

**ПРИНЯТА**

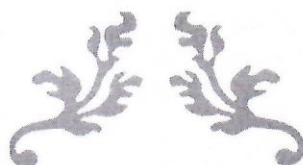
Педагогическим советом  
ГБДОУ детского сада № 39 Невского  
района Санкт-Петербурга

(протокол от 31.08.2023 № 1)

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом заведующего  
ГБДОУ детского сада № 39 Невского  
района Санкт-Петербурга  
От 31.08.2023 № \_\_\_\_\_ Од

(Л.В.Лялина)



---

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

---

По направлению «Физическое развитие»  
(средние группы А,Б)  
к основной общеобразовательной программе  
«Образовательная программа дошкольного образования»



## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>1. Целевой раздел</b> .....	<b>2</b>
1.1. Пояснительная записка. ....	2
1.2. Планируемые результаты освоения образовательной программы. ....	5
1.3. Педагогическая диагностика достижения планируемых результатов. ....	7
<b>2. Содержательный раздел</b> .....	<b>8</b>
2.1. Задачи и содержание образования (обучения и воспитания) по образовательной области «Физическое развитие» .....	8
2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Рабочей Программы. ....	11
2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик .....	12
2.4. Способы и направления поддержки детской инициативы .....	15
2.5. Особенности взаимодействия педагогов с семьями обучающихся .....	17
<b>3. Организационный раздел</b> .....	<b>20</b>
3.1. Условия реализации образовательной программы .....	20
3.1.1. Особенности организации, развивающей предметно- пространственной среды. ....	21
3.1.2. Материально-техническое обеспечение Рабочей программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания .....	22
3.1.3. Примерный перечень литературных и музыкальных произведений для реализации Федеральной программы .....	22
3.1.4. Кадровое обеспечение .....	23
3.2. Структура реализации образовательной деятельности .....	23
Приложение .....	24

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа средних групп №6 и №9 (далее Рабочая программа) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №39 Невского района Санкт-Петербурга (далее – ДОО), реализующей образовательную программу дошкольного образования, разработана в соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ), Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, образовательной программой дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 39 Невского района Санкт-Петербурга.

Рабочая программа является педагогическим документом инструктора по физической культуре, обеспечивающим систему образовательной работы с детьми по реализации образовательной программы дошкольного образования в группах общеразвивающей направленности на русском языке в очной форме.

Рабочая программа предусматривает реализацию образовательной программы дошкольного образования в группе с 12-часовым пребыванием воспитанников при пятидневной рабочей неделе.

**Сроки реализации рабочей программы:** 01 сентября 2023 г. – 31 августа 2024 года

### *Принципы и подходы к формированию Рабочей программы*

1) полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возрастов), 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 родителей (законных представителей), совершеннолетних членов семьи, принимающих участие в воспитании детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов, а также педагогических работников (далее вместе - взрослые);

4) признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;

5) поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;

6) сотрудничество ДОО с семьей;

7) приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;

8) формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;

9) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);

10) учет этнокультурной ситуации развития детей.

**Цель реализации Рабочей программы:** создать каждому ребенку в детском саду условия для разностороннего развития ребенка в период дошкольного детства с учетом возрастных и индивидуальных особенностей на основе духовно-нравственных ценностей российского народа, исторических и национально-культурных традиций.

К традиционным российским духовно-нравственным ценностям относятся, прежде всего, жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, служение Отечеству и ответственность за его судьбу, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России (Пункт 5 Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей, утвержденных Указом Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. N 809 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2022, N 46, ст. 7977)).

#### **Задачи реализации Рабочей программы:**

- обеспечение единых для Российской Федерации содержания дошкольного образования и планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования;
- приобщение детей (в соответствии с возрастными особенностями) к базовым ценностям русского народа - жизнь, достоинство, права и свободы человека, патриотизм, гражданственность, высокие нравственные идеалы, крепкая семья, созидательный труд, приоритет духовного над материальным, гуманизм, милосердие, справедливость, коллективизм, взаимопомощь и взаимоуважение, историческая память и преемственность поколений, единство народов России; создание условий для формирования ценностного отношения к окружающему миру, становления опыта действий и поступков на основе осмысления ценностей;
- построение (структурирование) содержания образовательной деятельности на основе учета возрастных и индивидуальных особенностей развития;
- создание условий для равного доступа к образованию для всех детей дошкольного возраста с учетом разнообразия образовательных потребностей и индивидуальных возможностей;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение развития физических, личностных, нравственных качеств и основ патриотизма, интеллектуальных и художественно-творческих способностей ребенка, его инициативности, самостоятельности и ответственности;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, обучения и развития, охраны и укрепления здоровья детей, обеспечения их безопасности;
- достижение детьми на этапе завершения дошкольного образования уровня развития, необходимого и достаточного для успешного освоения ими образовательных программ начального общего образования.

#### ***Психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей группы №6\_ и №9\_.***

По данным воспитателей и результатам педагогической диагностики инструктора по физической культуре большинство детей демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

- проявляют элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включаются в подвижные игры, стремятся к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняют простейшие правила построения и перестроения, выполняют ритмические упражнения под музыку;
- демонстрируют координацию движений при выполнении упражнений,

сохраняют равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способны реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе;

- владеют культурно-гигиеническими навыками: умывание, одевание и тому подобное, соблюдают требования гигиены, имеют первичные представления о факторах, положительно влияющих на здоровье;
- проявляют доверие к миру, положительно оценивают себя, говорят о себе в первом лице;
- откликаются эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроены в отношении других детей;
- владеют элементарными нормами и правилами поведения, связанными с определенными разрешениями и запретами ("можно", "нельзя"), демонстрируют стремление к положительным поступкам;
- демонстрируют интерес к сверстникам в повседневном общении и бытовой деятельности, владеют элементарными средствами общения в процессе взаимодействия со сверстниками;
- проявляют интерес к правилам безопасного поведения; осваивают безопасные способы обращения со знакомыми предметами ближайшего окружения;
- включаются в совместную деятельность со взрослым, подражают его действиям, отвечают на вопросы взрослого и комментируют его действия в процессе совместной деятельности;
- используют речевые формы вежливого общения;
- понимают содержание литературных произведений и участвуют в их драматизации, рассматривают иллюстрации в книгах, запоминают небольшие потешки, стихотворения, эмоционально откликаются на них;
- демонстрируют умения вступать в речевое общение со знакомыми взрослыми: понимают обращенную к нему речь, отвечают на вопросы, используя простые распространенные предложения; проявляют речевую активность в общении со сверстником;
- совместно со взрослым пересказывают знакомые сказки, короткие стихи
- демонстрируют познавательную активность в деятельности, проявляют эмоции удивления в процессе познания, отражают в общении и совместной деятельности со взрослыми и сверстниками полученные представления о предметах и объектах ближайшего окружения, задают вопросы констатирующего и проблемного характера;
- проявляют потребность в познавательном общении со взрослыми; демонстрируют стремление к наблюдению, сравнению, обследованию свойств и качеств предметов, к простейшему экспериментированию с предметами и материалами: проявляют элементарные представления о величине, форме и количестве предметов и умения сравнивать предметы по этим характеристикам;
- проявляют интерес к миру, к себе и окружающим людям;
- знают об объектах ближайшего окружения: о родном населенном пункте, его названии, достопримечательностях и традициях;
- имеют представление о разнообразных объектах живой и неживой природы ближайшего окружения, выделяют их отличительные особенности и свойства, различают времена года и характерные для них явления природы, имеют представление о сезонных изменениях в жизни животных, растений и человека,

интересуются природой, положительно относятся ко всем живым существам, знает о правилах поведения в природе, заботятся о животных и растениях, не причиняют им вред;

- способны создавать простые образы в рисовании и аппликации, строить простую композицию с использованием нескольких цветов, создавать несложные формы из глины и теста, видоизменять их и украшать; использовать простые строительные детали для создания постройки с последующим ее анализом;
- с интересом вслушиваются в музыку, запоминают и узнают знакомые произведения, проявляют эмоциональную отзывчивость, различают музыкальные ритмы, передают их в движении;
- активно взаимодействуют со сверстниками в игре, принимают на себя роль и действуют от имени героя, строят ролевые высказывания, используют предметы-заместители, разворачивают несложный игровой сюжет из нескольких эпизодов;
- в дидактических играх действуют в рамках правил, в театрализованных играх разыгрывают отрывки из знакомых сказок, рассказов, передают интонацию и мимические движения.

## 1.2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного возраста и системные особенности ДО делают непропорциональными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому планируемые результаты освоения Федеральной образовательной программы представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка дошкольного возраста на разных возрастных этапах и к завершению ДО.

Обозначенные в Рабочей программе возрастные ориентиры имеют условный характер, что предполагает широкий возрастной диапазон для достижения ребенком планируемых результатов. Это связано с неустойчивостью, гетерохронностью и индивидуальным темпом психического развития детей в дошкольном детстве, особенно при прохождении критических периодов. По этой причине ребенок может продемонстрировать обозначенные в планируемых результатах возрастные характеристики развития раньше или позже заданных возрастных ориентиров.

К пяти годам:

- ребенок проявляет интерес к разнообразным физическим упражнениям, действиям с физкультурными пособиями, настойчивость для достижения результата, испытывает потребность в двигательной активности;
- ребенок 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;
- ребенок стремится узнать о правилах здорового образа жизни, готов элементарно охарактеризовать свое самочувствие, привлечь внимание взрослого в случае недомогания;
- ребенок стремится к самостоятельному осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации;
- ребенок выполняет самостоятельно правила общения со взрослым, внимателен к его словам и мнению, стремится к познавательному, интеллектуальному общению со взрослыми: задает много вопросов поискового характера, стремится к одобряемым формам поведения, замечает ярко выраженное эмоциональное

состояние окружающих людей, по примеру педагога проявляет сочувствие;

- ребенок без напоминания взрослого здоровается и прощается, говорит "спасибо" и "пожалуйста";
- ребенок демонстрирует стремление к общению со сверстниками, по предложению педагога может договориться с детьми, стремится к самовыражению в деятельности, к признанию и уважению сверстников;
- ребенок познает правила безопасного поведения и стремится их выполнять в повседневной жизни;
- ребенок самостоятелен в самообслуживании;
- ребенок проявляет познавательный интерес к труду взрослых, профессиям, технике; отражает эти представления в играх;
- ребенок стремится к выполнению трудовых обязанностей, охотно включается в совместный труд со взрослыми или сверстниками;
- ребенок инициативен в разговоре, использует разные типы реплик и простые формы объяснительной речи, речевые контакты становятся более длительными и активными;
- ребенок большинство звуков произносит правильно, пользуется средствами эмоциональной и речевой выразительности;
- ребенок самостоятельно пересказывает знакомые сказки, с небольшой помощью взрослого составляет описательные рассказы и загадки;
- ребенок проявляет словотворчество, интерес к языку, с интересом слушает литературные тексты, воспроизводит текст;
- ребенок способен рассказать о предмете, его назначении и особенностях, о том, как он был создан;
- ребенок проявляет стремление к общению со сверстниками в процессе познавательной деятельности, осуществляет обмен информацией; охотно сотрудничает со взрослыми не только в совместной деятельности, но и в свободной самостоятельной; отличается высокой активностью и любознательностью;
- ребенок активно познает и называет свойства и качества предметов, особенности объектов природы, обследовательские действия; объединяет предметы и объекты в видовые категории с указанием характерных признаков;
- ребенок задает много вопросов поискового характера, включается в деятельность экспериментирования, использует исследовательские действия, предпринимает попытки сделать логические выводы;
- ребенок с удовольствием рассказывает о себе, своих желаниях, достижениях, семье, семейном быте, традициях; активно участвует в мероприятиях и праздниках, готовящихся в группе, в ДОО, имеет представления о малой родине, названии населенного пункта, улицы, некоторых памятных местах;
- ребенок 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;
- ребенок владеет количественным и порядковым счетом в пределах пяти,

умением непосредственно сравнивать предметы по форме и величине, различает части суток, знает их последовательность, понимает временную последовательность "вчера, сегодня, завтра", ориентируется от себя в движении; использует математические представления для познания окружающей действительности;

- ребенок проявляет интерес к различным видам искусства, эмоционально откликается на отраженные в произведениях искусства действия, поступки, события;
- ребенок проявляет себя в разных видах музыкальной, изобразительной, театрализованной деятельности, используя выразительные и изобразительные средства;
- ребенок использует накопленный художественно-творческий опыт в самостоятельной деятельности, с желанием участвует в культурно-досуговой деятельности (праздниках, развлечениях и других видах культурно-досуговой деятельности);
- ребенок создает изображения и постройки в соответствии с темой, используя разнообразные материалы, владеет техническими и изобразительными умениями;
- ребенок называет роль до начала игры, обозначает новую роль по ходу игры, активно использует предметы-заместители, предлагает игровой замысел и проявляет инициативу в развитии сюжета, активно включается в ролевой диалог, проявляет творчество в создании игровой обстановки;
- ребенок принимает игровую задачу в играх с правилами, проявляет интерес к результату, выигрышу; ведет негромкий диалог с игрушками, комментирует их "действия" в режиссерских играх.

Степень выраженности возрастных характеристик возможных достижений может различаться у детей одного возраста по причине высокой индивидуализации их психического развития и разных стартовых условий освоения образовательной программы. Обозначенные различия не должны быть констатированы как трудности ребенка в освоении образовательной программы ДОО и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

### 1.3. ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребенка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребенка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

#### **Итоги мониторинговых исследований за 2022-2023 учебный год**

По данным мониторинговых исследований за двигательной деятельностью воспитанников движения детей стали значительно более уверенными и разнообразными, отмечается их соответствие возрастным возможностям. Дети проявляют положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, в тоже время стремление к самостоятельной двигательной деятельности различно.



По сведениям медицинских работников воспитанники средних групп №6 и №9, в основном имеют II группу здоровья, могут получать образование по направлению «Физическое развитие» в основной физкультурной группе. Детей с ограниченными возможностями в группах нет.

Детей, требующих разработки индивидуального маршрута, нет.

Педагогическая диагностика проводится 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 группы. (см. Приложение «Педагогическая диагностика»).

## **2.СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. ЗАДАЧИ И СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

#### ***Задачи:***

- ✓ 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 ребенка, 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.***

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 и строевые упражнения).

Основные движения:

*бросание, катание, ловля, метание:* прокатывание мяча между линиями, шнурами, палками (длина 2 - 3 м), положенными (на расстоянии 15 - 20 см одна от другой) и огибая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70 - 80 см; прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога; прокатывание обруча друг другу в парах; подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол; бросание и ловля мяча в паре; перебрасывание мяча друг другу в кругу; бросание мяча двумя руками из-за головы стоя; скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет; отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд; подбрасывание и ловля мяча не менее 3 - 4 раз подряд; бросание мяча двумя руками из-за головы сидя; бросание вдаль; попадание в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2 - 2,5 м;

*ползание, лазанье:* ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями, по наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками; проползание в обручи, под дуги; влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек; переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1 - 2 рейки, ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони; подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком;

*ходьба:* ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа; на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру; перешагивая предметы; чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой", с остановкой по сигналу, в противоположную сторону; со сменой ведущего; в чередовании с бегом, прыжками; приставным шагом вперед, в сторону, назад на месте; с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной);

*бег:* бег в колонне по одному, на носках, высоко поднимая колени; обегая предметы; на месте; бег в рассыпную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне; в парах; по кругу, держась за руки; со сменой направляющего, меняя направление движения и темп; непрерывный бег 1 - 1,5 мин; пробегание 30 - 40 м в чередовании с ходьбой 2 - 3 раза; медленный бег 150 - 200 м; бег на скорость 20 м; челночный бег 2х5 м; перебегание подгруппами по 5 - 6 человек с одной стороны площадки на другую; бег в рассыпную с ловлей и увертыванием;

*прыжки:* прыжки на двух ногах на месте, с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь, стараясь достать предмет, подвешенный над головой; подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2 - 3 м; перепрыгивание через шнур, кубик (высота 5 см), через 4 - 6 линий (расстояние между линиями 40 - 50 см); выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами; прыжки в длину с места; спрыгивание со скамейки; прямой галоп; попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой;

*упражнения в равновесии:* ходьба по доске, по скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны); ходьба по доске до конца и обратно с поворотом; ходьба по наклонной доске вверх и вниз; стойка на одной ноге, вторая поднята коленом вперед, в сторону, руки в стороны или на поясе; пробегание по наклонной доске вверх и вниз; ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней; кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

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); переключивание предмета из одной руки в другую; сгибание и разгибание рук, махи руками; сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями; выполнение упражнений пальчиковой гимнастики; повороты головы вправо и влево, наклоны головы;

*упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:* наклоны вперед, вправо, влево, повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя; поочередное поднятие ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках;

*упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса:* сгибание и разгибание ног; отведение ноги вперед, в сторону, назад; выставление ноги на пятку (носок); приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны; поднятие на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и перекалывание предметов с места на место.

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. К предметам и пособиям, названным ранее, добавляются малые мячи, косички, палки, обручи и другое. Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

#### Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуемые упражнения: ритмичная ходьба под музыку в разном темпе; на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком, прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким поднятием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку; выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм, повороты, поочередное "выбрасывание" ног, движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

#### Строевые упражнения:

построение в колонну по одному, по два, по росту, враспынную; размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без; перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении; повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

**2) 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).

**3) Спортивные упражнения:** педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе. Катание на санках, лыжах, велосипеде может быть организовано в самостоятельной двигательной деятельности в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

*Катание на санках:* подъем с санками на гору, скатывание с горки, торможение при спуске, катание на санках друг друга.

*Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:* по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью.

*Ходьба на лыжах:* скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору "ступающим шагом" и "полуелочкой".

*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.

При невозможности создания необходимых материалов по теме для обучения детей спортивным упражнениям в домашних условиях будет предоставлен родителям в текстовом или видео формате.

#### 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, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое), 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.

Дни здоровья проводятся 1 раз в три месяца. В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

## 2.2. ВАРИАТИВНЫЕ ФОРМЫ, СПОСОБЫ, МЕТОДЫ И СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Реализация рабочей программы осуществляется в первую очередь через двигательную деятельность детей (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр и др.), проводимую с игровой направленностью. В процессе физкультурных занятий – как основной формы обучения, воспитания и развития по образовательной области «Физическое развитие», ребенок включается и в другие виды деятельности:

- общение со взрослым и сверстниками (ситуативно-деловое);
- речевая деятельность (слушание речи взрослого и сверстников, диалогическая и монологическая речь);
- познавательно-исследовательская деятельность и экспериментирование; элементы конструирования;
- элементарная трудовая деятельность (самообслуживание);
- музыкальная деятельность (музыкально-ритмические движения).

Для достижения задач воспитания в ходе реализации Рабочей программы могут использоваться следующие методы:

- организации опыта поведения и деятельности (приучение к положительным формам общественного поведения, воспитывающие ситуации, игровые методы);
- осознания детьми опыта поведения и деятельности (разъяснение норм и правил

поведения, этические беседы, обсуждение поступков и жизненных ситуаций, личный пример);

- мотивации опыта поведения и деятельности (поощрение, методы развития эмоций, игры, соревнования).

При организации обучения используются традиционные методы (словесные, наглядные, практические) методы, в основу которых положен характер познавательной деятельности детей:

1) при использовании информационно-рецептивного метода предъявляется информация, организуются действия ребенка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, рассказы педагога или детей);

2) репродуктивный метод предполагает создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца педагога, беседа);

3) метод проблемного изложения представляет собой постановку проблемы и раскрытие пути ее решения в процессе организации опытов, наблюдений;

4) при применении эвристического метода (частично-поискового) проблемная задача делится на части - проблемы, в решении которых принимают участие дети (применение представлений в новых условиях);

5) исследовательский метод включает составление и предъявление проблемных ситуаций, ситуаций для экспериментирования и опытов (творческие задания).

При выборе методов воспитания и обучения учитываются возрастные и личностные особенности детей, реализуемые цели и задачи. Как правило, используется комплекс методов.

При реализации Рабочей программы используются различные средства, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов:

- демонстрационные и раздаточные;
- визуальные, аудиальные;
- естественные и искусственные;
- реальные.

Средства воспитания и обучения, в том числе технические, игровое, спортивное, оздоровительное оборудование, инвентарь, используются из имеющиеся в ДОО.

Вариативность форм, методов и средств реализации Рабочей программы зависит не только от учета возрастных особенностей обучающихся, их индивидуальных и особых образовательных потребностей, но и от личных интересов, мотивов, ожиданий, желаний детей. Важное значение имеет признание приоритетной субъективной позиции ребенка в образовательном процессе.

Выбор форм, методов, средств реализации Рабочей программы, адекватных образовательным потребностям и предпочтениям детей, их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает их вариативность.

### 2.3. ОСОБЕННОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗНЫХ ВИДОВ И КУЛЬТУРНЫХ ПРАКТИК

Образовательная деятельность включает:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов детской деятельности;

- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных процессов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы дошкольного образования.

В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, выбирается один или несколько вариантов совместной деятельности:

1) совместная деятельность педагога с ребенком, где, взаимодействуя с ребенком, он выполняет функции педагога: обучает ребенка чему-то новому;

2) совместная деятельность ребенка с педагогом, при которой ребенок и педагог - равноправные партнеры;

3) совместная деятельность группы детей под руководством педагога, который на правах участника деятельности на всех этапах ее выполнения (от планирования до завершения) направляет совместную деятельность группы детей;

4) совместная деятельность детей со сверстниками без участия педагога, но по его заданию. Педагог в этой ситуации не является участником деятельности, но выступает в роли ее организатора, ставящего задачу группе детей, тем самым, актуализируя лидерские ресурсы самих детей;

Организуя различные виды деятельности, педагог учитывает опыт ребенка, его субъектные проявления (самостоятельность, творчество при выборе содержания деятельности и способов его реализации, стремление к сотрудничеству с детьми, инициативность и желание заниматься определенным видом деятельности). Эту информацию педагог может получить в процессе наблюдения за деятельностью детей в ходе проведения педагогической диагностики. На основе полученных результатов организуются разные виды деятельности, соответствующие возрасту детей. В процессе их организации педагог создает условия для свободного выбора детьми деятельности, оборудования, участников совместной деятельности, принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей, поддерживает детскую инициативу и самостоятельность, устанавливает правила взаимодействия детей. Педагог использует образовательный потенциал каждого вида деятельности для решения задач воспитания, обучения и развития детей.

Все виды деятельности взаимосвязаны между собой, часть из них органично включается в другие виды деятельности (например, коммуникативная, познавательно-исследовательская). Это обеспечивает возможность их интеграции в процессе образовательной деятельности.

Игра занимает центральное место в жизни ребенка, являясь преобладающим видом его самостоятельной деятельности. В игре закладываются основы личности ребенка, развиваются психические процессы, формируется ориентация в отношениях между людьми, первоначальные навыки кооперации. Играя вместе, дети строят свои взаимоотношения, учатся общению, проявляют активность и инициативу и другое. Детство без игры и вне игры не представляется возможным.

Игра в педагогическом процессе выполняет различные функции: обучающую, познавательную, развивающую, воспитательную, социокультурную, коммуникативную, эмоциогенную, развлекательную, диагностическую, психотерапевтическую и другие.

В образовательном процессе игра занимает особое место, выступая как форма организации жизни и деятельности детей, средство разностороннего развития личности; метод или прием обучения; средство саморазвития, самовоспитания, самообучения, саморегуляции. Отсутствие или недостаток игры в жизни ребенка приводит к серьезным проблемам, прежде всего, в социальном развитии детей.

Учитывая потенциал игры для разностороннего развития ребенка и становления его

личности, педагог максимально использует все варианты ее применения в ДО.

Образовательная деятельность *в режимных процессах* имеет специфику и предполагает использование особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребенка. Основная задача педагога в утренний отрезок времени состоит в том, чтобы включить детей в общий ритм жизни ДОО, создать у них бодрое, жизнерадостное настроение.

Образовательная деятельность, осуществляемая в утренний отрезок времени, связанная с физическим развитием детей включает, в первую очередь, утреннюю гимнастику, организованную в разных вариантах (основные движения+общеразвивающие упражнения; танцевально-ритмические упражнения, подвижные игры). С учетом особенностей контингента каждой группы инструктор по физической культуре совместно с воспитателями конкретизируют содержание.

**Занятие** рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; как деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы. Термин «занятие» фиксирует форму организации образовательной деятельности. Основная форма занятий по направлению «Физическое развитие» - физкультурное занятие. физическими упражнениями. В рамках отведенного времени педагог может организовывать образовательную деятельность с учетом интересов, желаний детей, их образовательных потребностей, включая детей дошкольного возраста в процесс сотворчества, содействия, сопереживания. Занятие (длительность и количество) регламентируется СанПиН 1.2.3685-21.

Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки, по направлению «Физическое развитие» включает:

- подвижные игры и спортивные упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей;
- индивидуальную работу;
- проведение спортивных праздников.

Образовательная деятельность, осуществляемая во вторую половину дня, может включать:

- проведение зрелищных мероприятий, развлечений, праздников (физкультурно-спортивной направленности);
- подвижные игры;
- просмотр мультфильмов (по достижению детьми 5 лет);
- исполнение музыкально-ритмических движений;
- просмотр репродукций картин классиков и современных художников на физкультурно-спортивную тематику;
- индивидуальную работу;
- работу с родителями (законными представителями).

Для организации самостоятельной деятельности детей в группах воспитателями при поддержке инструктора по физической культуре создается центр двигательной активности (спортивный). Самостоятельная деятельность предполагает самостоятельный выбор ребенком ее содержания, времени, партнеров. Во вторую половину дня педагог может организовывать культурные практики. Они расширяют социальные и практические компоненты содержания образования, способствуют формированию у детей культурных умений при взаимодействии со взрослым и самостоятельной деятельности. Ценность

культурных практик состоит в том, что они ориентированы на проявление детьми самостоятельности и творчества, активности и инициативности в разных видах деятельности, обеспечивают их продуктивность.

Инструктор по физической культуре консультирует воспитателей по культурным практикам, связанным с игровой практикой (подвижные игры и игровые упражнения), продуктивной практикой, имеющих отношение к созданию и использованию предметов по здоровому образу жизни (например, для развития дыхания, лэббуки), в которых предоставляют ребенку возможность проявить свою субъектность с разных сторон, что, в свою очередь, способствует становлению **разных видов детских инициатив**:

- в игровой практике ребенок проявляет себя как творческий субъект (творческая инициатива);
- в продуктивной - созидающий и волевой субъект (инициатива целеполагания);

Тематику культурных практик педагогу помогают определить детские вопросы, проявленный интерес к явлениям окружающей действительности или предметам, значимые события, неожиданные явления, художественная литература и другое. В процессе культурных практик педагог создает атмосферу свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик предполагает подгрупповой способ объединения детей.

#### 2.4. СПОСОБЫ И НАПРАВЛЕНИЯ ПОДДЕРЖКИ ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ

Для поддержки детской инициативы педагог поощряет свободную самостоятельную деятельность детей, основанную на детских интересах и предпочтениях. Появление возможности у ребенка играть, танцевать, ориентируясь на собственные интересы, позволяет обеспечить такие важные составляющие эмоционального благополучия ребенка ДОО как уверенность в себе, чувство защищенности, комфорта, положительного самоощущения.

Наиболее благоприятными отрезками времени для организации свободной самостоятельной деятельности детей в группе является утро, когда ребенок приходит в ДОО и вторая половина дня. Здесь ребенок может выбрать одну из деятельностей, например, двигательную. Также на некоторых физкультурных занятиях планируется время для самостоятельной двигательной деятельности – упражнения по выбору, например, движения с мячом, выбор предметов для игровых упражнений, выполнение ритмических и танцевальных движений.

Для поддержки детской инициативы:

- 1) уделяется внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрение желаний ребенка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы;
- 2) организовываются ситуации, способствующие активизации личного опыта ребенка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности;
- 3) расширяется и усложняется в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребенок способен и желает решить самостоятельно, уделяется внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребенка творчества, сообразительности, поиска новых подходов;
- 4) поощряются проявления детской инициативы, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;
- 5) создаются условия для развития произвольности в деятельности, используются игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребенка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата;



6) поощряется и поддерживается желание детей получить результат деятельности, обращается внимание на важность стремления к качественному результату, а ребенку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, подсказывается как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;

7) проводится наблюдение за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывается детям помощь. Если ребенок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности, то используются приемы наводящих вопросов, активизирующие собственную активность и смекалку ребенка.

8) поддерживается у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивается рост возможностей и достижений каждого ребенка, используются приемы похвалы и одобрения, восхищения с целью побуждать к проявлению инициативы и творчества.

### **Используемые современные образовательные технологии:**

#### **Ситуационный подход (технология создания образовательных ситуаций)**

Основной единицей образовательного процесса выступает *образовательная ситуация*, т.е. такая форма совместной деятельности педагога и детей, которая планируется и целенаправленно организуется педагогом с целью решения определенных задач развития, воспитания и обучения. Образовательная ситуация протекает в конкретный временной период образовательной деятельности. Особенностью образовательной ситуации является появление образовательного результата (продукта) в ходе специально организованного взаимодействия педагога и ребенка. Продукты совместной двигательной деятельности инструктора по физической культуре с детьми являются нематериальными. Это новые знания, умения, образ, отношение, переживание.

#### **Технология интеграции образовательных областей**

Включение в физкультурные занятия загадок, стихотворений, музыкальных произведений опрос, беседа, акцентирование внимания на цвете, материале, возможностях использования инвентаря, счет, использование карточек (рисунки, фотографии), др. позволяют интегрировано решать задачи образовательных областей.

#### **Создание игровых ситуаций (игровые технологии)**

Игровая деятельность является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста.

Игровая деятельность в образовательной области «Физическое развитие» представлена игровыми упражнениями и подвижными играми сюжетными и бессюжетными, подобранными в определенной последовательности, характерной для физического развития детей, с учетом тем, связанных с временами года, значимыми событиями в детском саду, городе, стране, мире (другое).

#### **Здоровьесберегающие технологии**

Это совокупность педагогических, психологических и медицинских мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование осознанного и ценностного отношения к своему здоровью.

«Выделяют (применительно к дошкольному образованию) классификацию здоровьесберегающих технологий:...*физкультурно-оздоровительные*, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка – технологии развития физических качеств, закаливания, *дыхательной гимнастики* и др...» (Хабарова Г.В, Педагогические

технологии в дошкольном образовании . – Спб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО- ПРЕСС, 2011. - С . 23-24).

По классификации А.М. Сивцовой (2008) «в условиях современного детского сада используются виды здоровьесберегающих технологий (технологий сохранения и стимулирования здоровья): стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая» (Дошкольная педагогика: учебник для бакалавров / Н.А. Виноградова, Н.В. Микляева, Ю.В. Микляева; под общ. Ред. Н.В. Микляевой. – М.: Издательство Юрайт, 2012, С. 162).

Утренняя гимнастика в группах проводится по технологии «Комплексы утренней гимнастики для детей 4-5 лет» (Е.А. Сочеванова, 2010).

Элементы дыхательной гимнастики и пальчиковой гимнастики проводятся в игровой форме с учетом тематического содержания на физкультурных занятиях. Подвижные игры/игровые упражнения включаются в физкультурные занятия, включены в комплексы утренней гимнастики.

### **Технологии личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми**

«Создаваемые педагогом в процессе взаимодействия с детьми ситуации, ориентированные на личностное развитие (ситуации успеха; ситуация, обращенная к личному опыту ребенка; ситуация выбора задания, способа выполнения задания, оборудования, партнера по деятельности)... Создаваемая ситуация выбора – это спроектированная педагогом деятельность...» (Хабарова Т.В, Педагогические технологии в дошкольном образовании . – Спб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО- ПРЕСС, 2011. - С . 32-33).

Предоставление возможности детям продемонстрировать товарищам свои умения, быть ведущим в игре, выбор партнера для игры в мяч, для выполнения бега соревновательного характера по типу «Кто быстрее?», цвета предмета (кубика, мяча), дорожки для бега – элементы технологии в применении к детям данного возраста.

### **Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ)**

Используются:

- в процессе педагогических наблюдений за двигательной деятельностью детей на физкультурных занятиях (видеорегистрация с последующим изучением индивидуального развития детей);
- при индивидуальном консультировании родителей (законных представителей), в том числе в сети Интернет (ВКонтакте, Сообщество «ГБДОУ детский сад №39», <https://vk.com/public194177098>);
- при подборе, разработке и размещении наглядно-информационного материала для просвещения родителей; совместного использования детей и взрослых в домашних условиях;

•

### **2.5. ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГОВ С СЕМЬЯМИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Главными **целями** взаимодействия педагогического коллектива ДОО с семьями обучающихся дошкольного возраста являются:

- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования, охраны и укрепления здоровья детей;
- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

Достижение этих целей должно осуществляться через решение основных **задач**:

- 1) информирование родителей (законных представителей) и общественности относительно целей ДОО, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, о мерах господдержки семьям, имеющим детей дошкольного возраста, а также об образовательной программе, реализуемой в ДОО;
- 2) просвещение родителей (законных представителей), повышение их правовой, психолого-педагогической компетентности в вопросах охраны и укрепления здоровья, развития и образования детей;
- 3) способствование развитию ответственного и осознанного родительства как базовой основы благополучия семьи;
- 4) построение взаимодействия в форме сотрудничества и установления партнерских отношений с родителями (законными представителями) детей для решения образовательных задач;
- 5) вовлечение родителей (законных представителей) в образовательный процесс.

Деятельность педагогического коллектива ДОО по построению взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся осуществляется **по нескольким направлениям**:

1) диагностико-аналитическое направление включает получение и анализ данных о семье каждого обучающегося, ее запросах в отношении охраны здоровья и развития ребенка; об уровне психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей); а также планирование работы с семьей с учетом результатов проведенного анализа; согласование воспитательных задач;

2) просветительское направление предполагает просвещение родителей (законных представителей) по вопросам особенностей психофизиологического и психического развития детей младенческого, раннего и дошкольного возрастов; выбора эффективных методов обучения и воспитания детей определенного возраста; ознакомление с актуальной информацией о государственной политике в области дошкольного образования, включая информирование о мерах господдержки семьям с детьми дошкольного возраста; информирование об особенностях реализуемой в ДОО образовательной программы; условиях пребывания ребенка в группе ДОО; содержания и методах образовательной работы с детьми;

3) консультационное направление объединяет в себе консультирование родителей (законных представителей) по вопросам их взаимодействия с ребенком, преодоления возникающих проблем воспитания и обучения детей, в том числе с образовательной программой ДОО в условиях семьи; особенностей поведения и взаимодействия ребенка со сверстниками и педагогом; возникающих проблемных ситуациях; способам воспитания и построения продуктивного взаимодействия с детьми; способам организации и участия в детских деятельности, образовательном процессе и другому.

Совместная образовательная деятельность педагогов и родителей (законных представителей) обучающихся предполагает сотрудничество в реализации некоторых образовательных задач, вопросах организации РППС и образовательных мероприятий; поддержку образовательных инициатив родителей (законных представителей) детей; разработку и реализацию образовательных проектов ДОО совместно с семьей.

Особое внимание в просветительской деятельности ДОО должно уделяться повышению уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах здоровьесбережения ребенка. Реализация данной темы может быть осуществлена в процессе следующих направлений просветительской деятельности:

1) информирование о факторах, положительно влияющих на физическое и психическое здоровье ребенка (рациональная организация режима дня ребенка, правильное питание в

семье, закаливание, организация двигательной активности, благоприятный психологический микроклимат в семье и спокойное общение с ребенком и другое), о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и другое), наносящих непоправимый вред здоровью ребенка;

2) своевременное информирование о важности вакцинирования в соответствии с рекомендациями Национального календаря профилактических прививок и по эпидемическим показаниям;

3) информирование родителей (законных представителей) об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях ДОО и семьи в решении данных задач;

4) знакомство родителей (законных представителей) с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в ДОО;

5) информирование родителей (законных представителей) о негативном влиянии на развитие детей систематического и бесконтрольного использования IT-технологий (нарушение сна, возбудимость, изменения качества памяти, внимания, мышления; проблемы социализации и общения и другое).

<b>Период</b>	<b>Форма взаимодействия</b>	<b>Задачи</b>
В течение года	Индивидуальные консультации по инициативе родителей, по инициативе инструктора по физической культуре на основании педагогических наблюдений (по расписанию)	Поддерживать интерес родителей к развитию ребенка, Просвещение родителей в вопросах двигательной деятельности и здоровья дошкольников.
В течение года	Наглядно-информационный материал в Интернете (ВКонтакте, Сообщество «ГБДОУ детский сад №39», <a href="https://vk.com/public194177098">https://vk.com/public194177098</a> )	Просвещение родителей по вопросам организации двигательной деятельности детей в детском саду и в семейных условиях, здоровьесбережения и здоровьесбережения
В течение года	Открытый просмотр физкультурных занятий (индивидуально, подгруппой) по инициативе родителей или инструктора по физической культуре, для законных представителей воспитанников всей группы	Ознакомить родителей с физкультурным занятием, как основной формой занятий физическими упражнениями, его структурой, содержанием; продемонстрировать возможности развития разных сторон личности ребенка в процессе двигательной деятельности; предоставить возможность увидеть индивидуальные темпы освоения физических упражнений, умения действовать в коллективе, слышать и понимать педагога.
Ноябрь	Физкультурный праздник «Вместе с мамой», посвященный празднику «День матери»	Приобщение представителей семей к двигательной деятельности совместно с детьми, предоставление возможности презентовать свои физкультурно-спортивные умения и навыки детям.

## **3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

### **3.1. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

#### **3.1.1. Психолого-педагогические условия реализации Рабочей программы**

1) признание детства как уникального периода в становлении человека, понимание неповторимости личности каждого ребенка, принятие воспитанника таким, какой он есть, со всеми его индивидуальными проявлениями; проявление уважения к развивающейся личности, как высшей ценности, поддержка уверенности в собственных возможностях и способностях у каждого воспитанника;

2) решение образовательных задач с использованием как новых форм организации процесса образования (проектная деятельность, образовательная ситуация, образовательное событие, обогащенные игры детей в центрах активности, проблемно-обучающие ситуации в рамках интеграции образовательных областей и другое), так и традиционных (фронтальные, подгрупповые, индивидуальные занятия). При этом занятие рассматривается как дело, занимательное и интересное детям, развивающее их; деятельность, направленная на освоение детьми одной или нескольких образовательных областей, или их интеграцию с использованием разнообразных педагогически обоснованных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогом;

3) учет специфики возрастного и индивидуального психофизического развития обучающихся (использование форм и методов, соответствующих возрастным особенностям детей; видов деятельности, специфических для каждого возрастного периода, социальной ситуации развития);

4) создание развивающей и эмоционально комфортной для ребенка образовательной среды, способствующей эмоционально-ценностному, социально-личностному, познавательному, эстетическому развитию ребенка и сохранению его индивидуальности, в которой ребенок реализует право на свободу выбора деятельности, партнера, средств и прочее;

5) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития;

6) индивидуализация образования (в том числе поддержка ребенка, построение его образовательной траектории) и оптимизация работы с группой детей, основанные на результатах педагогической диагностики (мониторинга);

7) совершенствование образовательной работы на основе результатов выявления запросов родительского и профессионального сообщества;

8) психологическая, педагогическая и методическая помощь и поддержка, консультирование родителей (законных представителей) в вопросах обучения, воспитания и развития детей, охраны и укрепления их здоровья;

9) вовлечение родителей (законных представителей) в процесс реализации образовательной программы и построение отношений сотрудничества в соответствии с образовательными потребностями и возможностями семьи обучающихся;

10) формирование и развитие профессиональной компетентности педагогов, психолого-педагогического просвещения родителей (законных представителей) обучающихся;

11) непрерывное психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений в процессе реализации Федеральной программы в ДОО, обеспечение вариативности его содержания, направлений и форм, согласно запросам родительского и профессионального сообществ;

12) взаимодействие с различными социальными институтами (сферы образования, культуры, физкультуры и спорта, другими социально-воспитательными субъектами открытой образовательной системы), использование форм и методов взаимодействия, востребованных современной педагогической практикой и семьей, участие всех сторон взаимодействия в совместной социальнозначимой деятельности;

13) использование широких возможностей социальной среды, социума как дополнительного средства развития личности, совершенствования процесса ее социализации;

14) предоставление информации об образовательной программе семье, заинтересованным лицам, вовлеченным в образовательную деятельность, а также широкой общественности;

15) обеспечение возможностей для обсуждения Федеральной программы, поиска, использования материалов, обеспечивающих ее реализацию, в том числе в информационной среде.

### **3.1.1. Особенности организации развивающей предметно- пространственной среды (РППС)**

РППС рассматривается как часть образовательной среды и фактор, обогащающий развитие детей. РППС ДОО выступает основой для разнообразной, разносторонне развивающей, содержательной и привлекательной для каждого ребенка деятельности.

РППС включает организованное пространство (территория ДОО, групповые комнаты, специализированные помещения), материалы, оборудование, электронные образовательные ресурсы и средства обучения и воспитания, охраны и укрепления здоровья детей дошкольного возраста, материалы для организации самостоятельной творческой деятельности детей. РППС создает возможности для учета особенностей, возможностей и интересов детей, коррекции недостатков их развития.

Центр двигательной активности (ориентирован на организацию игр средней и малой подвижности в групповых помещениях, средней и интенсивной подвижности в музыкально-физкультурном зале, интенсивной подвижности на групповых участках, спортивной площадке, всей территории детского сада) в интеграции с содержанием образовательных областей «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Познавательное».

Для безопасности передвижения детей в музыкально-физкультурном зале, организуется максимально свободное пространство для двигательной деятельности детей.. Оборудование и инвентарь располагаются по периметру зала.

На полу создается разметка цветным скотчем, позволяющая формировать у детей навыки в коллективных построениях и перестроениях, развивать ориентировку в пространстве, формировать элементарные математические представления, осуществлять упражнения в основных движениях.

В части помещения, в которой установлены детские спортивные комплексы, размещаются схемы по технике безопасности и схемы, отражающие технику выполнения упражнений на снарядах.

Для обучения детей основным движениям, развития двигательных способностей (физических качеств), проведения подвижных игр и игровых упражнений, закрепления элементарных математических представлений (цвет, форма, материал) применяется крупное физкультурное оборудование, мелкий физкультурный инвентарь: гимнастическая стенка, лестница с зацепами, доски с зацепами, гимнастические скамейки, мягкие модули разной конфигурации, гимнастические маты и коврики, мячи разных размеров, выполненные из разных материалов, кубики, кегли, ленты, обручи, в том числе закрепляющиеся на стойках, ограничители.

Для решения задач познавательного, речевого развития в процессе двигательной деятельности создаются: картотека загадок и стихотворного материала; картотека подвижных игр, а также используются мелкие игровые атрибуты (грибочки, елочки, осенние листочки, снежки, др.).

Для реализации интеграции с образовательной областью «Художественно-эстетическое развитие» создается подборка музыкальных произведений.

С целью познавательного развития детей используются звуковые предметы: бубен, свисток, колокольчик; измерительные – секундомеры, измерительная рулетка.

Для воспроизведения музыкальных произведений применяется стационарный музыкальный центр, для проведения совместной деятельности на открытом воздухе – переносная музыкальная аппаратура на батарейках.

Фото-видеоаппаратура предназначена для педагогических наблюдений.

На территории детского сада на асфальтовом пространстве используется разметка для организации игровых занятий для освоения детьми разных видов ходьбы, бега, прыжков, действий с мячами, построений. Физкультурные занятия, досуги и праздники организуются на спортивной площадке на территории детского сада. Упражнения «пролезание», «подлезание» проводятся на снарядах «Туннель», «Домик-лабиринт».

### 3.1.2. Материально-техническое обеспечение Рабочей программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.

ДОО имеет оснащение и оборудование для двигательной деятельности обучающихся:

- совмещенный зал, предназначенный для проведения музыкальных и физкультурных занятий, праздников;

- зоны двигательной активности: спортивная площадка, «Дорожка здоровья» (на асфальтовой части вокруг здания ДОО), «Общий круг» (для организации утренней гимнастики в теплое время года, общих активных событий ДОО).

#### Методическое обеспечение

№п/п	Наименование
1.	Грядкина Т.С. Образовательная область «Физическая культура» Как работать по программе «Детство»: Учебно-методическое пособие / Н.ред. А.Г. Гогоберидзе. – СПб: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», М.: ТЦ «СФЕРА», 2016. – 144 с.
	Сочеванова Е.А. «Комплексы утренней гимнастики для детей 4-5 лет. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005. – с.
	.Сочеванова Е.А. Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет: Методическое пособие для педагогов ДОУ. – СПб: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2008. – 48 с.
4.	Сочеванова Е.А. Картотека подвижных игр /игровых упражнений для детей 4-5 лет (не опубликовано)
5.	Сочеванова Е.А. Игровые упражнения и игры на асфальте. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2020. – 96 с.
6.	Теория и методика физической культуры дошкольников. Учеб. Пособие для студентов академий, университетов, институтов физической культуры и факультетов физической культуры педагогических Вузов / Под ред. С.О. Филипповой, Г.Н. Пономарева. – СПб, ДЕТСТВО-ПРЕСС, М. ТЦ СФЕРА 2008.- С. 565-572.

### 3.1.3. Примерный перечень литературных, музыкальных, художественных, произведений для реализации Федеральной программы.

В совместной деятельности инструктора по физической культуре детей средних групп используются литературные и музыкальные произведения (по согласованию с воспитателями с

музыкальным руководителем соответственно) из Федеральной образовательной программы ( п. 33.1.4. и 33.2.4).

### 3.1.4. Кадровое обеспечение

Инструктор по физической культуре – Сочеванова Елена Арнольдовна. Образование – высшее, кандидат педагогических наук. Высшая квалификационная категория. Педагогический стаж – 26,5 лет. Стаж работы в ДОУ – 29,5 лет.

## 3.2. СТРУКТУРА РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### *Совместная деятельность с детьми*

№ п/п	Направление деятельности	Сроки, периодичность, продолжительность
1	Мониторинг (оценка развития двигательных качеств и формирование умений и навыков)	Сентябрь, апрель-май, в течение года
2	Физкультурные занятия	<b>В течение года (с сентября по май)</b> по расписанию 1 раз в неделю в совмещенном музыкально-физкультурном зале до 20 минут.
3	Физкультурные занятия (др. мероприятия)	<b>В соответствии с летним расписанием и режимом дня групп</b>

Учитывая особенности данного возраста, физкультурные занятия носят игровой характер.

Для основной части физкультурного занятия программный материал распределяется в каждом месяце по схеме, предложенной Л.И. Пензулаевой (1983):

1-я неделя: упражнения в равновесии + прыжки;

2-я неделя – прыжки+ метания;

3-я неделя – метания + лазание;

4-я неделя – лазание+ упражнение в равновесии,

при этом первому виду движения дети обучаются, во втором - упражняются.

В процессе непрерывной образовательной деятельности будут использованы элементы здоровьесберегающих технологий: «пальчиковая гимнастика», «дыхательная гимнастика».

Для эмоционального подъема, воспитания чувства ритма, выразительности движений используется стихотворный материал, музыкальное сопровождение (фонограммы), при этом вводная часть занятия может формироваться как комплекс ритмической гимнастики.

### *Индивидуальная работа с детьми*

может быть организована в режиме дня с детьми, пропустившими физкультурные занятия по болезни, отстающими в освоении физических упражнений, в развитии физических качеств; с целью подготовки к празднику



## МОНИТОРИНГ (педагогические наблюдения)

№ п/п	Игровая мотивация/ Вид движения	Вариант фиксации двигательных заданий	Литературные источники с критериями оценивания заданий
1.	«Мы уже совсем большие, можем долго все бежать. Можем долго все бежать и совсем не уставать». Непрерывный бег в медленном темпе	Выносливость (Видеорегистрация)	Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. – 3-е изд., перераб. – М.: Просвещение, 1986. – С. 105.
2.	Прыжок в длину с места	Скоростно-силовые качества (результат)	Теория и методика физической культуры дошкольников. Учеб. Пособие для студентов академий, университетов, институтов физической культуры и факультетов физической культуры педагогических Вузов / Под ред. С.О. Филипповой, Г.Н. Пономарева. – СПб, ДЕТСТВО-ПРЕСС, М. ТЦ СФЕРА 2008.- С. 254, 569-571
3.	«Кто быстрее перенесет кубики?». Челночный бег 5х6 м	Ловкость/быстрота (результат)	-«-
4.	«Раз, два, три, четыре, пять, будем с мячиком играть». Броски резинового мяча Ø20 см вниз и ловля	Видеорегистрация	Теория и методика физической культуры дошкольников. Учеб. Пособие для студентов академий, университетов, институтов физической культуры и факультетов физической культуры педагогических Вузов / Под ред. С.О. Филипповой, Г.Н. Пономарева. – СПб, ДЕТСТВО-ПРЕСС, М. ТЦ СФЕРА 2008.- С. 564