. Развивать двигательные умения и навыки: самостоятельно передвигаться в воде, помогая себе гребковыми движениями рук, подпрыгивая в воде, ходить по дну бассейна с доской, погружаться в воду, выполнять вдох-выдох, скользить по воде с доской в руках.
3. Учить правилам поведения на воде: спускаться в воду друг за другом с поддержкой инструктора, не толкаться и не торопить впереди идущего, выполнять все указания инструктора.
4. Развивать физические качества: силу, выносливость, быстроту.

Средняя группа.

1. Формировать гигиенические навыки: раздеваться и одеваться в определенной последовательности, аккуратно вешать одежду, самостоятельно пользоваться полотенцем.
2. Развивать двигательные умения и навыки: самостоятельно передвигаться в воде, выполняя различное задание, ходить по дну бассейна выполняя различные задания, движения гребковые руками-вперед, назад, в наклоне; прыгать с продвижением вперед, погружаться в воду в парах и самостоятельно, опускать лицо и полностью погружать голову в воду, выполнять скольжение с поддержкой и без нее.
3. Развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость.

Старшая группа, подготовительная группа.

1. Формировать гигиенические навыки.
2. Развивать двигательные умения и навыки: выполнять вдох и выдох в воду, скользить на груди и на спине с доской в руках, работать ногами в стиле «кроль» на груди и на спине с доской в руках и без нее.
3. Продолжать развивать физические качества: быстроту, силу, ловкость.

Формы организации обучения:

Обучение по программе «Плавание» осуществляется подгруппами

- ✓ с детьми четвертого года жизни – продолжительность 15 минут;
- ✓ с детьми пятого года жизни - продолжительность 20 минут;
- ✓ с детьми шестого года жизни - продолжительность 25 минут;
- ✓ с детьми седьмого года жизни - продолжительность 30 минут.

Занятия организованы 1 раз в неделю

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН НОД ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ II МЛ. ГР.

месяц	Содержание программы
Сентябрь-октябрь	1. Знакомство с помещениями бассейна, основными правилами поведения в нём 2. Ознакомить детей со свойствами воды 3. Создать представление о движениях в воде, о плавании
ноябрь	1. Учить детей самостоятельно спускаться в воду, двигаться, держась за руку преподавателя
декабрь	1. Учить детей опускать лицо в воду 2. Упражнять в выполнении разных движений в воде
январь	1. Учить передвигаться в воде в разных направлениях
февраль	1. Учить вытягивать ноги в горизонтальном положении и опускать лицо в воду
март	1. Учить передвигаться на руках по дну, вытянув ноги
Апрель-май	1. Учить детей делать глубокий вдох и постепенный выдох 2. Приучать погружаться в воду, выпрямлять руки и ноги

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН НОД ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ В СРЕДНЕЙ ГРУППЕ.

м-ц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Сентябрь-октябрь	1. Беседа с детьми о пользе плавания 2. Знакомство с помещениями бассейна, основными правилами поведения в нём	1. Беседа о свойствах воды 2. Знакомство с правилами поведения на воде 3. Создать представление о движениях в воде, о плавании	1. Приучать детей входить в воду, самостоятельно окунается, не бояться брызг, не вытирать лицо руками	1. Продолжать приучать детей самостоятельно входить в воду 2. Упражнять в выполнении разных движений в воде
ноябрь	1. Приучать детей смело входить в воду, самостоятельно окунается, не бояться воды 2. Приступить к упражнениям на погружение лица в воду	1. Продолжать приучать детей смело входить в воду, самостоятельно окунается, не бояться воды 2. Приступить к упражнениям на погружение лица в воду	1. Приучать детей переходить от одного бортика бассейна к другому самостоятельно, не толкаясь, энергично разгребая воду руками 2. Продолжать упражнять в погружении лица в воду	1. Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки 2. Учить передвигаться в таком положении (глубина воды по колено)

декабрь	<p>1. Приучать детей переходить от одного бортика к другому самостоятельно, не толкаясь, энергично разгребая воду руками</p> <p>2. Продолжать упражнять в погружении лица в воду</p>	<p>1. Приучать детей принимать горизонтальное положение в воде, опираясь на руки</p> <p>2. Учить передвигаться в таком положении (глубина воды по колесо)</p>	<p>1. Приучать детей принимать горизонтально е положение в воде, опираясь на руки</p> <p>2. Упражнять в выполнении движений парами</p> <p>3. Приучать играть в воде с игрушками самостоятельно</p>	<p>1. Приучать двигать ногами, как при плавании кролем, в упоре лёжа на руках (на суше и в воде)</p> <p>2. Упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках</p>
январь			<p>1. Продолжать упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках</p> <p>2. Приучать передвигаться организованно</p>	<p>1. Учить детей выполнять вдох и выдох в воду</p> <p>2. Упражнять в передвижении в воде</p>
февраль	<p>1. Продолжать учить детей выполнять вдох и выдох в воду</p> <p>2. Упражнять в передвижении в воде</p> <p>3. Воспитывать организованность, умение выполнять задания преподавателя</p>	<p>1. Продолжать учить детей выполнять вдох и выдох в воду</p> <p>2. Приучать двигать ногами, как при плавании кролем, в упоре лёжа на руках (на суше и в воде)</p>	<p>1. Упражнять в различных движениях в воде: ходьбе, беге, прыжках</p> <p>2. Воспитывать уверенность в передвижении в воде</p>	<p>1. Приучать смело погружать лицо в воду, не вытирать руками</p> <p>2. Упражнять детей в выполнении энергичных движений руками в воде</p>
март	<p>1. Приучать смело погружать лицо в воду, не вытирать руками</p> <p>2. Упражнять детей в выполнении энергичных движений руками в воде</p>	<p>1. Учить детей погружаться в воду с головой</p> <p>2. Приучать не бояться воды, выполнять вдох-выдох</p> <p>3. Воспитывать самостоятельность</p>	<p>1. Продолжать учить детей погружаться в воду с головой</p> <p>2. Упражнять в выполнении вдоха-выдоха</p> <p>3. Воспитывать самостоятельность, уверенность в передвижении в воде</p>	<p>1. Продолжать учить детей погружаться в воду с головой</p> <p>2. Упражнять в выполнении вдоха-выдоха</p>

Апрель-май	1. Закреплять умение делать вдох-выдох в воду 2. Приучать делать энергичные движения руками в воде	1. Продолжать закреплять умение делать вдох-выдох в воду 2. Воспитывать организованность, умение выполнять задания преподавателя	1. Продолжать упражнять в выполнении разных движений в воде: активно передвигаться, подпрыгивать, окунаться в воду до подбородка	1. Закреплять навык погружения в воду с головой с задержкой дыхания 2. Приучать выполнять движения в воде, не мешая друг другу
------------	---	---	--	---

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН НОД ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ В СТАРШЕЙ ГРУППЕ

м-ц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Сентябрь-октябрь			1. Беседа о правилах поведения в бассейне 2. Показ на картинках разных способов плавания (кроль на груди и на спине)	1. Учить детей уверенно погружаться в воду с головой; 2. Упражнять в ходьбе вперед и назад (глубина по грудь), преодолевая сопротивление воды; 3. Приучать действовать организованно, не толкать друг друга.
ноябрь	1. Продолжать приучать детей самостоятельно погружаться в воду 2. Упражнять в умении выполнять выдох в воду	1. Продолжать учить детей делать выдох в воду 2. Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде	1. Продолжать учить детей делать выдох в воду 2. Формировать умение принимать горизонтальное положение тела в воде	1. Продолжать формировать умение делать глубокий и продолжительный выдох
декабрь	1. Учить передвигаться и ориентироваться под водой 2. Упражнять в умении лежать на воде	1. Учить детей лежать на поверхности воды 2. Воспитывать у детей инициативу и находчивость	1. Учить двигаться в воде прямо, боком 2. Познакомить с движениями ног в воде	1. Учить работать ногами, как при плавании кролем 2. Отрабатывать согласованность действий

январь			1. Учить детей выполнять скольжение 2. Упражнять в выполнении энергичного выдоха в воду	1. Продолжать учить скольжению на груди 2. Упражнять в выполнении выдоха в воду при горизонтальном положении тела
февраль	1. Закреплять умение свободно лежать на воде, всплывать 2. Учить выдоху в воду во время скольжения на груди	1. Учить детей всплывать и лежать на спине 2. Подготавливать к разучиванию движений руками как при плавании кролем	1. Ознакомить детей со скольжением на груди с выдохом в воду 2. Отрабатывать движения прямыми ногами, как при способе кроль	1. Формировать навыки лежания на спине 2. Воспитывать смелость
март	1. Учить скользить на спине 2. Ознакомить с движениями ног, лёжа на спине	1. Упражнять детей в скольжении 2. Ознакомить с сочетанием вдоха и выдоха в воду в горизонтальном положении	1. Формировать умение скользить на спине 2. Воспитывать самостоятельность, смелость	1. Закреплять умение выполнять выдох в воду 2. Показать детям скольжение с доской в руках
Апрель-май	1. Разучивать движения ногами в скольжении на груди с доской в руках 2. Учить передвигаться по дну с выполнением гребков руками	1. Учить согласовывать движения ног кролем на груди с дыханием в упоре на месте 2. Совершенствовать умение скользить на спине	1. Учить плавать на груди с доской в руках при помощи движений ног 2. Упражнять в скольжении на спине	1. Познакомить детей с упражнениями в скольжении на груди с движениями ног в сочетании с выдохом и вдохом

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН ПОД ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ ДЕТЕЙ В ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ГРУППЕ.

м-ц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
Сентябрь-октябрь			1. Продолжать учить детей всплывать и лежать на воде 2. Упражнять в умении делать глубокий вдох и продолжительный выдох	1. Продолжать учить детей всплывать и лежать на воде 2. Упражнять в умении делать глубокий вдох и продолжительный выдох

ноябрь	1. Продолжать учить всплывать и лежать на воде на спине 2. Закрепить выполнение упражнения «стрела»	1. Совершенствовать скольжение на груди и спине по поверхности воды 2. Учить действовать по сигналу преподавателя, согласовывая свои действия с действиями товарищей	1. Учить плавать кролем на груди и на спине с доской в руках 2. Закрепить умение выполнять выдохи в воду сериями	1. Продолжать учить детей движениям рук, как при плавании кролем 2. Учить сочетать скольжение с выдохом в воду
декабрь	1. Упражнять детей выполнять движения руками, как при плавании кролем 2. Побуждать плавать на груди и спине	1. Учить детей выполнять старт в воду из разных положений 2. Учить выполнять гребковые движения руками попеременно	1. Учить согласовывать движения ног кролем на груди с дыханием в упоре на месте 2. Совершенствовать умение скользить на спине	1. Учить согласовывать движения рук и дыхания, как при плавании способом кроль 2. Упражнять в выполнении старта в воду
январь			1. Развивать умение ориентироваться в глубокой воде 2. Совершенствовать умение выполнять скольжение на груди и на спине	1. Учить согласовывать дыхание с движениями при плавании «кролем» на груди и на спине 2. Совершенствовать движения ногами в положении на груди и на спине
февраль	1. Учить детей задерживать дыхание на счёт до 10 2. Выполнять упражнения «Поплавок», «Медуза» в быстром темпе 3. Воспитывать выдержку	1. Отрабатывать движения, как при плавании способом кроль 2. Учить выполнять движения в ускоренном темпе 3. Развивать выносливость	1. Продолжать учить чётко выполнять движения ногами (из положения на груди, на спине), свободно ориентироваться под водой 2. Упражнять в скольжении	1. Упражнять в выполнении движений руками, как при плавании кролем на груди и на спине 2. Закреплять умение набирать воздух и полностью выдыхать при глубоком приседе
март	1. Учить выполнять скольжение из любого и.п. 2. Совершенствовать умение правильно выполнять гребковые движения руками 3. Воспитывать настойчивость	1. Учить детей выполнять вдох и выдох с поворотом головы 2. Упражнять в прыжках с нырянием	1. Продолжать учить правильно выполнять движения ногами, делать вдох, выдох с поворотом головы 2. Упражнять в скольжении, прыжках с нырянием	1. Закреплять умение ритмично дышать 2. Продолжать учить выполнять скольжение на груди и на спине 3. Воспитывать желание выполнять упражнения правильно

Апрель-май	1. Учить согласовано выполнять движения руками, ногами с дыханием	1. Продолжать учить плавать способом «кроль», ритмично дыша	1. Совершенствовать умение согласовывать движения руками и дыхания при плавании способом кроль на груди	Диагностика плавательных умений 1. Плавание «кролем» на спине с полной координацией движений 2. Плавание «кролем» на груди с полной координацией движений
	2. Упражнять в скольжении на груди и на спине	2. Упражнять в нырянии	2. Упражнять в согласовании рук, ног и дыхания при плавании кролем на груди	
	3. Воспитывать ловкость	3. Закреплять правила поведения в воде		

– Способами определения результативности реализации данной программы является тестирование сформированности навыков плавания, которое проводится 2 раза в год (октябрь, апрель) в виде контрольных упражнений. Фундаментальной основой для создания системы мониторинга плавательных умений детей стали:

- программные требования Л.М.Денякиной, доцента кафедры начального образования Академии повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования.
- Методика оценки плавательных умений детей Т.Казаковцевой, кнп.
- Рекомендации В.К.Велитченко, заслуженного врача России.

Разработанная система мониторинга позволяет подойти к оценке качества плавательных умений дифференцированно. Для детей, имеющих группу здоровья ниже 3, в данном случае от количественных параметров следует отказаться с медицинской точки зрения, а учитывать только качественные показатели.

Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- открытые занятия для родителей в каждой возрастной группе;
- спортивные развлечения и праздники на воде и на суше;
- спартакиада дошкольников "Малышок".

Способы проверки ожидаемого результата

	Критерии	Показатели	Методы
1.	Потребность в познании.	Знания названий атрибутов для плавания, правил поведения в бассейне и на открытой воде. Знание способов и стилей плавания, водных видов спорта.	Информирование, беседа, игра, лекция, просмотр и анализ видеоматериалов, тестирование знаний
2.	Потребность заниматься.	Посещаемость занятий Активность на занятиях.	Анализ журнала посещаемости, мотивация, игровой метод, метод одобрения и поощрения.
3.	Самостоятельность и коммуникабельность, гуманное отношение со сверстниками.	Умение самостоятельно организовать игры в воде, демонстрировать свои успехи другим сверстникам Активное участие в спортивной жизни ДОУ и в городских мероприятиях. Умение исправить ошибки в элементах у себя и у своих сверстников.	Игровой метод, мотивация, личный пример, метод анализа, метод одобрения.

4.	Опыт ЗОЖ.	Потребность в самостоятельных дополнительных занятиях. Самообслуживание, гигиена.	Мотивация, наблюдение, прогноз, метод одобрения, личный пример.
----	-----------	--	---

2.2 Способы и направления поддержки детской инициативы

Чтобы дети верили в себя, развивались и экспериментировали, взрослые – и педагоги, и родители, должны подкреплять детскую инициативу, даже когда она сопровождается ошибками, поскольку, развитие – это всегда что-то новое, а новое всегда сопровождается и ошибками в том числе.

Способы поддержки инициативы детей:

- создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности;
- создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
- недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности.

Направления поддержки детской инициативы:

- творческая инициатива – предполагает включенность ребенка в игру как основную творческую деятельность, где развиваются воображение, образное мышление;
 - инициатива как целеполагание и волевое усилие – предполагает включенность ребенка в разные виды продуктивной деятельности;
 - коммуникативная инициатива – предполагает включенность ребенка во взаимодействие со сверстниками, где развиваются эмпатия, коммуникативная функция речи;
 - познавательная инициатива – предполагает любознательность, включенность в экспериментирование, простую познавательно-исследовательскую деятельность, где развиваются способности устанавливать пространственно-временные, причинно-следственные и родовидовые отношения.
- учитывать индивидуальные особенности детей, стремиться найти подход к застенчивым, нерешительным, конфликтным, непопулярным детям;
- в ходе занятий и в повседневной жизни терпимо относиться к затруднениям ребенка, позволять действовать ему в своем темпе
- уважать и ценить каждого ребенка независимо от его достижений, достоинств и недостатков

2.3. Особенности сотрудничества с семьей

В течение учебного года проводятся регулярные встречи с родителями для обсуждения вопросов содержания образовательного процесса по данному направлению Программы. Встречи организуются и проводятся в разных формах: традиционные, нетрадиционные, индивидуальные, групповые, очные и дистанционные.

Сроки	Группы	Вид и форма взаимодействия с родителями		Цель проведения
Сентябрь	Все возрастные группы	Информационно – ознакомительные собрания	Групповые консультации	<p>Аншлаги, буклеты, листовки; публикации, выступления в СМИ; информационные папки в группах; памятки и информационные письма для родителей; – уголок для родителей (содержит материалы информационного характера – правила для родителей, распорядок дня, объявления различного характера; материалы, освещающие вопросы воспитания детей в детском саду и семье); наглядная психолого-педагогическая информация и информация по обеспечению безопасности детей на стендах в группах и на сайте)</p> <p>проводятся для знакомства с задачами воспитания и обучения детей на данный учебный год: с целью разъяснения положений (относительно возрастной группы детей) «Основной образовательной программы дошкольного образования МОУ «Лицей №1»;</p> <p>- с образовательно – воспитательным процессом, организованным в дошкольном учреждении в соответствии с возрастной группой;</p> <p>- с применяемыми образовательными технологиями, в том числе с технологией М. Монтессори и определение совместной позиции, стратегии по воспитанию детей в дошкольном учреждении и семье</p> <p>-с целью ознакомления родителей с индивидуальной картой достижений ребенка и правилами ее заполнения (самостоятельное ведение ее родителями в семье, а начиная, со старшего дошкольного возраста совместно с ребенком).</p>
Май	Вторые младшие группы	Информационно - ознакомительные собрания		<p>Для вновь поступающих родителей с целью</p> <p>-знакомство родителей с администрацией учреждения</p> <p>-знакомство с нормативно – правовыми документами, регулирующими отношения между родителями и социальным институтом</p> <p>-презентация родителям общей организации работы дошкольного отделения МОУ «Лицей №1»</p>

В течение года	Все возрастные группы	Информирование родителей через сайт МОУ «Лицей №1»		знакомство родителей с помощью современных информационных средств, с жизнью дошкольного отделения: с новости дошкольного отделения, нормативно – правовыми документами, информацией об оказании дополнительных платных образовательных услуг
август-сентябрь		Индивидуальные собеседования		Проводятся для родителей, поступающих в группы дошкольного отделения, с целью ознакомления с с целью ознакомления и разъяснения положений педагогической системы М. Монтессори, особенностей организации воспитательно-образовательного процесса и организации предметно-пространственной среды. Определение совместной позиции, стратегии по воспитанию детей в дошкольном учреждении и семье.
В течение уч. года (не реже 2х раз в год)	Все возрастные группы	Индивидуальные беседы		Проводятся с целью сообщения родителям информации об основных достижениях ребенка и возможных затруднениях, во вторых младших группах - о проблемах в адаптационный период (в первые дни, недели, месяцы). Так же с родителями проводится беседа о построении позитивных взаимоотношении с педагогическим и обслуживающим персоналом (педагоги группы, музыкальный руководитель, педагог - психолог, инструктор по физической культуре, администрацией, медицинским персоналом, младшими воспитателями). Такие индивидуальные беседы могут проводится и по запросам родителей в ходе реализации проектной

Ноябрь Февраль	Все возрастные группы	Детско-родительские встречи с показом детской деятельности по итогам работы над тематическим образовательным проектом	(совместный с родителями педагогический мониторинг развития детей; совместные детско-родительские проекты; выставки работ, выполненные детьми и их родителями; совместные вернисажи; участие в мастер-классах (а также их самостоятельное проведение); совместное творчество детей, родителей и педагогов; создание семейного портфолио; помощь в сборе природного и бросового материала для творческой деятельности детей; участие в ремонте и благоустройстве детского сада; помощь в подготовке журналов для родителей, буклетов, видеофильмов о жизни детей в детском саду; помощь в подготовке фотоотчёта о прошедшем мероприятии; участие в экспертизе качества развивающей предметно-пространственной среды и др.).	деятельности в группе. для ознакомления родителей с воспитательно-образовательным процессом в дошкольном отделении, с предоставлением возможности активного наблюдения за достижениями своего ребенка и других детей, а также приобретения опыта взаимодействия с ребенком в специально подготовленной среде; - с целью приобретения детьми опыта речевой презентации своей деятельности, закрепления нравственно-этических норм в поведении и взаимоотношении (уважительного отношения к товарищам по группе), упражнение детей в умении публично высказывать свое мнение; - приобретение уверенности, преодоление застенчивости; - развитие волевых качеств; - способности у старших детей рефлексировать свое состояние и свою деятельность для формирования уверенности в себе; - для обмена мнениями по наблюдаемому процессу, выявлению насущных проблем, решению частных проблем группы с родителями.
Март- Апрель	Средние, старшие, подготовительные группы	Детско-родительские встречи с показом детской театральной деятельности	занятия с участием родителей; чтение детям сказок, рассказывание историй; беседы с детьми на различные темы; театральные представления с участием родителей	Проводятся с целью знакомства родителей с творческой деятельностью детей и педагогов по образовательным областям
Апрель- май	Подготовительные группы	Родительское собрание с показом детской деятельности детей подготовительных групп		Проводятся с целью ознакомления родителей с результативностью работы педагогического коллектива по подготовке детей к школе на

				материалах диагностических исследований по успешности обучения, социализации и адаптации детей 1 – х классов.
Октябрь, декабрь, март, май		Детские музыкальные событийные праздники Выпускной праздник		Проводятся с целью знакомства родителей с развитием ребенка, его творческими способностями, индивидуальным самовыражением; - развития форм сотворчества в реализации задач детских праздников (помощь родителей детям в подготовке костюмов, совместных номеров, оформлении зала и т.д.)
Ноябрь Февраль Июнь		Неделя здоровья Детские спортивные праздники (малые зимние и летние олимпийские игры) Праздник на воде		Проводятся с целью знакомства родителей с развитием ребенка, его творческими способностями, индивидуальным самовыражением; - развития форм сотворчества в реализации задач детских праздников (помощь родителей детям в подготовке костюмов, совместных номеров, оформлении зала и т.д.)
В течение учебного года	Все возрастные группы	Участие в конкурсах на разных уровнях		с целью развития социальной позиции, активности, ответственности, сплоченности дошкольного учреждения и семьи; развитие творческих и креативных способностей детей
В течение уч. года	Все возрастные группы	«Родительский университет» по темам		проводится с привлечением специалистов по вопросам психологии взаимодействия, развития и воспитания детей в целях повышения педагогической и психологической компетентности родителей
Апрель	Все возрастные группы	Мониторинг удовлетворенности качеством предоставляемых в дошкольном	информационно-аналитические (Проводится с целью анализа эффективности мероприятий, проводимых в течении учебного года и обсуждения стратегии

		отделении образовательных услуг родителями воспитанников (анкетирование)		развития дошкольного отделения
--	--	--	--	--------------------------------

Для установления партнерских отношений с родителями, совместно обсуждаются особенности текущего процесса, анализируются и оцениваются успехи и трудности, возникающие в работе группы и, исходя из них, планируется изменение тактики поведения как со стороны педагогов в группе, так и со стороны родителей в семье. Для этого организуется процесс эффективной поддержки педагогов и родителей в нахождении личностного смысла в саморазвитии и повышении своей психолого - педагогической компетентности в интересах полноценного развития и успешной социализации детей.

2.3. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

Образовательная область	Формы взаимодействия с семьями воспитанников
Физическое развитие	<ol style="list-style-type: none"> 1. Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, фельдшером и родителями. Ознакомление родителей с результатами. 2. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование. 3. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДО и семье: <ul style="list-style-type: none"> ➤ 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 ДО. 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.

Мониторинг освоения детьми образовательной программы проводится два раза в год – 3 – 4 неделя сентября и 3-4 неделя апреля. В ней принимают участие заместитель директора по УВР, инструктор по физической культуре, старший воспитатель, воспитатели группы. В ходе диагностики оцениваются динамика состояние здоровья детей, степень сформированности двигательных навыков и физических качеств, их количественные показатели.

Для оценки физических качеств используются возрастно-половые показатели детей дошкольного возраста разработанные Санкт-Петербургским государственным педагогическим университетом им. А.И. Герцена (Н.А. Ноткина).

Для оценки степени сформированности двигательных навыков используется методика Г.Лесковой и Н. Ноткиной.

Результаты мониторинга анализируются и обсуждаются на микроконсилиумах с участием специалистов ДО. Это дает возможность скорректировать воспитательно-образовательную работу, при необходимости внести определенные изменения в комплексно-тематическое планирование, наметить перспективы в работе.

3. Организационный раздел

3.1. Создание развивающей предметно- пространственной среды

В ДОУ имеются спортивный зал и плавательный бассейн, они предназначены для проведения занятий и индивидуальной работы, праздников, развлечений, для проведения утренней гимнастики, физкультурных досугов, соревнований.

Оборудование для физкультурных занятий: разнообразный спортивный инвентарь и спортивные атрибуты для физического развития детей.

Предметно-развивающая среда по физическому развитию Материально техническое оснащение.

№п/п	Наименование спортивного инвентаря	Количество:
1	скакалки	19
2	Обручи плоские	20
3	обручи	29
4	конусы	22
5	Мячи баскетб	8
6	Мячи футбольные	4
7	Мячи большие рез	16
8	Мячи малые	26
9	Бруски пласт	9
10	Шайбы пласт	20
11	Кегли	18
12	Мячи массаж. малые	19 (больш - 5)
13	Кубики	Б - 24 м - 7
14	Мячи цвет. мал	8
15	Массаж валики	10
16	Массаж. мячи	Б-5 м - 5
17	Массаж. палочки	5
18	Дорожка со следами	3
19	Дорожки пласт	2
20	Мячи футб. больш	2
21	Флажки	48
22	Кольцеброс	2
23	Мягкие мячи	2
24	Мячи большие	3
25	Модули мягк (кочки)	24
26	Мячи (бассейн)	33
27	Канаты	2
28	Снежки	20
29	Палки гимн пласт	Мал - 18, сред - 15, б - 8
30	Палки гимн деревян	22
31	туннели	4
32	кляшки	19
33	Палки (модули)	8
34	Квадраты (модули)	5
35	Прямоугольники (модули)	4
36	Прямоугольники мал	Син - 5 жел - 3
37	Кочки шир (модули)	4
38	Куб малый	1

39	Куб большой	1
40	Прямоугольный большой	2
41	Дартс	1
42	Шайбы набив	4
43	Машинки	5
44	Маты	5
45	Кольцо баскет	1
46	Плавательные досочки	12
47	Нудлы	12
48	Тонущие игрушки	6
49	Плавающие игрушки	12
50	Спасательный круг	1
51	Тонущий обруч	3
52	Плавающий обруч	3
53	Мячи	20

Для осуществления образовательной деятельности с детьми используются различные средства обучения и воспитания, в том числе технические, визуальные и аудиовизуальные.

В учреждении имеются следующие технические средства обучения и воспитания: музыкальный центр, синтезатор, телевизор, интерактивная доска.

3.2. Методическое обеспечение Программы

Описание обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания

Направления развития детей	Методические пособия	Наглядно-дидактические пособия
Обязательная часть		
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> • Игры-занятия на прогулке с малышами. Для занятий с детьми 2-4 лет. ФГОС. С. Теплюк Мозаика-Синтез, 2014. • Физкультурные занятия в детском саду. Вторая младшая группа. Конспекты занятий / Л. И. Пензулаева – М.: Мозаика-Синтез, 2012. – 80 с. • Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Средняя группа (4–5 лет). • Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа (5–6 лет). • Пензулаева Л. И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа (6–7 лет). • Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–7 лет. • Сборник подвижных игр / Автор-сост. Э. Я. Степаненкова • Борисова М. М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3–7 лет. • Азбука плавания / А. Литвинов, Е. Ивченко, В. Федчин. • Обучение плаванию в детском саду / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Т.Л. Богина. 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Новикова И.М. Формирование представления о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5 -7 лет. • Пензулаева, Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7 лет/Л. И. Пензулаева. -М.: Владос, 2001. • Е.К Воронова "Программа обучения плаванию в д/с" СП,2003 • Азбука плавания / А. Литвинов, Е. Ивченко, В. Федчин. • Новикова И.М. Формирование представления о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5 -7 лет.
Часть, формируемая участниками образовательных отношений	
Дополнительная литература	<ul style="list-style-type: none"> • Мальми В. Народные игры Карелии. – Петрозаводск, 1994г. • «Играйте на здоровье! Физическое воспитание детей 3-7 лет.» Программа, конспекты занятий, материалы для бесед, методика обучения в разновозрастных группах \ Л.Н. Волошина, Т.В. Курилова - М.: Вентана- Граф, 2015.-224 с. • М. Рыбак, Г. Глушкова, Г. Поташова «Раз, два, три плыви»

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575861

Владелец Гуденко Анжелика Витальевна

Действителен с 23.04.2021 по 23.04.2022