

*Государственное бюджетное образовательное учреждение детский сад №36  
Московского района Санкт-Петербурга*

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом  
ГБДОУ детский сад № 36  
Московского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 29.08.2024 № 3

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий ГБДОУ  
детский сад № 36  
Московского района  
Санкт-Петербурга

\_\_\_\_\_/Чернякова Л.П./  
Приказ № 61-ОД от 29.08.2024

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

*(в соответствии с Федеральной образовательной программой дошкольного образования и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, основной образовательной программой дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга)*

**РАЗРАБОТЧИК**

ПОРОДНОВА  
ОЛЬГА НИКОЛАЕВНА

2024  
Содержание

№	Раздел	Страница
	<b>Информационная справка</b>	5
	<b>Введение</b>	5
	<b>I. Целевой раздел</b>	6
1.1.	Пояснительная записка	6
1.2.	Цель и задачи рабочей программы инструктора по физической культуре дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга	7
1.3.	Принципы формирования рабочей программы инструктора по физической культуре дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга	7
1.4.	Планируемые результаты освоения рабочей программы инструктора по физической культуре в возрасте 3-6 лет, а также на этапе завершения освоения основной образовательной программы дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга	7
1.5.	Подходы к педагогической диагностике достижения планируемых результатов рабочей программы инструктора по физической культуре дошкольного образования детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга	10
1.6	Целевой раздел Программы воспитания. Цели и задачи воспитания	11
1.6.1.	Направления воспитания. Физическое и оздоровительное направление воспитания.	11
1.6.2.	Целевые ориентиры воспитания	13
	<b>Часть, формируемая участниками образовательных отношений</b>	
1.7.	Парциальная образовательная программа “Обучение плаванию” Породной О.Н.	16
1.7.1.	Пояснительная записка ПОП Породной О.Н “Обучение плаванию”	16
1.7.2.	Цели и задачи реализации ПОП Породной О.Н. “Обучение плаванию”	18
1.7.3.	Принципы и подходы к формированию ПОП Породной О.Н. “Обучение плаванию”	18
1.7.4.	Планируемые результаты освоения ПОП Породной О.Н. “Обучение плаванию”	19
1.7.5.	Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по ПОП Породной О.Н. “Обучение плаванию”	22
	<b>II. Содержательный раздел</b>	23
2.1.	Общие положения. Содержание психолого-педагогической	23

	работы с детьми 2-7 лет в соответствии с направлениями развития ребёнка, представленных в пяти образовательных областях	
2.2.	Задачи и содержание образовательной области «Физическое развитие» обучающихся всех возрастных групп	23
2.3	Вариативные формы, методы и средства реализации рабочей программы дошкольного образования инструктора по физической культуре ГБДОУ детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга	46
2.4.	Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик и способов поддержки детской инициативы	50
2.5.	Взаимодействие педагогического коллектива с семьями обучающихся	58
2.6.	Направления и задачи коррекционно-развивающей работы (далее - КРР) с детьми дошкольного возраста с особыми образовательными потребностями (далее ООП) различных целевых групп, в том числе детей с ограниченными возможностями (далее – ОВЗ) и детей-инвалидов	59
2.7.	Рабочая программа воспитания, которая раскрывает задачи и направления воспитательной работы, предусматривает приобщение детей к российским традиционным духовным ценностям, включая культурные ценности своей этнической группы, правилам и нормам поведения в российском обществе	59
2.7.1.	Задачи и направления воспитательной работы в области «Физическое развитие»	59
2.7.2.	Содержание работы по формированию основ здорового образа жизни	60
2.7.3.	Содержание работы по безопасности в детском саду и на улице	63
2.7.4.	Организация предметно-пространственной среды по программе воспитания	64
	<b>Часть, формируемая участниками образовательного процесса</b>	
2.8	Парциальная образовательная программа ПОП Породной О.Н. «Обучение плаванию»	65
2.8.1.	Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка ПОП Породной О.Н. «Обучение плаванию»	65
2.8.2.	Описание форм, способов, методов, и средств реализации ПОП Породной О.Н. «Обучение плаванию»	72
2.8.3.	Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников ПОП Породной О.Н. «Обучение плаванию»	76

	<b>III. Организационный раздел</b>	77
3.1.	Психолого-педагогические условия реализации рабочей программы дошкольного образования инструктора по физической культуре ГБДОУ детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга	77
3.2.	Кадровые условия реализации основной образовательной программы дошкольного образования инструктора по физической культуре ГБДОУ детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга	77
3.3.	Организация развивающей предметно-пространственной среды спортивного зала ГБДОУ детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга	77
3.4.	Материально-техническое обеспечение рабочей программы дошкольного образования инструктора по физической культуре ГБДОУ детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга	81
3.5.	Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания ГБДОУ детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга	82
3.6.	Режим двигательной активности	84
3.7.	Примерный режим и распорядок дня в дошкольных группах	85
3.8.	Организационный раздел программы воспитания	88
	<b>Часть, формируемая участниками образовательного процесса</b>	
3.9.	Парциальная образовательная программа ПОП Породновой О.Н. «Обучение плаванию»	94
3.9.1.	Материально—техническое и методическое обеспечение ПОП	94
3.9.2.	Санитарно-гигиенические условия проведения НОД по плаванию	95
3.9.3.	Объем образовательной нагрузки по плаванию в разных возрастных группах на учебный год ПОП	98
3.9.4.	Планирование образовательной деятельности по ПОП Породновой О.Н. «Обучение плаванию»	99
	Приложение № 1. Комплексно- тематическое планирование	106
	Приложение № 2. Расписание НОД по физической культуре на 2023-2024 учебный год (корпус №1 на ул. Звездная, д. 9)	117
	Приложение № 3. Перспективное планирование	118
	Приложение № 4. Карта индивидуального развития ребенка	125
	Приложение № 5. Мониторинг уровня развития по ПОП “Обучение плаванию”	132

### Информационная справка

<b>Наименование образовательной организации</b>	Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга (ГБДОУ детский сад №36 Московского района Санкт-Петербурга)
<b>Юридический адрес</b>	196158, Санкт-Петербург, улица Звездная, дом 9, корпус 2, литера А
<b>Место нахождения организации</b>	Корпус № 1 - 196158, Санкт-Петербург, улица Звездная, дом 9, корпус 2, литера А Корпус № 2 - 196158, Санкт-Петербург, улица Пулковская, дом 8, корпус 5, литера А.
<b>Телефон, факс</b>	8-812-411-44-16; 8-812-616-02-54
<b>Адрес электронной почты</b>	<a href="mailto:ds36msk@obr.gov.spb.ru">ds36msk@obr.gov.spb.ru</a> <a href="mailto:dou36mr@yandex.ru">dou36mr@yandex.ru</a>
<b>Учредитель</b>	Комитет по образованию и администрация Московского района Санкт-Петербурга
<b>Дата создания</b>	2009 год
<b>Лицензия</b>	от 20.01.2012 № 50, серия 78 № 001607
<b>Количество групп</b>	Корпус № 1 – 5 групп полного дня Корпус № 2 – 1 группа кратковременного пребывания и 4 группы полного дня

#### Введение.

Согласно Федеральному закону «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ (далее – Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации») дошкольное образование является уровнем общего образования наряду с начальным общим, основным общим и средним общим образованием.

Именно в дошкольном детстве закладываются ценностные установки развития личности ребенка, основы его идентичности, отношения к миру, обществу, семье и самому себе. Поэтому миссия дошкольного образования – сохранение уникальности и самоценности дошкольного детства как отправной точки включения и дальнейшего овладения разнообразными формами жизнедеятельности в быстро изменяющемся мире, содействие развитию различных форм активности ребенка, передача общественных норм и ценностей, способствующих позитивной социализации в поликультурном многонациональном обществе.

Все это требует разработки инновационных рабочих программ раннего и дошкольного образования по физической культуре, соответствующих современному уровню развития педагогической науки и практики, учитывающей и интегрирующей лучшие образцы отечественного и зарубежного опыта.

Рабочая программа дошкольного образования инструктора по физической культуре ГБДОУ детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга спроектирована с учетом

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р;
- Порядка разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ, утверждённым приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809);
- ФГОС дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»);
- Федеральной образовательной программы дошкольного образования (приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»)
- Законом Санкт-Петербурга от 17.07.2013 №461-83 «Об образовании в Санкт-Петербурге»;
- ООП дошкольного образования ГБДОУ детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга
- Устава и других локальных актов ГБДОУ.

Рабочая программа дошкольного образования инструктора по физической культуре (далее – Рабочая программа) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №36 Московского района определяет содержание и организацию образовательной деятельности для детей в возрасте от 2-х до 7-ми лет в группах общеразвивающей направленности, с учетом особенностей образовательного учреждения, региона и муниципалитета, образовательных потребностей и запросов воспитанников.

## **I. Целевой раздел.**

### **1.1. Пояснительная записка.**

Рабочая программа построена в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ “Об образовании в Российской Федерации”;

- Федеральным законом от 24 сентября 2022 г. № 371-ФЗ “О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” и статью 1 Федерального закона “Об обязательных требованиях в Российской Федерации””;
- Приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования”;
- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ п. 6 ст. 28;
- Законом “Об образовании в Российской Федерации” ст. 48 “Обязанности и ответственность педагогических работников”;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776) в федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования;
- Конвенцией о правах ребенка ООН;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 “Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования” (Зарегистрирован 28.12.2022 № 71847);
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 г. № 1022 “Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья” (зарегистрирован 27.01.2023 № 72149);
- СП 2.4.3648-20 “Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи”.

Рабочая программа соотнесена с образовательной программой Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №36 Московского района Санкт-Петербурга, построенная на основе ФОП ДО и ФГОС ДО, Положении о Рабочей программе инструктора по физической культуре в Государственном бюджетном дошкольном образовательном учреждении детский сад №36 Московского района Санкт-Петербурга.

## **1.2. Цель и задачи рабочей программы см в ООП ДО ГБДОУ.**

## **1.3. Принципы формирования рабочей программы см в ООП ДО ГБДОУ.**

## **1.4. Планируемые результаты реализации ООП ДО.**

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

В соответствии с периодизацией психического развития ребёнка согласно культурно-исторической психологии, дошкольное детство подразделяется на три возраста: младенческий (первое и второе полугодия жизни), ранний (от одного года до трех лет) и дошкольный возраст (от трех до семи лет).

Возрастные ориентиры «к одному году», «к трем годам» и так далее имеют условный характер, что предполагает широкий возрастной диапазон для достижения ребёнком планируемых результатов. Это связано с неустойчивостью, гетерохронностью и индивидуальным темпом психического развития детей в дошкольном детстве, особенно при прохождении критических периодов. По этой причине ребёнок может продемонстрировать обозначенные в планируемых результатах возрастные характеристики развития раньше или позже заданных возрастных ориентиров.

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 ребёнка в освоении образовательной программы ДОО и не подразумевают его включения в соответствующую целевую группу.

**Планируемые результаты в раннем возрасте (к трем годам):** у ребёнка развита крупная моторика, он активно использует освоенные ранее движения, начинает осваивать бег, прыжки, повторяет за взрослым простые имитационные упражнения, понимает указания взрослого, выполняет движения по зрительному и звуковому ориентирам; с желанием играет в подвижные игры;

ребёнок стремится к общению со взрослыми, реагирует на их настроение; ребёнок проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им; играет рядом;

ребёнок понимает и выполняет простые поручения взрослого; ребёнок стремится проявлять самостоятельность в бытовом и игровом поведении;

ребёнок способен направлять свои действия на достижение простой, самостоятельно поставленной цели; знает, с помощью каких средств и в какой последовательности продвигаться к цели;

**Планируемые результаты в дошкольном возрасте.**

**К четырем годам:**

ребёнок демонстрирует положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям, проявляет избирательный интерес к отдельным двигательным действиям (бросание и ловля мяча, ходьба, бег, прыжки) и подвижным играм;

ребёнок проявляет элементы самостоятельности в двигательной деятельности, с интересом включается в подвижные игры, стремится к выполнению правил и основных ролей в игре, выполняет простейшие правила построения и перестроения, выполняет ритмические упражнения под музыку;

ребёнок демонстрирует координацию движений при выполнении упражнений, сохраняет равновесие при ходьбе, беге, прыжках, способен реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое, выполнять движения в общем для всех темпе.

#### **К пяти годам:**

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

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

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

#### **К шести годам:**

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

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

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

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

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

#### **Планируемые результаты на этапе завершения освоения ООП ДО ГБДОУ (к концу дошкольного возраста):**

у ребёнка сформированы основные психофизические и нравственно-волевые качества;

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

ребёнок соблюдает элементарные правила здорового образа жизни и личной гигиены;

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

ребёнок проявляет элементы творчества в двигательной деятельности;

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

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

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

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

### **1.5. Подходы к педагогической диагностике достижения планируемых результатов ООП ДО**

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребёнка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности. Цели педагогической диагностики, а также особенности её проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации Рабочей Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется педагогом в рамках педагогической диагностики. Вопрос о её проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребёнка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно ОО.

Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО:

- планируемые результаты освоения основной образовательной программы ДО заданы как целевые ориентиры ДО и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на разных этапах дошкольного детства;
- целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и

основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;

- освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся.

Данные положения подчеркивают направленность педагогической диагностики на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование.

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

1. Индивидуализации образования (в том числе поддержки ребёнка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

2. Оптимизации работы с группой детей.

Педагогическая диагностика знаний, умений и навыков детей проводится на основе методики Верещагиной Н.В. Педагогическая диагностика физического развития детей проводится на основе методики Федоровой С. Ю. Периодичность проведения педагогической диагностики 2 раза в год (октябрь, апрель). При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребёнка в группе. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребёнка.

Оценку освоения содержания образовательной области «Физическое развитие» педагог проводит на основе индивидуального качественного анализа уровня сформированности основных движений у детей различных возрастных групп в соответствии с таблицей.

Результаты наблюдения фиксируются в индивидуальной карте развития ребенка, карте учёта развития ребенка по возрастам, в сводной ведомости (см. Приложение №4). Фиксация данных наблюдения позволит педагогу выявить и проанализировать динамику в развитии ребёнка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учётом индивидуальных особенностей развития ребёнка и его потребностей.

## **1.6. Программа воспитания см в ООП ДО ГБДОУ**

Цели и задачи воспитания.

Общие задачи воспитания в ДОО.

### **1.6.1. Направления воспитания.**

Духовно-нравственное направление воспитания.

Социальное направление воспитания.

Познавательное направление воспитания.

Физическое и оздоровительное направление воспитания.

Трудовое направление воспитания.

Эстетическое направление воспитания.

### *Физическое и оздоровительное направления воспитания:*

Ценность – здоровье. Цель данного направления – сформировать навыки здорового образа жизни, где безопасность жизнедеятельности лежит в основе всего. Физическое развитие и освоение ребенком своего тела происходит в виде любой двигательной активности: выполнение бытовых обязанностей, игр, ритмики и танцев, творческой деятельности, спорта, прогулок.

Задачи по формированию здорового образа жизни:

- укрепление: закаливание организма, повышение сопротивляемости к воздействию условий внешней среды, укрепление опорно-двигательного аппарата;
- развитие: развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям, формирование представлений в области физической культуры, спорта, здоровья и безопасного образа жизни;
- сохранение: организация сна, здорового питания, воспитание экологической культуры, обучение безопасности жизнедеятельности и выстраиванию правильного режима дня.

Направления деятельности педагога:

- организация подвижных, спортивных игр, в том числе традиционных народных игр, дворовых игр на территории ОО;
- создание детско-взрослых проектов по здоровому образу жизни;
- введение оздоровительных традиций в ОО.

Формирование у обучающихся культурно-гигиенических навыков является важной частью воспитания культуры здоровья. Педагог формирует у обучающихся понимание того, что чистота лица и тела, опрятность одежды отвечают не только гигиене и здоровью человека, но и нормальным социальным ожиданиям окружающих людей.

Особенность культурно-гигиенических навыков заключается в том, что они должны формироваться на протяжении всего пребывания обучающегося в ОО.

В формировании культурно-гигиенических навыков режим дня играет одну из ключевых ролей. Привыкая выполнять серию гигиенических процедур с определенной периодичностью, обучающийся вводит их в свое бытовое пространство и постепенно они становятся для него привычкой.

Формируя у обучающихся культурно-гигиенические навыки, педагог ОО акцентирует свое внимание на нескольких основных направлениях воспитательной работы:

- формировать у обучающегося навыки поведения во время приема пищи;
- формировать у обучающегося представления о ценности здоровья, красоте и чистоте тела;
- формировать у обучающегося привычку следить за своим внешним видом;
- включать информацию о гигиене в повседневную жизнь обучающегося, в игру.

Работа по формированию у обучающегося культурно-гигиенических навыков должна вестись в тесном контакте с семьей.

### 1.6.2. Целевые ориентиры воспитания.

1) Деятельность воспитателя нацелена на перспективу становления личности и развития ребёнка. Поэтому планируемые результаты представлены в виде целевых ориентиров как обобщенные «портреты» ребёнка к концу раннего и дошкольного возрастов.

2) В соответствии с ФГОС ДО оценка результатов воспитательной работы не осуществляется, так как целевые ориентиры основной образовательной программы дошкольного образования не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей.

#### Целевые ориентиры воспитания детей раннего возраста (к трем годам).

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Патриотическое	Родина, природа	Проявляющий привязанность к близким людям, бережное отношение к живому
Духовно-нравственное	Жизнь, милосердие, добро	Способный понять и принять, что такое «хорошо» и «плохо». Проявляющий сочувствие, доброту.
Социальное	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Испытывающий чувство удовольствия в случае одобрения и чувство огорчения в случае неодобрения со стороны взрослых. Проявляющий интерес к другим детям и способный бесконфликтно играть рядом с ними. Проявляющий позицию «Я сам!». Способный к самостоятельным (свободным) активным действиям в общении.
Познавательное	Познание	Проявляющий интерес к окружающему миру. Любознательный, активный в поведении и деятельности.

Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	Понимающий ценность жизни и здоровья, владеющий основными способами укрепления здоровья - физическая культура, закаливание, утренняя гимнастика, личная гигиена, безопасное поведение и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества.
------------------------------	-----------------	---

Целевые ориентиры воспитания детей на этапе завершения освоения программы.

Направление воспитания	Ценности	Целевые ориентиры
Патриотическое	Родина, природа	Любящий свою малую родину и имеющий представление о своей стране - России, испытывающий чувство привязанности к родному дому, семье, близким людям.
Духовно-нравственное	Жизнь, милосердие, добро	Различающий основные проявления добра и зла, принимающий и уважающий традиционные ценности, ценности семьи и общества, правдивый, искренний, способный к сочувствию и заботе, к нравственному поступку. Способный не оставаться равнодушным к чужому горю, проявлять заботу; Самостоятельно различающий основные отрицательные и положительные человеческие качества, иногда прибегая к помощи взрослого в ситуациях морального выбора.
Социальное	Человек, семья, дружба, сотрудничество	Проявляющий ответственность за свои действия и поведение; принимающий и уважающий различия между людьми.

		<p>Владеющий основами речевой культуры. Дружелюбный и доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, способный взаимодействовать со взрослыми и сверстниками на основе общих интересов и дел.</p>
Познавательное	Познание	<p>Любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом. Проявляющий активность, самостоятельность, инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании. Обладающий первичной картиной мира на основе традиционных ценностей.</p>
Физическое и оздоровительное	Здоровье, жизнь	<p>Понимающий ценность жизни, владеющий основными способами укрепления здоровья - занятия физической культурой, закаливание, утренняя гимнастика, соблюдение личной гигиены и безопасного поведения и другое; стремящийся к сбережению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Проявляющий интерес к физическим упражнениям и подвижным играм, стремление к личной и командной победе, нравственные и волевые качества. Демонстрирующий потребность в двигательной деятельности. Имеющий представление о некоторых видах спорта и активного</p>

		отдыха.
Трудовое	Труд	Понимающий ценность труда в семье и в обществе на основе уважения к людям труда, результатам их деятельности. Проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности.
Эстетическое	Культура и красота	Способный воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве. Стремящийся к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности.

### **Часть, формируемая участниками образовательного процесса.**

#### **1.7. Парциальная образовательная программа ПОП “Обучение плаванию” Породной О.Н.**

##### **1.7.1. Пояснительная записка ПОП**

Одним из важнейших средств воспитания здорового ребенка с самого раннего возраста, несомненно, является физическая культура. Правильная организация занятий по физической культуре способствует гармоничному развитию жизненно необходимых физических качеств детей: ловкости, гибкости, быстроты, силы, выносливости, а также выработке гигиенических навыков. Плавание в детских образовательных учреждениях приобрело большую популярность, прежде всего потому, что появилась возможность эффективного закаливания детей. Важно обучить детей плаванию, но не следует забывать и о больших оздоровительных возможностях бассейна детского сада. В последние годы среди средств оздоровления детей в ДОУ всё чаще упоминается плавательный бассейн. Занятия плаванием широко пропагандируются как мощное средство укрепления здоровья и закаливания организма детей дошкольного возраста.

Каждый человек должен уметь плавать. И чем раньше он научится, тем лучше для него. Купание, игры в воде, плавание оказывают благоприятное воздействие на всестороннее физическое развитие ребёнка. Регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание детского организма: совершенствуется механизм терморегуляции, повышаются иммунологические свойства, улучшается адаптация к разнообразным условиям внешней среды. Также укрепляется нервная система, крепче становится сон, улучшается аппетит, повышается общий тонус организма, совершенствуются движения, увеличивается выносливость.

Во время занятий плаванием детям прививаются умения и навыки самообслуживания, что очень важно для их всестороннего развития. Умение плавать часто может сохранить не только здоровье, но и жизнь ребёнка. Данная адаптированная программа составлена на основе программы Т.И. Осокиной «Обучение детей плаванию в детском саду».

Педагогическая целесообразность данной образовательной программы обусловлена тем, что купание, игры в воде, плавание благоприятны для всестороннего физического развития ребенка. Чередуются напряжение и расслабление различных мышц, что увеличивает их работоспособность и силу. В воде уменьшается статистическое напряжение тела, снижается нагрузка на еще не окрепший и податливый детский позвоночник, который в этом случае правильно формируется, вырабатывается хорошая осанка. В то же время активное движение ног в воде в безопорном положении укрепляет стопы ребенка и предупреждает развитие плоскостопия. Систематические занятия плаванием ведут к совершенствованию органов кровообращения и дыхания. Улучшается сердечная деятельность, подвижность грудной клетки, увеличивается жизненная емкость легких.

Регулярные занятия плаванием положительно влияют на закаливание детского организма: совершенствуется механизм терморегуляции, повышаются иммунологические свойства, улучшается адаптация к разнообразным условиям внешней среды. Укрепляется также нервная система, крепче становится сон, улучшается аппетит, повышается общий тонус организма, совершенствуются движения, увеличивается выносливость.

Одновременно с обучением плаванию детям прививаются умения и навыки самообслуживания, что очень важно для их всестороннего развития.

В нашем детском саду, на занятиях по плаванию, физкультурно-оздоровительная направленность, является приоритетной. Поэтому главная задача в ДОУ – обеспечение полноценного физического развития детей.

#### *Новизна*

Реализуя программу, на начальном этапе было выявлено, что адаптация детей к условиям водной среды проходит намного быстрее, если обучение плаванию начинается с погружения детей под воду (доставание предметов со дна), а не с упражнений на дыхание, как предлагает в своей программе «Обучение плаванию в детском саду» Осокина Т.И.

#### *Актуальность*

Занятия плаванием благотворно влияют на организм ребенка. Плавание помогает стать здоровым и сильным, ловким и выносливым, а также смелым. Тело ребёнка находится в непривычной для него среде, а движения выполняются в горизонтальном положении, всё это отличает плавание от всех физических

упражнений и оказывает оздоровительное действие на организм детей дошкольного возраста.

### 1.7.2. Цели и задачи реализации ПОП

*Цель* программы - обучение плаванию детей дошкольного возраста, посещающих дошкольное образовательное учреждение.

*Задачи* программы:

#### 1. Оздоровительные:

- приобщать ребенка к здоровому образу жизни;
- укреплять здоровье ребенка;
- совершенствовать опорно-двигательный аппарат;
- формировать правильную осанку.

#### 2. Образовательные:

- формировать двигательные умения и навыки;
- формировать знания о здоровом образе жизни;
- формировать знания о способах плавания.

#### 3. Воспитательные:

- воспитывать двигательную культуру;
- воспитывать нравственно волевые качества, такие как смелость, настойчивость, уверенность в себе;
- воспитывать чувство заботы о своем здоровье.

### 1.7.3. Принципы и подходы ПОП

- Систематичность: занятия плаванием должны проводиться регулярно, в определенной системе, потому что регулярные занятия плаванием дают больший оздоровительный эффект, чем эпизодические;

-Доступность: физическая нагрузка на занятиях по плаванию должна быть доступна детям дошкольного возраста и соответствовать уровням подготовленности;

- Активность: так как основной формой деятельности дошкольников является игра, необходимо применять как можно больше игр и игровых упражнений, благодаря использованию которых, процессе обучения плаванию стал разнообразными и интересным для детей;

- Наглядность: для успешного прохождения процесса обучения плаванию, объяснение должно сопровождаться показом упражнений, а также на занятиях по плаванию необходимо использовать наглядные пособия (рисунки, плакаты, игрушки и т.д.);

- Последовательность и постепенность: во время обучения детей плаванию простые и легкие упражнения должны предшествовать более сложным и трудным

упражнениям, поэтому приступать к ним нужно только после хорошего освоения, правильного и уверенного выполнения предыдущих упражнений;

- Индивидуальный подход в обучении необходим при работе с детьми дошкольного возраста: организм ребенка еще не полностью сформировался и окреп, как чрезмерная, так и недостаточная физическая нагрузка неблагоприятны для его развития. Индивидуальный подход предполагает использование соответствующих методических приемов обучения (подготовительных упражнений, подбора вариантов и т.п.).

Обучение плаванию нужно начинать с освоения воды, чтобы у детей не было боязни и страха перед ней, и чтобы они чувствовали себя в воде уверенно и свободно.

Для этого на занятиях по плаванию используется как можно больше игр, упражнений, забав и развлечений в воде. Такие формы проведения занятий, повышают интерес к ним. На занятиях по плаванию не стоит использовать только подвижные игры, нужно также применять игровые упражнения, которые позволят ребёнку освоить навыки плавания, проводить игры и эстафеты, в которых есть элементы соревнования.

Данная программа входит в вариативную часть, которую формирует образовательное учреждение как третье занятие по физическому развитию.

#### 1.7.4. Планируемые результаты освоения ПОП

*Прогнозируемый результат:*

- снижение заболеваемости детей и укрепление организма;
- сформированное эмоциональное отношение ребенка к занятиям по плаванию;
- сформированный навык подготовительных и специальных упражнений по плаванию;
- сформированный навык плавания кролем на груди и на спине.

***Планируемые промежуточные результаты освоения детьми ПОП:***

<i>Возрастная группа</i>	<i>Планируемые промежуточные результаты освоения ПОП</i>
Младший дошкольный возраст от 3 до 4 лет	<p>Начальный этап связан с приобретением детьми умений и навыков, которые помогут им чувствовать себя в воде достаточно надежно, легко и свободно передвигаться в ней, совершать различные, целенаправленные движения.</p> <p>В то же время дети знакомятся с некоторыми свойствами воды - сопротивлением, поддерживающей силой и др. К концу года дети могут:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Погружать лицо и голову в воду.</li> <li>• Ходить вперед и назад (вперед спиной) в воде глубиной до бедер или до груди с помощью рук.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Бегать вперед и назад (игра «Догони меня», «Бегом за мячом»).</li> <li>• Выполнять упражнение «Крокодильчик» с работой ног.</li> <li>• Выполнять вдох над водой и выдох в воду.</li> <li>• Пытаться выполнять выдох с погружением в воду.</li> <li>• Прыгать по бассейну с продвижением вперед.</li> <li>• Выпрыгивать вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди.</li> <li>• Пытаться лежать на воде вытянувшись в положении на груди и на спине.</li> <li>• Пытаться скользить по поверхности воды.</li> </ul>
<p>Средний дошкольный возраст от 4 до 5 лет</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Погружать лицо и голову в воду, открывать глаза в воде.</li> <li>• Бегать парами.</li> <li>• Пытаться проплыть тоннель, подныривать под гимнастическую палку.</li> <li>• Делать попытку доставать предметы со дна.</li> <li>• Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой.</li> <li>• Выполнять упражнение на дыхание «Ветерок».</li> <li>• Выполнять серию прыжков продвижением вперед, простейший прыжок ногами вперед.</li> <li>• Выпрыгивать вверх из приседа в воде глубиной до бедер или до груди.</li> <li>• Скользить на груди, выполнять упражнения в паре «На буксире».</li> <li>• Выполнять упражнения «Звездочка», «Медуза».</li> </ul>
<p>Старший дошкольный возраст от 5 до 6 лет</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Погружать лицо и голову в воду, открывать глаза в воде.</li> <li>• Бегать парами.</li> <li>• Нырять в обруч, проплыть тоннель, подныривать под гимнастическую палку.</li> <li>• Доставать предметы со дна, выполнять игровое упражнение «Ловец».</li> <li>• Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой.</li> <li>• Выполнять серии выдохов в воду, упражнение на задержку дыхания «Кто дольше».</li> <li>• Скользить на груди с работой ног, с работой рук.</li> <li>• Пытаться скользить на спине, лежать с плавательной доской.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди.</li> <li>• Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине.</li> <li>• Выполнять упражнение «Поплавок».</li> </ul>
<p>Старший дошкольный возраст от 6 до 7 лет</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Погружаться в воду, открывать глаза в воде.</li> <li>• Поднимать со дна предметы с открыванием глаз под водой.</li> <li>• Нырять в обруч, проплывать тоннель, мост.</li> <li>• Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой.</li> <li>• Выполнять серии выдохов в воду, ритмичный вдох - выдох в сочетании с движениями ног, дышать в положении лежа на груди с поворотом головы в сторону с неподвижной опорой.</li> <li>• Скользить на груди и на спине с работой ног, с работой рук.</li> <li>• Пытаться скользить на спине, лежать с плавательной доской.</li> <li>• Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди и на спине.</li> <li>• Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине, Упражнение «Медуза» на длительность лежания.</li> <li>• Плавать на груди с работой рук, с работой ног.</li> <li>• Плавание на груди с полной координацией рук, ног и дыхания.</li> </ul>

**Формы подведения итогов реализации программы:**

- показ открытых занятий и развлечений для педагогов ГБДОУ;
- показ открытых занятий и развлечений на воде для родителей;
- оформление стендов в группах с рекомендациями и консультациями для родителей;
- оформление фотовыставок в течение года;

№	Критерии	Показатели	Методы
1	Потребность в познании	• Знания названий атрибутов для плавания, правил поведения в	Информирование, беседа, игра, лекция, просмотр и

		бассейне и на открытой воде; • Знание способов и стилей плавания, водных видов спорта	анализ видеоматериалов, тестирование знаний.
2	Потребность заниматься	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Посещаемость занятий</li> <li>• Активность на занятиях</li> </ul>	Анализ журнала посещаемости, мотивация, игровой метод, метод одобрения и поощрения
3	Самостоятельность и коммуникабельность, гуманное отношение со сверстниками	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Умение самостоятельно организовать игры в воде, демонстрировать свои успехи другим сверстникам. • Активное участие в спортивной жизни ДОУ.</li> <li>• Умение исправить ошибки в элементах у себя и у своих сверстников.</li> </ul>	Игровой метод, мотивация, личный пример, метод анализ, метод одобрения.
4	Опыт ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Потребность в самостоятельном выполнении каких-либо упражнений.</li> <li>• Самообслуживание, гигиена.</li> </ul>	Мотивация, наблюдение, прогноз, метод одобрения, личный пример.

### **1.7.5. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по ПОП «Обучение плаванию»**

Уровень овладения плавательными навыками оценивается с помощью выполнения 4 тестовых заданий на каждом этапе обучения. Инструктор по плаванию предлагает детям выполнить упражнения и оценивает качество по 5-балльной системе (Приложение №5). Заносит данные в протокол, анализирует,

корректирует работу по обучению с группой, индивидуальную работу. Оценка плавательной подготовленности проводится в начале (октябрь) и в конце (апрель) учебного года в течение нескольких занятий. Если ребенок, не умеющий плавать, поступает в младшую – старшую группу, он оценивается по своему возрасту. Если в подготовительную – то по третьему этапу обучения.

Тестовые задания:

1 этап обучения	2 этап обучения	3 этап обучения	4 этап обучения
1.Разнообразные способы передвижения в воде	1. Ориентирование в воде с открытыми глазами.	1.Скольжение на груди.	1.Упражнение «Торпеда» на груди или на спине.
2.Погружение в воду с открыванием глаз под водой.	2. Лежание на груди.	2. Скольжение на спине.	2. Плавание на груди в полной координации.
3.Выдохи в воду.	3. Лежание на спине.	3. Плавание с доской при помощи движения ног способом кроль на груди.	3. Плавание кролем на спине в полной координации.
4. Плавание с надувной игрушкой при помощи движения ног.	4. Плавание с пенопластовой доской при помощи движений ног способом кроль на груди	4. Плавание произвольным способом.	4.Плавание произвольным способом.

## II. Содержательный раздел.

## **2.1. Общие положения. Содержание психолого-педагогической работы в соответствии с направлениями развития ребёнка, представленных в пяти образовательных областях.**

ООП ДО определяет содержательные линии образовательной деятельности, реализуемые по основным направлениям развития детей дошкольного возраста (социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического, физического развития).

В каждой образовательной области сформулированы задачи и содержание образовательной деятельности, предусмотренное для освоения в каждой возрастной группе детей в возрасте от двух лет до семи-восьми лет. Представлены задачи воспитания, направленные на приобщение детей к ценностям российского народа, формирование у них ценностного отношения к окружающему миру.

## **2.2. Задачи и содержание образовательной области «Физическое развитие» во всех возрастных группах обучающихся.**

### **От 2 лет до 3 лет.**

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей, помогая осваивать упражнения основной гимнастики: основные движения (бросание, катание, ловля, ползание, лазание, ходьба, бег, прыжки), общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения;

развивать психофизические качества, равновесие и ориентировку в пространстве;

поддерживать у детей желание играть в подвижные игры вместе с педагогом в небольших подгруппах;

формировать интерес и положительное отношение к выполнению физических упражнений, совместным двигательным действиям;

укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, формировать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, приобщая к здоровому образу жизни.

### *Содержание образовательной деятельности.*

Педагог формирует умение выполнять основные движения, общеразвивающие и музыкально-ритмические упражнения в различных формах физкультурно-оздоровительной работы (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, индивидуальная работа по развитию движений и другое), развивает психофизические качества, координацию, равновесие и ориентировку в пространстве. Педагог побуждает детей совместно играть в подвижные игры, действовать согласованно, реагировать на сигнал. Оптимизирует двигательную деятельность, предупреждая утомление, осуществляет помощь и страховку, поощряет стремление ребёнка соблюдать правила личной гигиены и проявлять культурно-гигиенические навыки.

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

Основные движения:

бросание, катание, ловля: скатывание мяча по наклонной доске; прокатывание мяча педагогу и друг другу двумя руками стоя и сидя (расстояние 50-100 см), под дугу, в воротца; остановка катящегося мяча; передача мячей друг другу стоя; бросание мяча от груди двумя руками, снизу, из-за головы; бросание предмета в горизонтальную цель и вдаль с расстояния 100-125 см двумя и одной рукой; перебрасывание мяча через сетку, натянутую на уровне роста ребёнка с расстояния 1-1,5 м; ловля мяча, брошенного педагогом с расстояния до 1 м;

ползание и лазанье: ползание на животе, на четвереньках до погремушки (флажка) 3-4 м (взяв её, встать, выпрямиться), по доске, лежащей на полу, по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20-30 см; по гимнастической скамейке; проползание под дугой (30-40 см); влезание на лесенку-стремянку и спуск с нее произвольным способом;

ходьба: ходьба стайкой за педагогом с перешагиванием через линии, палки, кубы; на носках; с переходом на бег; на месте, приставным шагом вперед, в сторону, назад; с предметами в руке (флажок, платочек, ленточка и другие); в рассыпную и в заданном направлении; между предметами; по кругу по одному и парами, взявшись за руки;

бег: бег стайкой за педагогом, в заданном направлении и в разных направлениях; между линиями (расстояние между линиями 40-30 см); за катящимся мячом; с переходом на ходьбу и обратно; непрерывный в течение 20-30-40 секунд; медленный бег на расстояние 40-80 м;

прыжки: прыжки на двух ногах на месте (10-15 раз); с продвижением вперед, через 1-2 параллельные линии (расстояние 10-20 см); в длину с места как можно дальше, через 2 параллельные линии (20-30 см); вверх, касаясь предмета, находящегося выше поднятых рук ребёнка на 10-15 см;

упражнения в равновесии: ходьба по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 м); по наклонной доске, приподнятой одним концом на 20 см; по гимнастической скамейке; перешагивание линий и предметов (высота 10-15 см); ходьба по извилистой дорожке (2-3 м), между линиями; подъем без помощи рук на скамейку, удерживая равновесие с положением рук в стороны; кружение на месте.

В процессе обучения основным движениям педагог побуждает детей действовать сообща, двигаться не наталкиваясь друг на друга, придерживаться определенного направления движения, предлагает разнообразные упражнения.

**Общеразвивающие упражнения:**

упражнения для кистей рук, развития и укрепления плечевого пояса: поднимание рук вперед, вверх, разведение в стороны, отведение назад, за спину, сгибание и разгибание, выполнение хлопков руками перед собой, над головой; махи руками вверх-вниз, вперед-назад;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты вправо-влево, с передачей предмета сидящему рядом ребёнку, наклоны вперед из исходного положения стоя и сидя; одновременное сгибание и разгибание ног из исходного положения сидя и лежа, поочередное поднимание рук и ног из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и гибкости позвоночника: сгибание и разгибание ног, держась за опору, приседание, потягивание с подниманием на носки и другое;

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальном занятии, включаются в содержание подвижных игр и игровых упражнений; педагог показывает детям и выполняет вместе с ними: хлопки в ладоши под музыку, хлопки с одновременным притопыванием, приседание «пружинка», приставные шаги вперед-назад, кружение на носочках, имитационные упражнения.

Педагог предлагает образец для подражания и выполняет вместе с детьми упражнения с предметами: погремушками, платочками, малыми обручами, кубиками, флажками и другое, в том числе, сидя на стуле или на скамейке.

2) Подвижные игры: педагог развивает и поддерживает у детей желание играть в подвижные игры с простым содержанием, с текстом, с включением музыкально-ритмических упражнений. Создает условия для развития выразительности движений в имитационных упражнениях и сюжетных играх, помогает самостоятельно передавать простейшие действия некоторых персонажей (попрыгать, как зайчики, помахать крылышками, как птичка, походить как лошадка, поклевать зернышки, как цыплята, и тому подобное).

3) Формирование основ здорового образа жизни: педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой (самостоятельно и правильно мыть руки перед едой, после прогулки и посещения туалета, чистить зубы, пользоваться предметами личной гигиены); поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду; способствует формированию положительного отношения к закаливающим и гигиеническим процедурам, выполнению физических упражнений.

### **От 3 лет до 4 лет.**

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;

развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;

формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;

укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;

закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.

### *Содержание образовательной деятельности.*

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

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

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

Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание двумя руками большого мяча вокруг предмета, подталкивая его сверху или сзади; скатывание мяча по наклонной доске; катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях; прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами; ходьба вдоль скамейки, прокатывая по ней мяч двумя и одной рукой; произвольное прокатывание обруча, ловля обруча, катящегося от педагога; бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой; подбрасывание мяча вверх и ловля его; бросание мяча о землю и ловля его; бросание и ловля мяча в парах; бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребёнка, с расстояния 1,5 м; метание вдаль; перебрасывание мяча через сетку;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках на расстояние 4-5-6 м до кегли (взять её, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой); по гимнастической скамейке, за катящимся мячом; проползание на четвереньках под 3-4 дугами (высота 50 см, расстояние 1 м); ползание на четвереньках с опорой на ладони и ступни по доске; влезание на лесенку-стремянку или гимнастическую стенку произвольным способом (не пропуская реек) и спуск с нее; подлезание под дугу, не касаясь руками пола;

ходьба: ходьба в заданном направлении, небольшими группами, друг за другом по ориентирам (по прямой, по кругу, обходя предметы, в рассыпную, «змейкой», с поворотом и сменой направления); на носках; высоко поднимая колени, перешагивая предметы, с остановкой по сигналу; парами друг за другом, в разных направлениях; с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше); по наклонной доске; в чередовании с бегом;

бег: бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа; по кругу, обегая предметы, между двух или вдоль одной линии; со сменой направления, с остановками, мелким шагом, на носках; в чередовании с ходьбой; убегание от ловящего, ловля убегающего; бег в течение 50-60 сек; быстрый бег 10-15 м; медленный бег 120- 150 м;

прыжки: прыжки на двух и на одной ноге; на месте, продвигаясь вперед на 2-3 м; через линию, (вперед и, развернувшись, в обратную сторону); в длину с места (не менее 40 см); через 2 линии (расстояние 25-30 см), из обруча в обруч (плоский) по прямой; через 4-6 параллельных линий (расстояние 15-20 см); спрыгивание (высота 10-15 см), перепрыгивание через веревку (высота 2-5 см);

упражнения в равновесии: ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15-20 см, длина 2-2,5 м), обычным и приставным шагом; по гимнастической скамье, по ребристой доске, наклонной доске; перешагивая рейки лестницы, лежащей на полу; по шнуру, плоскому обучу, лежащему на полу, приставным шагом; с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение); на носках, с остановкой.

Общеразвивающие упражнения:

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

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

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

музыкально-ритмические упражнения, разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры: ритмичная ходьба и бег под музыку по прямой и по кругу, держась за руки, на носках, топающим шагом, вперед, приставным шагом; поочередное выставление ноги вперед, на пятку, притопывание, приседания «пружинки», кружение; имитационные движения - разнообразные упражнения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние (веселый котенок, хитрая лиса, шустрый зайчик и так далее).

Строевые упражнения:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам; перестроение в колонну по два, в рассыпную, смыкание и размыкание обычным шагом, повороты направо и налево переступанием.

Педагог выполняет вместе с детьми упражнения из разных исходных положений (стоя, ноги слегка расставлены, ноги врозь, сидя, лежа на спине, животе, с заданным положением рук), с предметами (кубики двух цветов, флажки, кегли и другое).

2) Подвижные игры: педагог поддерживает активность детей в процессе двигательной деятельности, организуя сюжетные и несюжетные подвижные игры. Воспитывает умение действовать сообща, соблюдать правила, начинать и заканчивать действия по указанию и в соответствии с сюжетом игры, двигаться

определенным способом и в заданном направлении, придавать своим движениям выразительность (кошка просыпается, потягивается, мяукает).

3) 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: по прямой, перевозя игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

Ходьба на лыжах: по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.

Катание на трехколесном велосипеде: по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

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

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

5) Активный отдых.

Физкультурные досуги: досуг проводится 1-2 раза в месяц во второй половине дня на свежем воздухе, продолжительностью 20-25 минут. Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы, аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

Дни здоровья: в этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия). День здоровья проводится один раз в квартал.

**От 4 лет до 5 лет.**

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

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

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

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

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

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

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

*Содержание образовательной деятельности.*

Педагог формирует двигательные умения и навыки, развивает психофизические качества при выполнении упражнений основной гимнастики, а также при проведении подвижных и спортивных игр. Помогает точно принимать исходное положение, поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений, правила в подвижной игре, показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности, помогает укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками, слышать и выполнять указания, ориентироваться на словесную инструкцию; поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

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

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

Педагог обучает разнообразным упражнениям, которые дети могут переносить в самостоятельную двигательную деятельность. 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 поднимание 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; поднимание на носки и опускание на всю ступню; захватывание стопами и переключивание 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 связи упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры. Рекомендуются 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 подниманием 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:

педагог предлагает детям следующие строевые упражнения: построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную; 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 «полуёлочкой».

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

4) **Формирование основ здорового образа жизни:** педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, 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.

**От 5 лет до 6 лет.**

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт, создавать условия для оптимальной двигательной деятельности, развивая умения осознанно, технично, точно, активно выполнять упражнения основной гимнастики, осваивать спортивные упражнения, элементы спортивных игр, элементарные туристские навыки;

развивать психофизические качества, координацию, мелкую моторику ориентировку в пространстве, равновесие, точность и меткость, воспитывать самоконтроль и самостоятельность, проявлять творчество при выполнении движений и в подвижных играх, соблюдать правила в подвижной игре, взаимодействовать в команде;

воспитывать патриотические чувства и нравственно-волевые качества в подвижных и спортивных играх, формах активного отдыха;

продолжать развивать интерес к физической культуре, формировать представления о разных видах спорта и достижениях российских спортсменов;

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

расширять представления о здоровье и его ценности, факторах на него влияющих, оздоровительном воздействии физических упражнений, туризме как форме активного отдыха;

воспитывать бережное и заботливое отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, осознанно соблюдать правила здорового образа жизни и безопасности в двигательной деятельности и во время туристских прогулок и экскурсий.

#### *Содержание образовательной деятельности.*

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

Педагог уточняет, расширяет и закрепляет представления о здоровье и здоровом образе жизни, начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм, способствует формированию навыков безопасного поведения в двигательной деятельности. Организует для детей и родителей (законных представителей) туристские прогулки и экскурсии, физкультурные праздники и досуги с соответствующей тематикой.

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

#### Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: прокатывание мяча по гимнастической скамейке, направляя его рукой (правой и левой); прокатывание обруча, бег за ним и ловля; прокатывание набивного мяча; передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях; перебрасывание мяча друг другу и ловля его разными способами стоя и сидя, в разных построениях; отбивание мяча об пол на месте 10 раз; ведение мяча 5-6 м; метание в цель одной и двумя руками снизу и из-за головы; метание вдаль предметов разной массы (мешочки, шишки, мячи и другие); перебрасывание мяча из одной руки в другую; подбрасывание и ловля мяча одной рукой 4-5 раз подряд; перебрасывание мяча через сетку, забрасывание его в баскетбольную корзину;

ползание, лазанье: ползание на четвереньках, разными способами (с опорой на ладони и колени, на ступни и ладони, предплечья и колени), ползание на четвереньках по прямой, толкая головой мяч (3-4 м), «змейкой» между кеглями; переползание через несколько предметов подряд, под дугами, в туннеле; ползание на животе; ползание по скамейке с опорой на предплечья и колени; ползание на четвереньках по скамейке назад; проползание под скамейкой; лазанье по гимнастической стенке чередующимся шагом;

ходьба: ходьба обычным шагом, на носках, на пятках, с высоким подниманием колен, приставным шагом в сторону (направо и налево), в полуприседе, мелким и широким шагом, перекатом с пятки на носок, гимнастическим шагом, с закрытыми глазами 3-4 м; ходьба «змейкой» без ориентиров; в колонне по одному и по два вдоль границ зала, обозначая повороты;

бег: бег в колонне по одному, «змейкой», с перестроением на ходу в пары, звенья, со сменой ведущих; бег с пролезанием в обруч; с ловлей и увертыванием; высоко поднимая колени; между расставленными предметами; группами, догоняя убегающих, и убегая от ловящих; в заданном темпе, обегая предметы; мелким и широким шагом; непрерывный бег 1,5-2 мин; медленный бег 250-300 м; быстрый бег 10 м 2-3-4 раза; челночный бег 2x10 м, 3x10 м; пробегание на скорость 20 м; бег под вращающейся скакалкой;

прыжки: подпрыгивание на месте одна нога вперед-другая назад, ноги скрестно-ноги врозь; на одной ноге; подпрыгивание с хлопками перед собой, над головой, за спиной; подпрыгивание с ноги на ногу, продвигаясь вперед через начерченные линии, из кружка в кружок; перепрыгивание с места предметы высотой 30 см; спрыгивание с высоты в обозначенное место; подпрыгивание на месте 30-40 раз подряд 2 раза; подпрыгивание на одной ноге 10-15 раз; прыжки на двух ногах с продвижением вперед на 3-4 м; на одной ноге (правой и левой) 2-2,5 м; перепрыгивание боком невысокие препятствия (шнур, канат, кубик); впрыгивание на возвышение 20 см двумя ногами; прыжки в длину с места; в высоту с разбега; в длину с разбега;

прыжки со скакалкой: перешагивание и прыжки через неподвижную скакалку (высота 3-5 см); перепрыгивание через скакалку с одной ноги на другую с места, шагом и бегом; прыжки через скакалку на двух ногах, через вращающуюся скакалку;

упражнения в равновесии: ходьба по шнуру прямо и зигзагообразно, приставляя пятку одной ноги к носку другой; стойка на гимнастической скамье на одной ноге; поднимание на носки и опускание на всю стопу, стоя на скамье; пробегание по скамье; ходьба навстречу и расхождение вдвоем на лежащей на полу доске; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки (с поддержкой); приседание после бега на носках, руки в стороны; кружение парами, держась за руки; «ласточка».

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

Общеразвивающие упражнения:

упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц рук и плечевого пояса: поднимание рук вперед, в стороны, вверх, через стороны вверх (одновременно, поочередно, последовательно); махи руками вперед-назад с хлопком впереди и сзади себя; перекладывание предмета из одной руки в другую впереди и сзади себя; поднимание рук со сцепленными в замок пальцами (кисти повернуть тыльной стороной внутрь); сжатие и разжатие кистей;

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: поднимание рук вверх и опускание вниз, стоя у стены, касаясь её затылком, лопатками и ягодицами или лежа на спине; наклоны вперед, касаясь ладонями пола,

наклоны вправо и влево; поднятие ног, сгибание и разгибание и скрещивание их из исходного положения лежа на спине;

упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: приседание, обхватывая колени руками; махи ногами; поочередное поднятие и опускание ног из положения лежа на спине, руки в упоре; захватывание предметов ступнями и пальцами ног и переключивание их с места на место.

Педагог поддерживает стремление детей выполнять упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими). Подбирает упражнения из разнообразных исходных положений: сидя, лежа на спине, боку, животе, стоя на коленях, на четвереньках, с разным положением рук и ног (стоя ноги вместе, врозь; руки вниз, на поясе, перед грудью, за спиной). Педагог поддерживает инициативу, самостоятельность и поощряет комбинирование и придумывание детьми новых общеразвивающих упражнений.

Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, некоторые из упражнений в физкультминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Рекомендуются упражнения: ходьба и бег в соответствии с общим характером музыки, в разном темпе, на высоких полупальцах, на носках, пружинящим, топающим шагом, «с каблука», вперед и назад (спиной), с высоким поднятием колена (высокий шаг) с ускорением и замедлением темпа легкий ритмичный бег на носках, различные виды галопа (прямой галоп, боковой галоп, кружение); подскоки на месте и с продвижением вперед, вокруг себя, в сочетании с хлопками и бегом, кружение по одному и в парах, комбинации из двух-трех освоенных движений.

Строевые упражнения:

педагог продолжает обучение детей строевым упражнениям: построение по росту, поддерживая равенство в колонне, шеренге; построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг; перестроение в колонну по три, в две шеренги на месте и при передвижении; размыкание в колонне на вытянутые вперед руки, в шеренге на вытянутые руки в стороны; повороты налево, направо, кругом переступанием и прыжком; ходьба «змейкой», расхождение из колонны по одному в разные стороны с последующим слиянием в пары.

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

Педагог обучает взаимодействию детей в команде, поощряет оказание помощи и взаимовыручки, инициативы при организации игр с небольшой группой сверстников, младшими детьми; воспитывает и поддерживает проявление нравственно-волевых качеств, самостоятельности и сплоченности, чувства ответственности за успехи

команды, стремление к победе, стремление к преодолению трудностей; развивает творческие способности, поддерживает инициативу детей в играх (выбор игр, придумывание новых вариантов, комбинирование движений). Способствует формированию духовно-нравственных качеств, основ патриотизма и гражданской идентичности в подвижных играх.

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

Городки: бросание биты сбоку, выбивание городка с кона (5-6 м) и полукона (2-3 м); знание 3-4 фигур.

Элементы баскетбола: перебрасывание мяча друг другу от груди; ведение мяча правой и левой рукой; забрасывание мяча в корзину двумя руками от груди; игра по упрощенным правилам.

Бадминтон: отбивание волана ракеткой в заданном направлении; игра с педагогом.

Элементы футбола: отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; ведение мяча ногой между и вокруг предметов; отбивание мяча о стенку; передача мяча ногой друг другу (3-5 м); игра по упрощенным правилам.

4) Спортивные упражнения: педагог обучает детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от условий: наличия оборудования и климатических условий региона.

Катание на санках: по прямой, со скоростью, с горки, подъем с санками в гору, с торможением при спуске с горки.

Ходьба на лыжах: по лыжне (на расстояние до 500 м); скользящим шагом; повороты на месте (направо и налево) с переступанием; подъем на склон прямо «ступаящим шагом», «полуёлочкой» (прямо и наискось), соблюдая правила безопасного передвижения.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, с разворотом, с разной скоростью; с поворотами направо и налево, соблюдая правила безопасного передвижения.

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

5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог продолжает уточнять и расширять представления детей о факторах, положительно влияющих на здоровье (правильное питание, выбор полезных продуктов, занятия физкультурой, прогулки на свежем воздухе). Формировать представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и другие) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о правилах безопасного поведения в

двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок. Продолжает воспитывать заботливое отношение к здоровью своему и окружающих (соблюдать чистоту и правила гигиены, правильно питаться, выполнять профилактические упражнения для сохранения и укрепления здоровья).

#### б) Активный отдых.

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

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 30-40 минут. Содержание составляют: подвижные игры, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, творческие задания.

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

Дни здоровья: педагог проводит 1 раз в квартал. В этот день проводятся оздоровительные мероприятия и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии. Педагог организует для детей непродолжительные пешие прогулки и экскурсии с постепенно удлиняющимися переходами - на стадион, в парк, на берег моря и другое. Время перехода в одну сторону составляет 30-40 минут, общая продолжительность не более 1,5-2 часов. Время непрерывного движения 20 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. Педагог формирует представления о туризме как виде активного отдыха и способе ознакомления с природой и культурой родного края; оказывает помощь в подборе снаряжения (необходимых вещей и одежды) для туристской прогулки, организует наблюдение за природой, обучает ориентироваться на местности, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения, осторожность в преодолении препятствий; организует с детьми разнообразные подвижные игры во время остановки.

#### **От 6 лет до 7 лет.**

Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития:

обогащать двигательный опыт детей с помощью упражнений основной гимнастики, развивать умения технично, точно, осознанно, рационально и выразительно выполнять физические упражнения, осваивать туристские навыки;

развивать психофизические качества, точность, меткость, глазомер, мелкую моторику, ориентировку в пространстве; самоконтроль, самостоятельность, творчество;

поощрять соблюдение правил в подвижной игре, проявление инициативы и самостоятельности при её организации, партнерское взаимодействие в команде;

воспитывать патриотизм, нравственно-волевые качества и гражданскую идентичность в двигательной деятельности и различных формах активного отдыха;

формировать осознанную потребность в двигательной деятельности, поддерживать интерес к физической культуре и спортивным достижениям России, расширять представления о разных видах спорта;

сохранять и укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, расширять и уточнять представления о здоровье, факторах на него влияющих, средствах его укрепления, туризме, как форме активного отдыха, физической культуре и спорте, спортивных событиях и достижениях, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности и при проведении туристских прогулок и экскурсий;

воспитывать бережное, заботливое отношение к здоровью и человеческой жизни, развивать стремление к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих людей, оказывать помощь и поддержку другим людям.

#### *Содержание образовательной деятельности.*

Педагог создает условия для дальнейшего совершенствования основных движений, развития психофизических качеств и способностей, закрепления общеразвивающих, музыкально-ритмических упражнений и их комбинаций, спортивных упражнений, освоения элементов спортивных игр, игр-эстафет. Поощряет стремление выполнять упражнения технично, рационально, экономно, выразительно, в соответствии с разнообразным характером музыки, ритмом, темпом, амплитудой.

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

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

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

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

#### Основные движения:

бросание, катание, ловля, метание: бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками не менее 20 раз подряд, одной рукой не менее 10 раз; передача и перебрасывание мяча друг другу сидя по-турецки, лежа на животе и на спине, в

ходьбе; прокатывание и перебрасывание друг другу набивных мячей; перебрасывание мяча друг другу снизу, от груди, сверху двумя руками; одной рукой от плеча; передача мяча с отскоком от пола из одной руки в другую; метание в цель из положения стоя на коленях и сидя; метание вдаль, метание в движущуюся цель; забрасывание мяча в баскетбольную корзину; катание мяча правой и левой ногой по прямой, в цель, между предметами, друг другу; ведение мяча, продвигаясь между предметами, по кругу; ведение мяча с выполнением заданий (поворотом, передачей другому).

ползание, лазанье: ползание на четвереньках по гимнастической скамейке вперед и назад; на животе и на спине, отталкиваясь руками и ногами; влезание на гимнастическую стенку до верха и спуск с нее чередующимся шагом одноименным и разноименным способом; перелезание с пролета на пролет по диагонали; пролезание в обруч разными способами; лазанье по веревочной лестнице; выполнение упражнений на канате (захват каната ступнями ног, выпрямление ног с одновременным сгибанием рук, перехватывание каната руками); влезание по канату на доступную высоту;

ходьба: ходьба обычная, гимнастическим шагом, скрестным шагом, спиной вперед; выпадами, с закрытыми глазами, приставными шагами назад; в приседе, с различными движениями рук, в различных построениях; бег: бег в колонне по одному, враспынную, парами, тройками, четверками; с остановкой по сигналу, в сочетании с прыжками (с линии на линию, из кружка в кружок); высоко поднимая колени, стараясь коснуться коленями ладоней согнутых в локтях рук; с захлестыванием голени назад; выбрасывая прямые ноги вперед; бег 10 м с наименьшим числом шагов; медленный бег до 2-3 минут; быстрый бег 20 м 2-3 раза с перерывами; челночный бег 3x10 м; бег наперегонки; бег из разных исходных положений (лежа на животе, ногами по направлению к движению, сидя по-турецки, лежа на спине, головой к направлению бега); бег со скакалкой, бег по пересеченной местности;

прыжки: подпрыгивания на двух ногах 30 раз в чередовании с ходьбой, на месте и с поворотом кругом; смещая ноги вправо-влево-вперед-назад, с движениями рук; впрыгивание на предметы высотой 30 см с разбега 3 шага; подпрыгивания вверх из глубокого приседа; прыжки на одной ноге, другой толкая перед собой камешек; прыжки в длину и в высоту с места и с разбега на соревнование;

прыжки с короткой скакалкой: прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками и без них; прыжки с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через обруч, вращая его как скакалку; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки через вращающуюся скакалку с места; вбегание под вращающуюся скакалку - прыжок - выбегание; пробегание под вращающейся скакалкой парами.

упражнения в равновесии: подпрыгивание на одной ноге, продвигаясь вперед, другой ногой катя перед собой набивной мяч; стойка на носках; стойка на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; ходьба по гимнастической скамейке, с перешагиванием посередине палки, пролезанием в обруч, приседанием и поворотом кругом; ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге, другую

пронося прямой вперед сбоку скамейки; ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки прямо и боком; ходьба по гимнастической скамейке, на каждый шаг высоко поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; прыжки на одной ноге вперед, удерживая на колени другой ноги мешочек с песком; ходьба по шнуру, опираясь на стопы и ладони; кружение с закрытыми глазами, остановкой и сохранением заданной позы; после бега, прыжков, кружения остановка и выполнение «ласточки».

Педагог способствует совершенствованию двигательных навыков детей, создает условия для поддержания инициативы и развития творчества, выполнения упражнений в различных условиях и комбинациях, использования двигательного опыта в игровой деятельности и повседневной жизни. Общеразвивающие упражнения:

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

упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника: повороты корпуса вправо и влево из разных исходных положений, наклоны вперед, вправо, влево из положения стоя и сидя; поочередное поднятие и опускание ног лежа на спине; упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса: сгибание и разгибание ног, махи ногами из положения стоя, держась за опору, лежа на боку, сидя, стоя на четвереньках; выпады вперед и в сторону; приседания у стены (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены); подошвенное и тыльное сгибание и разгибание стоп; захватывание предметов ступнями и пальцами ног, перекладывание их с места на место.

Педагог проводит с детьми разнообразные упражнения с акцентом на качестве выполнения движений, в том числе, в парах, с предметами и без них, из разных исходных положений, в разном темпе, с разным мышечным напряжением и амплитудой, с музыкальным сопровождением. Предлагает упражнения с разноименными движениями рук и ног, на ориентировку в пространстве, с усложнением исходных положений и техники выполнения (вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кистях рук, перед собой и сбоку и другое). Педагог поддерживает и поощряет инициативу, самостоятельность и творчество детей (придумать новое упражнение или комбинацию из знакомых движений). Разученные упражнения включаются в комплексы утренней гимнастики, физкультурминутки и другие формы физкультурно-оздоровительной работы.

Ритмическая гимнастика:

музыкально-ритмические упражнения и комплексы общеразвивающих упражнений (ритмической гимнастики) педагог включает в содержание физкультурных занятий, в физкультурминутки, утреннюю гимнастику, различные формы активного отдыха и подвижные игры. Могут быть использованы следующие упражнения, разученные на музыкальных занятиях: танцевальный шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом, с хлопками, поочередное выбрасывание ног

вперед в прыжке, на носок, приставной шаг с приседанием и без, с продвижением вперед, назад а сторону, кружение, подскоки, приседание с выставлением ноги вперед, в сторону на носок и на пятку, комбинации из двух-трех движений в сочетании с хлопками, с притопом, движениями рук, в сторону в такт и ритм музыки.

Строевые упражнения:

педагог совершенствует навыки детей в построении, перестроении, передвижении строем: быстрое и самостоятельное построение в колонну по одному и по два, в круг, в шеренгу; равнение в колонне, шеренге; перестроение из одной колонны в колонну по двое, по трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько (2-3); расчет на первый - второй и перестроение из одной шеренги в две; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом; повороты во время ходьбы на углах площадки.

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

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

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

Городки: бросание биты сбоку, от плеча, занимая правильное исходное положение; знание 4-5 фигур, выбивание городков с полукона и кона при наименьшем количестве бросков бит.

Элементы баскетбола: передача мяча друг другу (двумя руками от груди, одной рукой от плеча); перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди, стоя напротив друг друга и в движении; ловля летящего мяча на разной высоте (на уровне груди, над головой, сбоку, снизу, у пола и тому подобное) и с разных сторон; забрасывание мяча в корзину двумя руками из-за головы, от плеча; ведение мяча одной рукой, передавая его из одной руки в другую, передвигаясь в разных направлениях, останавливаясь и снова передвигаясь по сигналу.

Элементы футбола: передача мяча друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте; ведение мяч «змейкой» между расставленными предметами, попадание в предметы, забивание мяча в ворота, игра по упрощенным правилам.

Элементы хоккея: (без коньков - на снегу, на траве): ведение шайбы клюшкой, не отрывая её от шайбы; прокатывание шайбы клюшкой друг другу, задерживание шайбы клюшкой; ведение шайбы клюшкой вокруг предметов и между ними; забрасывание шайбы в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева); попадание шайбой в ворота, ударяя по ней с места и после ведения.

Бадминтон: перебрасывание волана ракеткой на сторону партнера без сетки, через сетку, правильно удерживая ракетку.

Элементы настольного тенниса: подготовительные упражнения с ракеткой и мячом (подбрасывать и ловить мяч одной рукой, ракеткой с ударом о пол, о стену); подача мяча через сетку после его отскока от стола.

4) Спортивные упражнения: педагог продолжает обучать детей спортивным упражнениям на прогулке или во время физкультурных занятий на свежем воздухе в зависимости от имеющихся условий, а также региональных и климатических особенностей.

Катание на санках: игровые задания и соревнования в катании на санях на скорость.

Ходьба на лыжах: скользящим шагом по лыжне, заложив руки за спину 500-600 метров в медленном темпе в зависимости от погодных условий; попеременным двухшажным ходом (с палками); повороты переступанием в движении; поднимание на горку «лесенкой», «ёлочкой».

Катание на коньках: удержание равновесия и принятие исходного положения на коньках (на снегу, на льду); приседания из исходного положения; скольжение на двух ногах с разбега; повороты направо и налево во время скольжения, торможения; скольжение на правой и левой ноге, попеременно отталкиваясь.

Катание на двухколесном велосипеде, самокате: по прямой, по кругу, змейкой, объезжая препятствие, на скорость.

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

5) Формирование основ здорового образа жизни: педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и другие), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов. Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивными инвентарем, оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий. Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представление о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие; воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии других людей.

### б) Активный отдых.

Физкультурные праздники и досуги: педагоги организуют праздники (2 раза в год, продолжительностью не более 1,5 часов). Содержание праздников предусматривают сезонные спортивные упражнения, элементы соревнования, с включением игр-эстафет, спортивных игр, на базе ранее освоенных физических упражнений.

Досуг организуется 1-2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе, продолжительностью 40-45 минут. Содержание досуга включает: подвижные игры, в том числе, игры народов России, игры-эстафеты, музыкально-ритмические упражнения, импровизацию, танцевальные упражнения, творческие задания.

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

Дни здоровья: проводятся 1 раз в квартал. В этот день педагог организует оздоровительные мероприятия, в том числе физкультурные досуги, и туристские прогулки.

Туристские прогулки и экскурсии организуются при наличии возможностей дополнительного сопровождения и организации санитарных стоянок.

Педагог организует пешеходные прогулки. Время перехода в одну сторону составляет 35-40 минут, общая продолжительность не более 2-2,5 часов. Время непрерывного движения 20-30 минут, с перерывом между переходами не менее 10 минут. В ходе туристской прогулки с детьми проводятся подвижные игры и соревнования, наблюдения за природой родного края, ознакомление с памятниками истории, боевой и трудовой славы, трудом людей разных профессий.

Для организации детского туризма педагог формирует представления о туризме, как форме активного отдыха, туристских маршрутах, видах туризма, правилах безопасности и ориентировки на местности: правильно по погоде одеваться для прогулки, знать содержимое походной аптечки, укладывать рюкзак весом от 500 гр. до 1 кг (более тяжелые вещи класть на дно, скручивать валиком и аккуратно укладывать запасные вещи и коврик, продукты, мелкие вещи, игрушки, регулировать лямки); преодолевать несложные препятствия на пути, наблюдать за природой и фиксировать результаты наблюдений, ориентироваться на местности, оказывать помощь товарищу, осуществлять страховку при преодолении препятствий, соблюдать правила гигиены и безопасного поведения во время туристской прогулки.

8. Решение совокупных задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;

формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;

становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам;

воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств;

приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;

формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.

### **Плавание.**

*Первый год обучения.*

*Группа младшего возраста от 3 до 4 лет.*

Младший дошкольный возраст – возраст активного приобщения к воде, подготовка к занятиям плаванием. Малыши лучше, быстрее и менее болезненно адаптируются к новым условиям жизни, если с первых же дней посещения дошкольного учреждения имеют возможность купаться, играть и плескаться в бассейне.

На занятиях дети учатся не бояться воды, безбоязненно играть и плескаться, входить в воду и выходить из нее самостоятельно. Приучаются к простейшим передвижениям в воде, к погружению. Пробуют освоить выдохи в воду. Кроме того, они уже знакомятся с некоторыми свойствами воды.

На данном этапе обучения прививаются гигиенические навыки: самостоятельно раздеваться, одеваться и вытираться; принимать душ, запоминать личные вещи. Происходит знакомство с основными правилами и их соблюдение.

К концу года дети могут: погружать лицо и голову в воду, ходить, бегать (игра «Догони меня», «Бегом за мячом»); выполнять упражнение «Крокодилчик»; дуть на воду, пытаться выполнять вдох над водой и выдох в воду; прыгать по бассейну с продвижением вперед; выпрыгивать вверх из приседа; пытаться лежать на воде, вытянувшись в положении на груди.

*Второй год обучения.*

*Группа среднего дошкольного возраста от 4 до 5 лет.*

У детей пятого года жизни закрепляются умения и навыки плавания, приобретённые в младшем возрасте. Для их совершенствования важно, чтобы упражнения усложнялись, повышались требования к самостоятельности детей. На занятиях в средней группе дети обучаются держаться на поверхности воды (всплывать, лежать, скользить) хотя бы в течение непродолжительного времени, тем самым получая представление о выталкивающей поддерживающей силе воды, кроме того, дети должны научиться, самостоятельно выполнять вдох - выдох в воду несколько раз.

С учетом основных задач обучения плаванию мы включаем на данном этапе игры с игрушками, включая все виды ходьбы, бега и прыжков (упражнения усложняются по мере их усвоения детьми). Занятие начинается с построения группы и переключки детей. Занятие начинается с ОРУ на суше или в воде (упражнения должны быть энергичными). Количество повторений упражнений и игр, их

интенсивность увеличивается по мере овладения навыками. Дозировка упражнений для мальчиков и девочек пятого года жизни одинакова. В средней группе идёт обучение лежанию на воде, всплытию, скольжению. В обучении плаванию используются разнообразные игры, подготовительные и подводящие упражнения. С большинством упражнений дети знакомятся вначале на суше, а потом разучивают их в воде. Также идёт обучение таким упражнениям как «Стрела», «Медуза», «Поплавок», «Звезда». При обучении детей среднего дошкольного возраста плаванию уделяется большое внимание формированию правильных навыков. Это связано с тем, что первоначально созданные и закреплённые, они не разрушаются полностью и впоследствии могут проявиться. При неправильно сформированных навыках в плавании (скольжении) движения выполняются неэкономно, и это затрудняет весь дальнейший процесс обучения. По мнению Т. И. Осокиной, к концу учебного года дети средней группы в воде должны уметь: доставать со дна игрушку, погружаясь в воду с открытыми глазами; делать выдох в воду (5-6 раз); скользить на груди; выполнять упражнение «поплавок» (3-4 раза); с помощью взрослого лежать на спине. При таком подходе уже в средней группе выполняются требования программы воспитания и обучения в детском саду по плаванию.

### *Третий год обучения.*

#### *Группа старшего дошкольного возраста от 5 до 6 лет.*

В старшей группе начинается новый этап в обучении: осваиваются умения и навыки определённых способов плавания, разучивается их техника. Желательно чтобы дети овладели техникой плавания кролем на груди и на спине, а также ознакомились с плаванием способами брасс и дельфин. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность и умение использовать приобретённые навыки. У детей старшей группы идёт совершенствование умений и навыков, приобретённых на занятиях в средней группе. Упражнения в воде и игры выполняются без поддержки взрослого. Преподаватель находится с детьми в бассейне только при разучивании сложно координационных движений.

В старшей группе продолжается совершенствование скольжения с задержкой дыхания, совершенствование упражнений «Стрела», «Медуза», «Поплавок», «Звезда», знакомство со спортивными видами плавания. Особое внимание обращается на работу рук при плавании разными способами, согласование работы рук с дыханием. На каждом занятии прорабатываются все плавательные движения, которые разучивались в средней группе. Последовательность выполнения упражнений для обучения плаванию сохраняется в работе с детьми всех возрастных групп. Процесс обучения старших дошкольников уплотняется, интенсивнее становится формирование навыков подготовительных к плаванию движений. Переход к упражнениям, помогающим овладеть техникой плавания кролем на груди и на спине можно начинать раньше.

### *Четвёртый год обучения.*

#### *Группа старшего дошкольного возраста от 6 до 7 лет.*

В подготовительной группе завершается обучение плаванию в детском саду. Но это не означает, что они полностью овладели правильной техникой способов плавания.

Большинство детей осваивает плавание кролем на груди и на спине в общих чертах. В группах детей подготовительного возраста осваиваются умения и навыки определенных способов плавания, разучивается их техника. Желательно, чтобы дети овладели техникой плавания кролем на груди, на спине, а также ознакомились с плаванием способами брасс и дельфин. Если ребенок продолжает занятия, перейдя из старшей группы в подготовительную группу, то порядок их проведения остается прежним, но увеличивается количество упражнений и интенсивность их выполнения. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность, умение использовать приобретенные навыки. Процесс обучения старших дошкольников уплотняется, интенсивнее становится формирование навыков подготовительных упражнений. Использование игр - эстафет и включение элементов соревнования с установкой на лучшее качество выполнения позволяет создать эмоциональное отношение ребенка к выполняемому заданию.

Основным показателем успешной реализации программы является устойчивое позитивно – эмоциональное отношение ребенка к воде, (наблюдение за ребенком), позитивное восприятие занятий по плаванию, а так же сформированные двигательные навыки (выполнение диагностических заданий).

### **2.3. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации РП.**

Согласно ФГОС ДО педагоги детского сада используют различные формы реализации ООП ДО в соответствии с видом детской деятельности и возрастными особенностями детей:

1) в раннем возрасте (1 год – 3 года):

-предметная деятельность (орудийно-предметные действия - ест ложкой, пьет из кружки и другое);

-экспериментирование с материалами и веществами (песок, вода, тесто и другие);

-ситуативно-деловое общение со взрослым и эмоционально-практическое со сверстниками под руководством взрослого;

-двигательная деятельность (основные движения, общеразвивающие упражнения, простые подвижные игры);

-игровая деятельность (отобразительная и сюжетно-отобразительная игра, игры с дидактическими игрушками);

-речевая (понимание речи взрослого, слушание и понимание стихов, активная речь);

-изобразительная деятельность (рисование, лепка) и конструирование из мелкого и крупного строительного материала;

-самообслуживание и элементарные трудовые действия (убирает игрушки, подметает веником, поливает цветы из лейки и другое);

-музыкальная деятельность (слушание музыки и исполнительство, музыкально-ритмические движения).

2) в дошкольном возрасте (3 года - 8 лет):

-игровая деятельность (сюжетно-ролевая, театрализованная, режиссерская, строительно-конструктивная, дидактическая, подвижная и другие);

-общение со взрослым (ситуативно-деловое, внеситуативно-познавательное, внеситуативно-личностное) и сверстниками (ситуативно-деловое, внеситуативно-деловое);

-речевая деятельность (слушание речи взрослого и сверстников, активная диалогическая и монологическая речь);

-познавательно-исследовательская деятельность и экспериментирование;

изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация) и конструирование из разных материалов по образцу, условию и замыслу ребёнка;

-двигательная деятельность (основные виды движений, общеразвивающие и спортивные упражнения, подвижные и элементы спортивных игр и другие);

элементарная трудовая деятельность (самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, труд в природе, ручной труд);

-музыкальная деятельность (слушание и понимание музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игра на детских музыкальных инструментах).

#### Формы организации двигательной деятельности:

1. Физкультурные занятия: в традиционной форме; в форме круговой тренировки; сюжетно-игровые; состоящие из набора подвижных игр (большой, средней и малой интенсивности); в форме соревнования; контрольно-зачётные.

2. Подвижные игры: сюжетные; бессюжетные; игры с правилами; народные подвижные игры.

3. Игровые упражнения.

4. Элементы спортивных игр: футбол; баскетбол; бадминтон; хоккей.

5. Физкультурные праздники.

#### Способы организации двигательной деятельности:

1. Фронтальный способ.

2. Поточный способ.

3. Групповой, подгрупповой способы.

4. Индивидуальный способ.

Для достижения задач воспитания в ходе реализации ООП ДО педагоги используют следующие методы:

- организации опыта поведения и деятельности (приучение к положительным формам общественного поведения, упражнение, воспитывающие ситуации, игровые методы);

- осознания детьми опыта поведения и деятельности (рассказ на моральные темы, разъяснение норм и правил поведения, чтение художественной литературы, этические беседы, обсуждение поступков и жизненных ситуаций, личный пример);

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

Методы организации двигательной деятельности:

1) Наглядные: наглядно-зрительные приёмы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физкультурного оборудования, зрительные ориентиры); тактильно-мышечные приёмы (непосредственная помощь инструктора).

2) Словесные: объяснения, пояснения, указания; подача команд, распоряжений, сигналов; вопросы к детям и поиск ответов; образный сюжетный рассказ, беседа; словесная инструкция.

3) Практические: выполнение и повторение упражнений с изменениями и без изменений; выполнение упражнений в игровой форме; выполнение упражнений в соревновательной форме.

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

- при использовании информационно-рецептивного метода предъявляется информация, организуются действия ребёнка с объектом изучения (распознающее наблюдение, рассматривание картин, демонстрация кино- и диафильмов, просмотр компьютерных презентаций, рассказы педагога или детей, чтение);

- репродуктивный метод предполагает создание условий для воспроизведения представлений и способов деятельности, руководство их выполнением (упражнения на основе образца педагога, беседа, составление рассказов с опорой на предметную или предметно-схематическую модель);

- метод проблемного изложения представляет собой постановку проблемы и раскрытие пути её решения в процессе организации опытов, наблюдений;

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

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

Для решения задач воспитания и обучения широко применяется метод проектов. Он способствует развитию у детей исследовательской активности, познавательных интересов, коммуникативных и творческих способностей, навыков сотрудничества и другое. Выполняя совместные проекты, дети получают представления о своих возможностях, умениях, потребностях.

Осуществляя выбор методов воспитания и обучения, педагоги учитывают возрастные и личностные особенности детей, педагогический потенциал каждого метода, условия его применения, реализуемые цели и задачи, прогнозируют возможные результаты.

Для решения задач воспитания и обучения целесообразно использовать комплекс методов.

При реализации ООП педагоги используют различные средства, представленные совокупностью материальных и идеальных объектов:

1. демонстрационные и раздаточные;
2. визуальные, аудиальные, аудиовизуальные;
3. естественные и искусственные;
4. реальные и виртуальные.

Средства ООП ДО используются для развития следующих видов деятельности детей:

- двигательной (оборудование для ходьбы, бега, ползания, лазанья, прыгания, занятий с мячом и другое);
- предметной (образные и дидактические игрушки, реальные предметы и другое);
- игровой (игры, игрушки, игровое оборудование и другое); коммуникативной (дидактический материал, предметы, игрушки, видеофильмы и другое);
- познавательно-исследовательской и экспериментирования (натуральные предметы и оборудование для исследования и образно-символический материал, в том числе макеты, плакаты, модели, схемы и другое);
- чтения художественной литературы (книги для детского чтения, в том числе аудиокниги, иллюстративный материал);
- трудовой (оборудование и инвентарь для всех видов труда);
- продуктивной (оборудование и материалы для лепки, аппликации, рисования и конструирования);
- музыкальной (детские музыкальные инструменты, дидактический материал и другое).

Вариативность форм, методов и средств реализации ООП ДО зависит не только от учёта 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 ребёнка в образовательном процессе.

При выборе форм, методов, средств реализации ООП педагоги учитывают субъектные проявления ребёнка в деятельности: интерес к миру и культуре; избирательное отношение к социокультурным объектам и разным видам деятельности; инициативность и желание заниматься той или иной деятельностью; самостоятельность в выборе и осуществлении деятельности; творчество в интерпретации объектов культуры и создании продуктов деятельности.

Выбор педагогами педагогически обоснованных форм, методов, средств реализации ООП ДО, адекватных образовательным потребностям и предпочтениям детей, их соотношение и интеграция при решении задач воспитания и обучения обеспечивает их вариативность.

## **2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик.**

Образовательная деятельность в детском саду 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 рабочей программы.

Образовательная деятельность организуется как совместная деятельность педагога и детей, самостоятельная деятельность детей. В зависимости от решаемых образовательных задач, желаний детей, их образовательных потребностей, педагог может выбрать один или несколько вариантов совместной деятельности:

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

совместная деятельность ребёнка с педагогом, при которой ребёнок и педагог - равноправные партнеры;

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

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

4) самостоятельная, спонтанно возникающая, совместная деятельность детей без всякого участия педагога. Это могут быть самостоятельные игры детей (сюжетно-ролевые, режиссерские, театрализованные, игры с правилами, музыкальные и другое), самостоятельная изобразительная деятельность по выбору детей, самостоятельная познавательно-исследовательская деятельность (опыты, эксперименты и другое).

Организуя различные виды деятельности, педагог учитывает опыт ребёнка, 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 ребёнка, являясь преобладающим видом его самостоятельной деятельности. В игре закладываются основы личности ребёнка, 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 ребёнка приводит к серьезным проблемам, прежде всего, в социальном развитии детей.

Учитывая потенциал игры для разностороннего развития ребёнка и становления его личности, педагог максимально использует все варианты её 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 ребёнка. 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, может включать:

- игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами (сюжетно-ролевые, режиссерские, дидактические, подвижные, музыкальные и другие);

- беседы с детьми по их интересам, развивающее общение педагога с детьми (в том числе в форме утреннего и вечернего круга), рассматривание картин, иллюстраций;

- практические, проблемные ситуации, упражнения (по освоению культурно-гигиенических навыков и культуры здоровья, правил и норм поведения и другие);

- наблюдения за объектами и явлениями природы, трудом взрослых;

- трудовые поручения и дежурства (уборка инвентаря после занятия);

- индивидуальную работу с детьми в соответствии с задачами разных образовательных областей;

- продуктивную деятельность детей по интересам детей (рисование, конструирование, лепка и другое);

- оздоровительные и закаливающие процедуры, здоровьесберегающие мероприятия, двигательную деятельность (подвижные игры, гимнастика и другое).

Согласно требованиям СанПиН 1.2.3685-21 в режиме дня предусмотрено время для проведения занятий по физической культуре.

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, выбор которых осуществляется педагогам самостоятельно. Занятие является формой организации обучения, наряду с экскурсиями, дидактическими играми, играми-путешествиями и другими. Оно может проводиться в виде образовательных ситуаций, тематических событий, проектной деятельности, проблемно-обучающих ситуаций, интегрирующих содержание образовательных областей, творческих и исследовательских проектов и так далее. В рамках отведенного времени педагог может организовывать образовательную деятельность с учётом интересов, желаний детей, их образовательных потребностей, включая детей дошкольного возраста в процесс сотворчества, содействия, сопереживания.

### Планирование занятий

№/п	Содержание	Первая младшая группа	Вторая младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготов. группа
1	<b>Физическая культура в помещении</b>	2раза в неделю	2раза в неделю	2раза в неделю	2раза в неделю	2раза в неделю
2	<b>Физическая культура на прогулке (корпус № 2)</b>	1раз в неделю	1 раз в неделю	1раз в неделю	1 раз в неделю	1раз в неделю
2.1	<b>Физическая культура в бассейне (корпус № 1)</b>	1раз в неделю	1 раз в неделю	1раз в неделю	1 раз в неделю	1раз в неделю
3	<b>Познавательное развитие</b>	1 раз в неделю	2 раза в неделю	2 раза в неделю	3 раза в неделю	3раза в неделю
4	<b>Развитие речи</b>	2 раза в неделю	1 раз в неделю	1раз в неделю	2раза в неделю	2раза в неделю
5	<b>Рисование</b>	1 раз в неделю	1 раз в неделю	1 раз в неделю	3 раз в 2 недели	3 раза в 2 недели
6	<b>Лепка</b>	1 раз в неделю	1 раз в 2 недели	1раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1раз в 2 недели
7	<b>Аппликация</b>		1 раз в 2 недели	1раз в 2 недели	1 раз в 2 недели	1 раз в 2недели

8.	<b>Ручной труд</b>				1 раз в 2 недели	1 раз в 2 недели
9	<b>Музыка</b>	2раза в неделю	2раза в неделю	2раза в неделю	2раза в неделю	2раза в неделю
	<b>Итого</b>	10 занятий в неделю	10 занятий в неделю	10 занятий в неделю	13 занятий внеделю	13 занятий в неделю

Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки, включает:

- наблюдения за объектами и явлениями природы, направленные на установление разнообразных связей и зависимостей в природе, воспитание отношения к ней;

- подвижные игры и спортивные упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей;

- экспериментирование с объектами неживой природы;

- сюжетно-ролевые и конструктивные игры (с песком, со снегом, с природным материалом);

- элементарную трудовую деятельность детей на участке ДОО;

- свободное общение педагога с детьми;

- индивидуальную работу;

- проведение спортивных праздников (при необходимости).

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

- элементарную трудовую деятельность детей (уборка групповой комнаты; ремонт книг, настольно-печатных игр; стирка кукольного белья; изготовление игрушек-самоделок для игр малышей);

- проведение зрелищных мероприятий, развлечений, праздников (кукольный, настольный, теневой театры, игры-драматизации; концерты; спортивные, музыкальные и литературные досуги и другое);

- игровые ситуации, индивидуальные игры и игры небольшими подгруппами (сюжетно-ролевые, режиссерские, дидактические, подвижные, музыкальные и другие);

- опыты и эксперименты, практико-ориентированные проекты, коллекционирование и другое;

- чтение художественной литературы, прослушивание аудиозаписей лучших образцов чтения, рассматривание иллюстраций, просмотр мультфильмов и так далее;

- слушание и исполнение музыкальных произведений, музыкально-ритмические движения, музыкальные игры и импровизации;

- организация и (или) посещение выставок детского творчества, изобразительного искусства, мастерских; просмотр репродукций картин классиков и современных художников и другого;

- индивидуальную работу по всем видам деятельности и образовательным областям;

- работу с родителями (законными представителями).

Для организации самостоятельной деятельности детей в группе создаются различные центры активности (игровой, литературный, спортивный, творчества, познания и другое). Самостоятельная деятельность предполагает самостоятельный выбор ребёнком её содержания, времени, партнеров. Педагог может направлять и поддерживать свободную самостоятельную деятельность детей (создавать проблемно-игровые ситуации, ситуации общения, поддерживать познавательные интересы детей, изменять предметно-развивающую среду и другое).

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.

К культурным практикам относят игровую, продуктивную, познавательно-исследовательскую, коммуникативную практики, чтение художественной литературы.

Культурные практики предоставляют ребёнку возможность проявить свою субъектность с разных сторон, что, в свою очередь, способствует становлению разных видов детских инициатив:

- в игровой практике ребёнок проявляет себя как творческий субъект (творческая инициатива);

- в продуктивной - созидающий и волевой субъект (инициатива целеполагания);

- в познавательно-исследовательской практике - как субъект исследования (познавательная инициатива);

- коммуникативной практике - как партнер по взаимодействию и собеседник (коммуникативная инициатива);

- чтение художественной литературы дополняет развивающие возможности других культурных практик детей дошкольного возраста (игровой, познавательно-исследовательской, продуктивной деятельности).

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.

#### 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 ребёнка исследовать, играть, лепить, рисовать, сочинять, петь, танцевать, конструировать, ориентируясь на собственные интересы, позволяет обеспечить такие важные составляющие эмоционального благополучия ребёнка ДОО как уверенность в себе, чувство защищенности, комфорта, положительного самоощущения.

Наиболее благоприятными отрезками времени для организации свободной самостоятельной деятельности детей является утро, когда ребёнок приходит в ДОО и вторая половина дня.

Любая деятельность ребёнка в ДОО может протекать в форме самостоятельной инициативной деятельности, например:

- самостоятельная исследовательская деятельность и экспериментирование;
- свободные сюжетно-ролевые, театрализованные, режиссерские игры;
- игры - импровизации и музыкальные игры;
- речевые и словесные игры, игры с буквами, слогами, звуками;
- логические игры, развивающие игры математического содержания;
- самостоятельная деятельность в книжном уголке;
- самостоятельная изобразительная деятельность, конструирование;
- самостоятельная двигательная деятельность, подвижные игры, выполнение ритмических и танцевальных движений.

Для поддержки детской инициативы педагог должен учитывать следующие условия:

- уделять внимание развитию детского интереса к окружающему миру, поощрять желание ребёнка получать новые знания и умения, осуществлять деятельностные пробы в соответствии со своими интересами, задавать познавательные вопросы;

- организовывать ситуации, способствующие активизации личного опыта ребёнка в деятельности, побуждающие детей к применению знаний, умений при выборе способов деятельности;

- расширять и усложнять в соответствии с возможностями и особенностями развития детей область задач, которые ребёнок способен и желает решить самостоятельно, уделять внимание таким задачам, которые способствуют активизации у ребёнка творчества, сообразительности, поиска новых подходов;

- поощрять проявление детской инициативы в течение всего дня пребывания ребёнка в ДОО, используя приемы поддержки, одобрения, похвалы;

- создавать условия для развития произвольности в деятельности, использовать игры и упражнения, направленные на тренировку волевых усилий, поддержку готовности и желания ребёнка преодолевать трудности, доводить деятельность до результата;

- поощрять и поддерживать желание детей получить результат деятельности, обращать внимание на важность стремления к качественному результату, подсказывать ребёнку, проявляющему небрежность и равнодушие к результату, как можно довести дело до конца, какие приемы можно использовать, чтобы проверить качество своего результата;

- внимательно наблюдать за процессом самостоятельной деятельности детей, в случае необходимости оказывать детям помощь, но стремиться к её дозированию. Если ребёнок испытывает сложности при решении уже знакомой ему задачи, когда изменилась обстановка или иные условия деятельности, то целесообразно и достаточно использовать приемы наводящих вопросов, активизировать собственную активность и смекалку ребёнка, намекнуть, посоветовать вспомнить, как он действовал в аналогичном случае;

- поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребёнка, побуждать к проявлению инициативы и творчества через использование приемов похвалы, одобрения, восхищения.

В возрасте 3-4 лет у ребёнка активно проявляется потребность в общении со взрослым, ребёнок стремится через разговор с педагогом познать окружающий мир, узнать об интересующих его действиях, сведениях. Поэтому ребёнок задает различного рода вопросы. Важно поддержать данное стремление ребёнка, поощрять познавательную активность детей младшего дошкольного возраста, использовать педагогические приемы, направленные на развитие стремлений ребёнка наблюдать, сравнивать предметы, обследовать их свойства и качества. Педагогу важно проявлять внимание к детским вопросам, поощрять и поддерживать их познавательную активность, создавать ситуации, побуждающие ребёнка самостоятельно искать решения возникающих проблем, осуществлять деятельностные пробы. При проектировании режима дня педагог уделяет особое внимание организации вариативных активностей детей, чтобы ребёнок получил возможность участвовать в разнообразных делах: в играх, в экспериментах, в рисовании, в общении, в творчестве (имитации, танцевальные импровизации и тому подобное), в двигательной деятельности.

С четырех-пяти лет у детей наблюдается высокая активность. Данная потребность ребёнка является ключевым условием для развития самостоятельности во всех сферах его жизни и деятельности. Педагогу важно обращать особое внимание на освоение детьми системы разнообразных обследовательских действий, приемов простейшего анализа, сравнения, умения наблюдать для поддержки самостоятельности в познавательной деятельности. Педагог намеренно насыщает жизнь детей проблемными практическими и познавательными ситуациями, в которых детям необходимо самостоятельно применить освоенные приемы. Всегда необходимо доброжелательно и заинтересованно относиться к детским вопросам и проблемам, быть готовым стать партнером в обсуждении, поддерживать и направлять детскую познавательную активность, уделять особое внимание доверительному общению с ребёнком. В течение дня педагог создает различные ситуации, побуждающие детей проявить инициативу, активность, желание совместно искать верное решение проблемы. Такая планомерная деятельность способствует развитию у ребёнка умения решать возникающие перед ними задачи, что способствует развитию самостоятельности и уверенности в себе. Педагог стремится создавать такие ситуации, в которых дети приобретают опыт дружеского общения, совместной деятельности, умений командной работы. Это могут быть ситуации

волонтерской направленности: взаимной поддержки, проявления внимания к старшим, заботы о животных, бережного отношения к вещам и игрушкам.

Важно, чтобы у ребёнка всегда была возможность выбора свободной деятельности, поэтому атрибуты и оборудование для детских видов деятельности должны быть достаточно разнообразными и постоянно меняющимися (смена примерно раз в два месяца).

Дети пяти-семи лет имеют яркую потребность в самоутверждении и признании со стороны взрослых. Поэтому педагогу важно обратить внимание на те педагогические условия, которые развивают детскую самостоятельность, инициативу и творчество. Для этого педагог создает ситуации, активизирующие желание детей применять свои знания и умения, имеющийся опыт для самостоятельного решения задач. Он регулярно поощряет стремление к самостоятельности, старается определять для детей все более сложные задачи, активизируя их усилия, развивая произвольные умения и волю, постоянно поддерживает желание преодолевать трудности и поощряет ребёнка за стремление к таким действиям, нацеливает на поиск новых, творческих решений возникших затруднений.

Для поддержки детской инициативы педагогу рекомендуется использовать ряд способов и приемов.

1. Не следует сразу помогать ребёнку, если он испытывает затруднения решения задачи, важно побуждать его к самостоятельному решению, подбадривать и поощрять попытки найти решение. В случае необходимости оказания помощи ребёнку, педагог сначала стремится к её минимизации: лучше дать совет, задать наводящие вопросы, активизировать имеющийся у ребёнка прошлый опыт.

2. У ребёнка всегда должна быть возможность самостоятельного решения поставленных задач. При этом педагог помогает детям искать разные варианты решения одной задачи, поощряет активность детей в поиске, принимает любые предположения детей, связанные с решением задачи, поддерживает инициативу и творческие решения, а также обязательно акцентирует внимание детей на качестве результата, их достижениях, одобряет и хвалит за результат, вызывает у них чувство радости и гордости от успешных самостоятельных, инициативных действий.

3. Особое внимание педагог уделяет общению с ребёнком в период проявления кризиса семи лет: характерные для ребёнка изменения в поведении и деятельности становятся поводом для смены стиля общения с ребёнком. Важно уделять внимание ребёнку, уважать его интересы, стремления, инициативы в познании, активно поддерживать стремление к самостоятельности. Дети седьмого года жизни очень чувствительны к мнению взрослых. Необходимо поддерживать у них ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах.

4. Педагог может акцентировать внимание на освоении ребёнком универсальных умений организации своей деятельности и формировании у него основ целеполагания: поставить цель (или принять её от педагога), обдумать способы её достижения, осуществить свой замысел, оценить полученный результат с позиции цели. Задача развития данных умений ставится педагогом в разных видах деятельности. Педагог использует средства, помогающие детям планомерно и

самостоятельно осуществлять свой замысел: опорные схемы, наглядные модели, пооперационные карты.

Создание творческих ситуаций в игровой, музыкальной, изобразительной деятельности и театрализации, в ручном труде также способствует развитию самостоятельности у детей. Сочетание увлекательной творческой деятельности и необходимости решения задачи и проблемы привлекает ребёнка, активизирует его желание самостоятельно определить замысел, способы и формы его воплощения.

Педагог уделяет особое внимание обогащению РППС, обеспечивающей поддержку инициативности ребёнка. В пространстве группы появляются предметы, побуждающие детей к проявлению интеллектуальной активности. Это могут быть новые игры и материалы, детали незнакомых устройств, сломанные игрушки, нуждающиеся в починке, зашифрованные записи, посылки, письма-схемы, новые таинственные книги и прочее. Разгадывая загадки, заключённые в таких предметах, дети учатся рассуждать, анализировать, отстаивать свою точку зрения, строить предположения, испытывают радость открытия и познания.

## **2.5. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями обучающихся СМ В ООП ДО**

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 раннего и дошкольного возрастов;
- обеспечение единства подходов к воспитанию и обучению детей в условиях ДОО и семьи; повышение воспитательного потенциала семьи.

Педагоги детского сада дополняют, поддерживают и тактично направляют воспитательные действия родителей (законных представителей) детей раннего и дошкольного возрастов.

### ***План работы с родителями на учебный год.***

<i>Месяц</i>	<i>Форма организации работы</i>	<i>Тема работы</i>
сентябрь	Консультация на стендах в групповых помещениях.	Спортивная форма для занятий физической культурой.
октябрь	Консультация на стенде и на сайте д/с.	Здоровая спина, красивая осанка.
ноябрь	Консультация на стенде и на сайте д/с.	Профилактика плоскостопия.
декабрь	Конкурс рисунков.	Моя семья и спорт.
январь, февраль	Консультация на стенде. Конкурс фотографий. Спортивное мероприятие ко Дню	Подвижные игры зимой на улице. 23 февраля.

	Защитника, совместное с папами.	
март	Спортивно-музыкальное мероприятие, посвященное Масленице.	Масленица.
апрель	Консультация на стенде.	Дыхательная гимнастика.
май	Консультация для группы раннего возраста.	Подготовим малыша к занятиям в бассейне.

## **2.6. Направления и задачи коррекционно-развивающей работы см в ООП ДО.**

Инклюзивное образование в ДОО направлено на выявление нарушений в развитии у различных категорий детей (целевые группы), включая детей с ООП, в том числе детей с ОВЗ (при наличии заключения) и детей-инвалидов; оказание им квалифицированной помощи в освоении рабочей программы группы, их разностороннее развитие с учётом возрастных и индивидуальных особенностей, социальной адаптации.

КРР объединяет комплекс мер по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся, включающий психолого-педагогическое обследование, проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий, а также мониторинг динамики их развития. КРР в ДОО осуществляют педагоги, педагог-психолог.

**2.7. Программа воспитания, которая раскрывает задачи и направления воспитательной работы, предусматривает приобщение детей к российским традиционным духовным ценностям, включая культурные ценности своей этнической группы, правилам и нормам поведения в российском обществе.**

### **2.7.1. Задачи воспитания в образовательной области «Физическое развитие».**

1. Содержание Программы воспитания реализуется в ходе освоения детьми дошкольного возраста всех образовательных областей, обозначенных в ФГОС ДО:

Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие» соотносится с патриотическим, духовно-нравственным, социальным и трудовым направлениями воспитания;

Образовательная область «Познавательное развитие» соотносится с познавательным и патриотическим направлениями воспитания;

Образовательная область «Речевое развитие» соотносится с социальным и эстетическим направлениями воспитания;

Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие» соотносится с эстетическим направлением воспитания;

Образовательная область «Физическое развитие» соотносится с физическим и оздоровительным направлениями воспитания.

2. Решение задач воспитания в рамках образовательной области «Физическое развитие» направлено на приобщение детей к ценностям «Жизнь», «Здоровье», что предполагает:

Образовательная область	Задачи воспитания
<i>Физическое развитие</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека;</li> <li>-формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;</li> <li>-становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, интереса к физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, к овладению гигиеническим нормам и правилами;</li> <li>-воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности, нравственных и волевых качеств;</li> <li>-приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития;</li> <li>-формирование у ребенка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.</li> </ul>

### 2.7.2. Содержание работы по формированию основ здорового образа жизни.

<i>Содержание</i>	<i>Инструментарий (через какие формы, с помощью каких методов и приемов)</i>
<p><i>с 1 года до 3 лет</i></p> <p>Педагог формирует у детей полезные привычки и элементарные культурно-гигиенические навыки при приеме пищи, уходе за собой;</p> <p>поощряет умения замечать нарушения правил гигиены, оценивать свой внешний вид, приводить в порядок одежду;</p> <p>Способствует формированию положительного отношения к закалывающим и гигиеническим</p>	<p>Наглядно-дидактический комплект “Культурно-гигиенические и трудовые навыки, 2-3 года” (алгоритм в картинках) Кудрявцева Е.А., Пермякова М.А.</p>

<p>процедурам, выполнению физических упражнений.</p>	
<p><b>с 3 до 4 лет</b> Педагог поддерживает стремление ребенка самостоятельно ухаживать за собой, соблюдать порядок и чистоту, ухаживать за своими вещами и игрушками; Формирует первичные представления о роли чистоты, аккуратности для сохранения здоровья, напоминает о необходимости соблюдения правил безопасности в двигательной деятельности (бегать, не наталкиваясь друг на друга, не толкать товарища, не нарушать правила).</p>	<p>Наглядно-дидактический комплект “Культурно-гигиенические и трудовые навыки, 3-4 года” (алгоритм в картинках) Кудрявцева Е.А., Пермякова М.А</p>
<p><b>с 4 до 5 лет</b> Педагог уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него, правилах безопасного поведения в двигательной активности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и не толкая); Способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены и закаливания для сохранения и укрепления здоровья; Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.</p>	<p>Развивающие факторы оздоровительной работы (закаливание, дыхательные и звуковые упражнения, упражнения для формирования и коррекции осанки, упражнения для профилактики плоскостопия, психогимнастика).</p>
<p><b>с 5 до 6 лет</b> Педагог формирует представления о разных видах спорта (футбол, хоккей, баскетбол, бадминтон, плавание, фигурное катание, художественная и спортивная гимнастика, лыжный спорт и др.) и выдающихся достижениях российских спортсменов, роли физкультуры и спорта для укрепления здоровья. Уточняет и расширяет представления о</p>	<p>“Развитие через движение: формирование двигательных способностей детей 3-7 лет”, О.Б. Соколов, Л.А. Новикова, Т.В. Левченкова. (парциальная программа) (Раздел “Знания о физической культуре”, Раздел “Способы физкультурной деятельности”, Раздел “Физическое совершенствование”.)</p>

<p>правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием) и учит их соблюдать в ходе туристских прогулок.</p>	
<p><b>с 6 до 7 лет</b>          Педагог расширяет, уточняет и закрепляет представления о факторах, положительно влияющих на здоровье, роли физической культуры и спорта в укреплении здоровья; разных видах спорта (санный спорт, борьба, теннис, синхронное плавание и др), спортивных событиях и достижениях отечественных спортсменов.          Дает доступные по возрасту представления о профилактике и охране здоровья, правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (при активном беге, прыжках, играх-эстафетах, взаимодействии с партнером, в играх и упражнениях с мячом, гимнастической палкой, скакалкой, обручем, предметами, пользовании спортивным инвентарем и оборудованием), во время туристских прогулок и экскурсий.          Приучает детей следить за своей осанкой, формирует представления о том, как оказывать элементарную первую помощь, оценивать свое самочувствие;          Воспитывает чувство сострадания к людям с особенностями здоровья, поддерживает стремление детей заботиться о своем здоровье и самочувствии.</p>	<p>“Развитие через движение: формирование двигательных способностей детей 3-7 лет”, О.Б. Соковиков, Л.А. Новикова, Т.В. Левченкова.          (парциальная программа)          (Раздел “Знания о физической культуре”,          Раздел “Способы физкультурной деятельности”,          Раздел “Физическое совершенствование”.)</p>

### 2.7.3. Содержание работы по безопасности в детском саду и на улице.

Абсолютно безопасной для детей среды не существует. Дети исследуют свое окружение. Изучают границы своих возможностей, приобретают умения и навыки через определенные вызовы. Например, самостоятельность может развиваться при условии свободной деятельности, что потенциально связано с возможностью возникновения неизвестных ситуаций. Только так могут развиваться саморегуляция, осознание своих возможностей, границ, чувство опасности и осторожное осмотрительное поведение.

<i><b>Компонент культуры безопасности</b></i>	<i><b>Виды детской деятельности, формы их организации</b></i>
Формирование системы знаний об источниках опасности, средствах их предупреждения и преодоления.	Детское экспериментирование, организация наблюдений, трудовая деятельность, слушание и обсуждение произведений художественной литературы, дидактические игры и др.
Формирование компетенций безопасного поведения.	Анализ ситуаций (естественных, специально созданных, воображаемых), погружение в игровые проблемные ситуации, ситуации морального выбора, общения и взаимодействия; практическая деятельность детей по решению повседневных трудовых, коммуникативных, интеллектуальных, творческих задач.
Физическая готовность к преодолению опасных ситуаций.	Подвижные игры, упражнения, трудовая и продуктивная деятельность, инсценирование и драматизация, игры имитационного характера, танцы, нацеленные на совершенствование основных видов движений, развитие физических качеств; специализированные упражнения по формированию двигательных умений, которые могут пригодиться в опасных ситуациях.

***Дидактические формы приобщения детей к культуре безопасности:***

- Культурно-гигиенические процедуры,
- Прогулки на свежем воздухе,
- Экспериментирование,
- Ситуационные беседы (разговоры, обсуждения),
- Подвижные игры,
- Дидактические игры,

- Сюжетно-ролевые игры,
- Игры-драматизации,
- Режиссерские игры,
- Детский театр (теней, кукол, бибабо, пальчиковый, и др.),
- Встречи и беседы со специалистами, обеспечивающими безопасность жизни и здоровья людей (врачи, пожарные, сотрудники полиции, ГИБДД, МЧС, и др.),
- Тематические экскурсии,
- Виртуальные путешествия,
- Восприятие произведений фольклора - потешек, прибауток, загадок, считалок, жеребьевок, дразнилок, небылиц, поговорок, пословиц, сказок,
- Восприятие разных видов искусства - художественной литературы, народной игрушки, живописи, графики, скульптуры, фотографии, музыки, театра, и др.,
- Выставки, вернисажи,
- Моделирование ситуаций, связанных с выявлением и преодолением опасностей,
- Занятия физической культурой и спортом,
- Развивающие занятия проблемно-эвристического характера, связанные с организацией таких видов детской деятельности как познание окружающего мира, конструирование, лепка, рисование, аппликация, труд в природе и хозяйственно-бытовой, художественный труд, и др.,
- Мастер-классы,
- Исследовательские проекты,
- Практико-ориентированные проекты и др.

#### ***Задачи для взрослых (педагогов и родителей):***

- Осознанное отношение к жизни, к физическому, духовному и социальному благополучию человека;
- Представления и знания в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- Эмоционально-ценностное отношение;
- Личностные качества (активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности).

-

#### **2.7.4. Организация предметно-пространственной среды по программе воспитания.**

Предметно-пространственная среда (далее – ППС) отражает федеральную, региональную специфику, а также специфику ДОО и включает:

- оформление помещений;
- оборудование;
- игрушки.

ППС отражает ценности, на которых строится Программа воспитания, способствует их принятию и раскрытию ребенком.

Реализация воспитательного потенциала предметно-пространственной среды может предусматривать совместную деятельность педагогов, обучающихся, других участников образовательных отношений по её созданию, поддержанию, использованию в воспитательном процессе:

- знаки и символы государства, региона, населенного пункта и ДОО; компоненты среды, отражающие региональные, этнографические и другие особенности социокультурных условий, в которых находится ДОО;
- компоненты среды, отражающие экологичность, природосообразность и безопасность;
- компоненты среды, обеспечивающие детям возможность общения, игры и совместной деятельности;
- компоненты среды, отражающие ценность семьи, людей разных поколений, радость общения с семьей;
- компоненты среды, обеспечивающие ребёнку возможность познавательного развития, экспериментирования, освоения новых технологий, раскрывающие красоту знаний, необходимость научного познания, формирующие научную картину мира;
- компоненты среды, обеспечивающие ребёнку возможность посильного труда, а также отражающие ценности труда в жизни человека и государства;
- компоненты среды, обеспечивающие ребёнку возможности для укрепления здоровья, раскрывающие смысл здорового образа жизни, физической культуры и спорта.

### **Часть, формируемая участниками образовательного процесса**

## **2.8. Парциальная образовательная программа «Обучение плаванию»**

**Породновой О.Н.**

### **2.8.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка.**

#### ***Первый год обучения.***

Группа младшего возраста от 3 до 4 лет.

Младший дошкольный возраст – возраст активного приобщения к воде, подготовка к занятиям плаванием. Малыши лучше, быстрее и менее болезненно адаптируются к новым условиям жизни, если с первых же дней посещения дошкольного учреждения имеют возможность купаться, играть и плескаться в бассейне.

На занятиях дети учатся не бояться воды, безбоязненно играть и плескаться, входить в воду и выходить из нее самостоятельно. Приучаются к простейшим передвижениям в воде, к погружению. Пробуют освоить выдохи в воду. Кроме того, они уже знакомятся с некоторыми свойствами воды.

На данном этапе обучения прививаются гигиенические навыки: самостоятельно раздеваться, одеваться и вытираться; принимать душ, запоминать личные вещи. Происходит знакомство с основными правилами и их соблюдение.

К концу года дети могут: погружать лицо и голову в воду, ходить, бегать (игра «Догони меня», «Бегом за мячом»); выполнять упражнение «Крокодильчик»; дуть на воду, пытаться выполнять вдох над водой и выдох в воду; прыгать по бассейну с продвижением вперед; выпрыгивать вверх из приседа; пытаться лежать на воде, вытянувшись в положении на груди.

### ***Второй год обучения.***

Группа среднего дошкольного возраста от 4 до 5 лет.

У детей пятого года жизни закрепляются умения и навыки плавания, приобретённые в младшем возрасте. Для их совершенствования важно, чтобы упражнения усложнялись, повышались требования к самостоятельности детей. На занятиях в средней группе дети обучаются держаться на поверхности воды (всплывать, лежать, скользить) хотя бы в течение непродолжительного времени, тем самым получая представление о выталкивающей поддерживающей силе воды, кроме того, дети должны научиться, самостоятельно выполнять вдох - выдох в воду несколько раз.

С учетом основных задач обучения плаванию мы включаем на данном этапе игры с игрушками, включая все виды ходьбы, бега и прыжков (упражнения усложняются по мере их усвоения детьми). Занятие начинается с построения группы и переключки детей. Занятие начинается с ОРУ на суше или в воде (упражнения должны быть энергичными). Количество повторений упражнений и игр, их интенсивность увеличивается по мере овладения навыками. Дозировка упражнений для мальчиков и девочек пятого года жизни одинакова. В средней группе идёт обучение лежанию на воде, всплытию, скольжению. В обучении плаванию используются разнообразные игры, подготовительные и подводные упражнения. С большинством упражнений дети знакомятся вначале на суше, а потом разучивают их в воде. Также идёт обучение таким упражнениям как «Стрела», «Медуза», «Поплавок», «Звезда». При обучении детей среднего дошкольного возраста плаванию уделяется большое внимание формированию правильных навыков. Это связано с тем, что первоначально созданные и закреплённые, они не разрушаются полностью и впоследствии могут проявиться. При неправильно сформированных навыках в плавании (скольжении) движения выполняются не экономно, и это затрудняет весь дальнейший процесс обучения. По мнению Т. И. Осокиной, к концу учебного года дети средней группы в воде должны уметь: доставать со дна игрушку, погружаясь в воду с открытыми глазами; делать выдох в воду (5-6 раз); скользить на груди; выполнять упражнение «поплавок» (3-4 раза); с помощью взрослого лежать на спине. При таком подходе уже в средней группе выполняются требования программы воспитания и обучения в детском саду по плаванию.

### ***Третий год обучения.***

Группа старшего дошкольного возраста от 5 до 6 лет.

В старшей группе начинается новый этап в обучении: осваиваются умения и навыки определённых способов плавания, разучивается их техника. Желательно чтобы дети овладели техникой плавания кролем на груди и на спине, а также

ознакомились с плаванием способами брасс и дельфин. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность и умение использовать приобретённые навыки. У детей старшей группы идёт совершенствование умений и навыков, приобретенных на занятиях в средней группе. Упражнения в воде и игры выполняются без поддержки взрослого. Преподаватель находится с детьми в бассейне только при разучивании сложно координационных движений.

В старшей группе продолжается совершенствование скольжения с задержкой дыхания, совершенствование упражнений «Стрела», «Медуза», «Поплавок», «Звезда», знакомство со спортивными видами плавания. Особое внимание обращается на работу рук при плавании разными способами, согласование работы рук с дыханием. На каждом занятии прорабатываются все плавательные движения, которые разучивались в средней группе. Последовательность выполнения упражнений для обучения плаванию сохраняется в работе с детьми всех возрастных групп. Процесс обучения старших дошкольников уплотняется, интенсивнее становится формирование навыков подготовительных к плаванию движений. Переход к упражнениям, помогающим овладеть техникой плавания кролем на груди и на спине можно начинать раньше.

#### ***Четвертый год обучения.***

Группа старшего дошкольного возраста от 6 до 7 лет.

В подготовительной группе завершается обучение плаванию в детском саду. Но это не означает, что они полностью овладели правильной техникой способов плавания.

Большинство детей осваивает плавание кролем на груди и на спине в общих чертах. В группах детей подготовительного возраста осваиваются умения и навыки определенных способов плавания, разучивается их техника. Желательно, чтобы дети овладели техникой плавания кролем на груди, на спине, а также познакомились с плаванием способами брасс и дельфин. Если ребенок продолжает занятия, перейдя из старшей группы в подготовительную группу, то порядок их проведения остается

прежним, но увеличивается количество упражнений и интенсивность их выполнения. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, сдержанность, организованность, умение использовать приобретенные навыки. Процесс обучения старших дошкольников уплотняется, интенсивнее становится формирование навыков подготовительных упражнений. Использование игр - эстафет и включение элементов соревнования с установкой на лучшее качество выполнения позволяет создать эмоциональное отношение ребенка к выполняемому заданию.

Основным показателем успешной реализации программы является устойчивое позитивно – эмоциональное отношение ребенка к воде, (наблюдение за ребенком), позитивное восприятие занятий по плаванию, а так же сформированные двигательные навыки (выполнение диагностических заданий).

### ***Содержание учебной дисциплины.***

#### ***I год обучения.***

##### ***• Техника безопасности:***

Экскурсия в бассейн, знакомство с раздевалками, душевыми, чашей, оборудованием игрушками. Ознакомление с правилами поведения в бассейне.

Посещения занятий детей старшей группы. Изучение схем, моделей, картинок, обозначающих правила поведения в бассейне.

##### ***• Теория:***

- Использование художественного слова: загадки, стихи, сказки.

- Формирование представлений о купании и плавании через рассматривание альбомов, иллюстраций, фотографий, энциклопедий; просмотр мультфильмов «Русалочка», «Приключение рыбки Немо», «Уроки тетушки Совы» и др.

- Изготовление вместе с воспитателями и родителями игрушек и атрибутов для занятий плаванием, выполнения ОРУ на суше и в воде.

##### ***• Практика:***

- Спуск в воду с последующим погружением, с выполнением заданий («крокодил», «лягушата», «рыбки плещутся»).

- Упражнения для ОФП (строевые упражнения, ОРУ, направленные на укрепление

всех групп мышц) в зале сухого плавания.

- Передвижения в воде шагом: на носках, с высоким подниманием колена, в полуприседе и т. д. Передвижения в игре «Догони меня», «Бегом за мячом». Прыжки с продвижением вперед. Выпрыгивания из положения присед.

- Погружения под воду до уровня шеи, подбородка, глаз; с головой; задерживая дыхание, делать выдох в воду.

- Открывание глаз в воде: «Кто спрятался в пруду?», «Достань игрушку» и др. игры и упражнения.

- Дыхательная гимнастика в зале сухого плавания: («Воздушный шар», «Дует, дует

ветерок», «Сердитая кошка», «Насос», и др.)

- Упражнения на дыхание в воде: «Насос», «Качели», «Раз, два, три - пузыри» и др. -

Обучение техники выполнения упражнений в зале сухого плавания (положение туловища, движение рук и ног).

- Лежание на воде у неподвижной опоры.

В заключение занятия проводится свободное плавание, которое повышает его эмоциональную окрашенность, дает детям возможность самостоятельно испробовать свои силы. Оно полезно для развития активности, инициативы.

#### ***II год обучения.***

##### ***Содержание программы.***

##### ***• Техника безопасности:***

Повторение и закрепление правил поведения в бассейне. Просмотр видеофильма по технике безопасности.

- *Теория:*

- Использование художественного слова: загадки, стихи, сказки.

- Расширение и закрепление представлений о плавании через рассматривание альбомов, иллюстраций, фотографий, энциклопедий; беседы, просмотр видеофильмов.

- Ознакомление со спортивными способами плавания (демонстрация картинок, открыток, картин).

- *Практика:*

- Упражнения для специальной подготовки.

- Спуск в воду с последующим погружением, с выполнением заданий («крокодил», «лягушата», «рыбки плещутся»).

- Упражнения для ОФП (строевые упражнения, ОРУ, направленные на укрепление всех групп мышц).

- Передвижения в воде шагом: на носках, с высоким подниманием колена, в полуприседе и т. д. Передвижения бегом: парами, «змейкой», со сменой темпа, чередуя с ходьбой. Передвижения прыжками: на двух ногах, на одной, прыжки вверх из воды и др.

- Погружения под воду до уровня шеи, подбородка, глаз; с головой; задерживая дыхание, делать выдох в воду (однократный и многократный).

- Открывание глаз в воде: «Кто спрятался в пруду?», «Достань игрушку» и др. игры и упражнения.

- Дыхательная гимнастика в зале сухого плавания: («Воздушный шар», «Дует, дует ветерок», «Сердитая кошка», «Насос», и др.)

- Упражнения на дыхание в воде: «Насос», «Качели», «Раз, два, три - пузыри» и др.

- Обучение техники выполнения упражнений в зале сухого плавания (положение туловища, движение рук и ног).

- Движения ног кролем: сидя в воде, руки упор сзади, в упоре лежа на животе (с выдохом в воду, держась за поручень, за плавательную доску, свободно.)

- Движения рук как при плавании способом кроль: у опоры, в движении (при ходьбе, беге, стоя на месте («Мельница», «Пропеллер», «Лодка с веслами» и др.).

- Скольжение на груди и спине с опорой на плавательную доску, свободно.

- Игры для освоения передвижений в воде: «Невод», «Водолазы», «Торпеда», «Качалки», «Караси и щука», «Охотники и утки», «Море волнуется», «Жучок – паучок» и др.

### ***III год обучения.***

#### ***Содержание программы.***

- *Техника безопасности:*

Закрепление правил поведения в бассейне через создание игровых и проблемных ситуаций.

- *Теория:*

- Расширение знаний об оздоровительном и прикладном значении плавания через беседы, просмотр и обсуждение картин, фотографий, диафильмов.

- Формирование представления о водных видах спорта. Просмотр записей спортивных соревнований по водным видам спорта (телеканал «Спорт»): плавание разными стилями, прыжки в воду, синхронное плавание.

- Опыты, эксперименты с водой, изготовление атрибутов и игрушек для занятий в бассейне.

- Получение наглядного представления о правильных движениях плавания спортивными способами: использование схем упражнений (карточки с изображением отдельных элементов); графические изображения подвижных игр; показ упражнений заранее подготовленного ребенка (формирование у детей психологической установки: доступность упражнения).

• *Практика:*

- Упражнения для специальной подготовки.

- Спуск в воду самостоятельно.

- Упражнения для ОФП: строевые упражнения; ОРУ, направленные на развитие и укрепление всех групп мышц.

- Передвижения в воде шагом: приставной, противоходом, «змейкой», в полуприседе и др.

- Передвижения бегом в разном темпе, выполняя гребковые движения руками.

- Передвижения прыжками: выпрыгивая из воды, с ноги на ногу.

- Погружение под воду: с головой (задержка дыхания на 2, 4, 8, 16, ныряние за игрушками «Водолазы»; ныряние («Тоннель», «Дельфины на охоте»).

- Открывание глаз в воде: «Кто спрятался под водой?», «Раз, два, три – что увидел, расскажи» и др.

- Упражнения на дыхание в воде: «Веселая игра», «Дровосек», «Трубач» и др.

- Обучение техники выполнения упражнений по частям и целиком на суше и в воде.

- Движения рук и ног, выполняемые на суше и в воде как при плавании способом кроль.

- Скольжение на груди: с опорой на плавательную доску, и без опоры; с работой ног как при плавании способом кроль, и без работы ног.

- Плавание кролем на груди и спине: при помощи одних ног; без выноса рук из воды; облегченный кроль на груди с выдохом в воду; согласование работы рук и ног у неподвижной опоры, с опорой на плавательную доску, в скольжении.

- Игры со скольжением и плаванием: «Буксир», «Караси и карпы», «Кто лучше?», «Торпеда», «Прыжок дельфина», «Зеркало», «Море волнуется».

Игры – эстафеты:

«Быстрая стрела», «Перевези игрушку», «Гонка катеров».

#### ***IV год обучения.***

В этом возрасте завершается обучение плаванию в детском саду. Но это не значит, что дети полностью овладеют технически правильными способами плавания. Большинство из них осваивает плавание в общих чертах. Их движения еще недостаточно слитны и точны, наблюдается нарушение ритма.

#### ***Содержание программы.***

• *Техника безопасности:*

Закрепление правил поведения на воде: в бассейне и на открытых водоемах через рассматривание картин, знаков, схем; просмотр фильмов, слайдов, мультфильмов.

• *Теория:*

- Закрепление знаний об оздоровительном и прикладном значении плавания через беседы, рассматривание картин, иллюстраций, обсуждение видеофильмов, фотографий.

- Расширение представления о водных видах спорта: плавание разными стилями, прыжки в воду с трамплина, синхронное плавание. Обзор и обсуждение соревнований по плаванию (телеканал «Спорт»).

- Получение наглядного представления о правильных движениях спортивными способами: использование схем упражнений, графическое изображение подвижных игр; показ упражнений детьми, наиболее успешно владеющими навыками плавания.

• *Практика:*

- Упражнения для специальной подготовки.

- Спуск в воду самостоятельно.

- Упражнения для ОФП на суше: строевые упражнения, ОРУ, направленные на развитие и укрепление всех групп мышц; развития координации; упражнения с отягощением для мышц рук и ног.

- Передвижения в воде шагом: на носках, пятках; приставным шагом, на коленях; с мешочком на голове, с приседанием, с продольной и поперечной «змейкой».

- Передвижения в воде бегом: чередуя с ходьбой, в разных построениях, спиной вперед, высоко поднимая колени, помогая руками.

- Передвижения в воде прыжками: выбрасывая ноги вперед, с подныриванием; с выпрыгиванием из воды, доставая подвешенный предмет; отталкиваясь от воды руками.

- Погружение под воду: собирать предметы со дна, с задержкой дыхания (на 8, 16, 20, 32 счета); с открытыми глазами собирать части целого; проходить в тоннель и др.

- Открывание глаз в воде: «Самый внимательный», «Собери все красного цвета», «Найди ракушку», «Сосчитай все игрушки» и др.

- Дыхательная гимнастика на суше: «Маятник», «Змея», «Хлопок» и др.

- Упражнения на дыхание в воде: «Насос», «Качели», «Пароход», «Мотор».

- Обучение и закрепление техники выполнения упражнений целиком и по частям на суше и в воде.

- Отработка движений рук и ног как при плавании способом кроль и брасс: в зале, на воде; из разных положений, на месте, в движении, с опорой, в разном темпе, в согласовании с дыханием.

- Скольжение на груди: с опорой на плавательную доску, свободное скольжение; только с работой рук или ног как при плавании способом кроль; с поворотом головы для вдоха; с многократным вдохом и выдохом, отталкиваясь одной ногой от бортика.

- Скольжение на спине: с опорой на плавательную доску и без опоры; с работой ног, сочетая движение рук и ног; отталкиваясь ногой от бортика, отталкиваясь двумя ногами от бортика бассейна, взявшись руками за поручень (старт в воде).

- Плавание кролем на груди и спине: при помощи одних ног или рук; с опорой на плавательную доску, на бортик бассейна; облегченным кролем, без выноса рук из воды; сочетая работу рук и ног; в согласовании работы рук, ног и дыхания.

- Плавание брассом: при помощи ног (с опорой на бортик, плавательную доску); при помощи работы рук; сочетая работу рук и ног; в полной координации работы рук, ног и дыхания.

- Игры со скольжением и плаванием: «Тюлени», «Винт», «Чье звено скорее соберется?», «Катера», «Пятнашки - стрела», «Карасик и щука» и др.

- Игры – эстафеты: «Байдарки», «Передай мяч», «Быстрые лягушки», «Кто дольше?», «Самый ловкий».

- Игры с элементами водных видов спорта: «Пушбол», «Забавные упражнения», «Циркачи», «Фонтаны», «Утки – нырки» и др. Тестирование (контрольное упражнение).

## **2.8.2. Описание форм, способов, методов, и средств реализации ПОП**

### ***Форма и структура проведения занятия.***

#### *Форма проведения занятий.*

На занятиях по плаванию, дети делятся на две подгруппы по 10 человек, так как это основная форма проведения занятий в ДОУ. Комплектуя группы для проведения занятий, учитывается не только физическая подготовленность детей, но и то, как воспитанники усваивают плавательные движения (мониторинг).

#### *Структура проведения занятий.*

Занятие состоит из 3 частей:

- подготовительная часть (общеразвивающие упражнения на суше или в воде);
- основная часть (специальные и подготовительные упражнения для обучения плаванию);
- заключительная часть (игры и упражнения в воде на расслабление и внимание).

### ***Средства обучения на занятиях.***

К основным средствам обучения относятся следующие группы физических упражнений:

#### *Общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения на суше.*

Общеразвивающие и специальные физические упражнения применяются в целях:

- повышения уровня общего физического развития обучающегося;
- совершенствования основных физических качеств, определяющих успешность обучения и тренировки в плавании (координация движений, сила, быстрота, выносливость, подвижность в суставах);
- организации внимания обучающегося и предварительной подготовки к изучению основного учебного материала в воде.

*Подготовительные упражнения для освоения с водой.*

С помощью подготовительных упражнений для освоения с водой решаются следующие задачи:

-формирование комплекса рефлексов (кинестических, слуховых, зрительных, тактильных и вестибулярных), соответствующих основным свойствам и условиям водной среды;

-освоение рабочей позы пловца, чувства опоры о воду и дыхание в воде – как подготовка к изучению техники спортивного плавания;

-устранение инстинктивного страха перед водой – как основной психологической подготовки к обучению.

Упражнения для ознакомления с плотностью и сопротивлением воды необходимы для:

-быстрого освоения с водой, ликвидация чувства страха перед новой, непривычной средой;

-ознакомление с температурой, плотностью, вязкостью и сопротивлением воды;

-формирование умения опираться о воду и отталкиваться от нее основными гребущими поверхностями: ладонью, предплечьем, стопой, голенью (овладения гребковыми движениями руками и ногами);

-освоение навыка лежания на воде в горизонтальном положении;

- освоение возможного изменения положения тела в воде.

*Игры и развлечения на воде.*

Они бывают командные, некомандные, сюжетные и бессюжетные.

Командные игры - участники делятся на команды, и действия каждого играющего, его умения направлены на победу коллектива. Некомандные - участники не делятся на команды; каждый играющий самостоятельно решает поставленные задачи. Сюжетные игры - основаны на определенной тематике: например, «Караси и карпы», «Рыбаки и рыбки» и т. д. Бессюжетные - основаны на выполнении упражнений в соревновательной форме: «Кто первый?», «Кто дальше?», «Кто дольше?» и т. д.

По своей преимущественной направленности подвижные игры в воде делятся на следующие основные группы:

- игры на ознакомление с плотностью и сопротивлением воды

- игры с погружением в воду с головой и открыванием глаз в воде

- игры с всплыванием и лежанием на воде

- игры с выдохом в воду

- игры со скольжением и плаванием

- игры с мячом

Погружение в воду с головой, подныривания и открывание глаз в воде:

- устранение инстинктивного страха перед погружением в воду;

-ознакомление с выталкивающей подъемной силой воды;

- обучение открыванию глаз и ориентировка в воде.

***Методы обучения на занятиях.***

Метод обучения - это совокупность целенаправленных приемов передачи знаний и умений, обеспечивающих познание действительности. В данном случае это приемы обучения движениям, составляющим основу способа передвижения в воде. Методы обучения плаванию делятся на четыре группы: наглядные, словесные, практические и игровые.

*Наглядные методы* - создают четкое представление об изучаемом предмете. Они практически реализуются с помощью демонстрации способов плавания и различных упражнений (для этого необходим хороший демонстратор, лучше всего сверстник, в совершенстве владеющий этими движениями или действиями), а также показа фотографий, рисунков, плакатов, игрушек и т. д.

*Словесные методы* - включают объяснения, рассказ, сравнения, замечания, указания, распоряжения, команды, подсчет, анализ (для старшего дошкольного возраста). В работе с обучающимися словесные методы должны быть доходчивыми, доступными для понимания.

*Практические методы* - это методы упражнения, изучения движений в целом и по частям, соревновательный, контрольный.

- Метод упражнения предусматривает многократное выполнение движений с контролем за дозировкой, темпом, интервалами отдыха, что в целом (учитывая и сложность упражнения) составляет физическую нагрузку.

- Метод изучения движения в целом (имеется в виду плавание одним из способов в полной координации) не даст желаемых результатов, если обучающиеся не освоили базовые упражнения - скольжения и выдохи в воду.

- Метод изучения движения по частям предусматривает освоение отдельных элементов техники - движений ногами, руками, дыхания, их последовательное согласование в данном способе плавания. Качество изучения элементов может быть проверено только при плавании в полной координации.

- Соревновательный и контрольный методы.

- Игровой метод в последние годы стал предметом пристального внимания исследователей, поскольку за счет введения игровых элементов он придает занятиям привлекательную, эмоциональную форму.

Среди мотивов, побуждающих к занятиям плаванием, основную роль играют желание и стремление к игровым действиям, и сочетание их с занятиями в воде.

Использование различных игровых ситуаций на суше и в воде способствует более быстрому формированию навыков плавания, поэтому в традиционных методиках начального обучения плаванию довольно значительное место отводится изучению игр и развлечениям на воде.

### ***Характеристика основных навыков плавания***

Навык	Характеристика
Нырание	Помогает обрести чувство уверенности, учит произвольно, сознательно уходить под воду, ориентироваться там и

	передвигаться, знакомят с подъемной силой.
Лежание	Позволяет почувствовать статистическую подъемную силу, удерживать тело в состоянии равновесия, учит преодолевать чувство страха.
Скольжение	Позволяет почувствовать не только статистическую, но и динамическую подъемную силу, учит продвигаться и ориентироваться в воде, работать попеременно руками и ногами, проплывать большие расстояния, совершенствует другие навыки, способствует развитию выносливости.
Контролируемое дыхание	Ритмичное правильное дыхание, согласованное с ритмом движений, учит преодолевать давление воды, развивает дыхательную мускулатуру, он тесно взаимосвязан со всеми навыками.

***Закономерность поэтапного формирования навыков плавания***

Результат (задачи)	Возраст детей (условно)
<b>1 этап обучения</b>	
Знакомство с водой, ее свойствами. Освоение с водой (безбоязненное и уверенное передвижение по дну с помощью и самостоятельно, совершение простейших действий, игры).	Младший дошкольный возраст
<b>2 этап обучения</b>	
Приобретение детьми умений и навыков, которые помогают чувствовать себя в воде достаточно надежно (всплывать, лежать, скользить, самостоятельно выполнять вдох-выдох в воду).	Младший и средний дошкольный возраст
<b>3 этап обучения</b>	
Обучение плаванию определенным способом (согласованность движений рук, ног, дыхания).	Старший дошкольный возраст
<b>4 этап обучения</b>	

Продолжение освоения и совершенствования техники способа плавания, простых поворотов.	Старший дошкольный и младший школьный возраст
---	---

### 2.8.3. Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников

#### ПОП Породной О.Н. «Обучение плаванию»

Одно из условий реализации Программы — взаимодействие с родителями, определяемое рекомендациями основной образовательной программы, по которой работает ДОО. Планируемых результатов можно достигнуть при тесном сотрудничестве педагогов и родителей, которые:

осознают, что только вместе они смогут помочь ребенку в решении поставленных задач;

поймут, что ребенок — уникальная личность и ее необходимо ценить, поддерживать, развивать;

дадут понять ребенку, что взрослые всегда готовы прийти ему на помощь, если это потребуется;

будут учитывать его интересы, способности и трудности, которые проявились в процессе образовательной деятельности.

#### *Содержание направлений работы с семьей по образовательной области*

##### *«Физическое развитие»*

- Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.

- Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

- Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.

- Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.
- Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом. Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также городе).

### **III. Организационный раздел.**

#### **3.1. Психолого-педагогические условия реализации рабочей программы инструктора по физической культуре см в ООП ДО**

#### **3.2. Кадровые условия реализации рабочей программы.**

С воспитанниками всех возрастных групп работает специалист по физической культуре 1 категории Породнива Ольга Николаевна, стаж по профессии 5 лет, образование высшее профильное.

#### **3.3. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.**

РППС – заданная укладом совокупность всех предметных ресурсов, обуславливающих реализацию воспитательного процесса в группе с учетом их пространственной организации.

Предметно-пространственная среда не только отражает традиционные российские ценности, но и способствует их принятию и раскрытию ребенком.

Предметно-пространственная среда отражает федеральную, региональную специфику, а также специфику ДОО и включает оформление помещений, оборудование, игрушки.

Развивающая предметно-пространственная среда в спортивном зале создана с учётом требований ФГОС ДО, даёт возможность обеспечить всестороннее развитие ребёнка - интеллектуальное, физическое, эмоциональное, нравственное, волевое, социально-личностное.

Развивающая предметно-пространственная среда – это совокупность условий, оказывающих прямое и косвенное влияние на всестороннее развитие ребёнка в дошкольной организации, состояние его физического и психического здоровья, предоставляющих возможность для самореализации ребёнка. Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства физкультурного зала и спортивной площадки, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного

возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учёта особенностей и коррекции недостатков их развития.

Развивающая предметно-пространственная среда физкультурного зала в нашем дошкольном учреждении содержательно-насыщенная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная. Соблюдение принципов при построении развивающей предметно-пространственной среды позволяет обеспечить максимальный психологический комфорт для каждого ребёнка, создать возможность для реализации его права на свободный выбор вида деятельности, степени участия в ней, способов осуществления взаимодействия с окружающими.

Развивающая *предметно-пространственная среда* физкультурного зала включает в себя:

1) материалы и оборудование для общеразвивающих упражнений: гимнастические скамейки, маты, обручи, гимнастические палки, мячи разного диаметра, флажки, скакалки.

2) пособия для основных видов движения: мешочки с песком для метания, дуги для подлезания и т. д.;

3) оборудование для элементарных спортивных игр;

4) гимнастические лестницы;

5) различные дорожки для профилактики плоскостопия;

6) оборудование для спортивных праздников и развлечений.

Пространство физкультурного зала трансформируется в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей: для проведения круговой тренировки, игры по станциям, проведения эстафет и т. д.

Физкультурный зал оснащён средствами обучения и воспитания, различными материалами, игровым, спортивным и оздоровительным оборудованием, обеспечивающим: развитие основных двигательных качеств; игровую, познавательную и творческую активность воспитанников; двигательную активность, в том числе развитие крупной и мелкой моторики; участие в подвижных играх и соревнованиях; эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей.

В физкультурном зале имеется следующее *оборудование*: шведская стенка, гимнастические скамейки, мячи (различного диаметра), обручи, скакалки, гимнастические палки, кегли, кубики, мягкие модули для лазания и подлезания, гимнастические маты, дуги для подлезания, гимнастические ленты, султанчики, маленькие колечки, набивные мячи, мешочки с песком, верёвки, канат, ТИСА – тренажерно-информационная система для лечебной физкультуры, клюшки, шайбы. Имеется также нестандартное оборудование, изготовленное своими руками.

Оформлены картотеки физкультминуток, дыхательной гимнастики, подвижных игр, утренней гимнастики, музыкальных игр. Имеется фонотека, используемая во время занятий. Постоянно обновляется информация для родителей на стенде спортивного зала.

Всё пространство физкультурного зала безопасно, соответствует санитарно-гигиеническим требованиям, требованиям пожарной безопасности. Спортивное оборудование и инвентарь ежегодно в начале учебного года проходит испытание, что подтверждается актом-разрешением.

Любая деятельность, а особенно физическая, может осуществляться лишь под непосредственным контролем и наблюдением со стороны взрослого (инструктора по ФК).

В физкультурном зале созданы условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей:

- все крупное оборудование: гимнастическая стенка, комплексы, лесенки - надежно закреплены;
- всевозможное оборудование, пособия, предметы убранства установлены и размещены с учётом их полной безопасности и устойчивости, исключающей возможность падения;
- инвентарь, используемый детьми, располагается на высоте, не превышающей уровня их груди;
- помещение зала чистое, светлое, хорошо проветриваемое;
- освещённость соответствует установленным санитарно-гигиеническим нормам.

### **План развития и пополнения РППС области “Физическое развитие”**

РППС 2021/2022 уч. год	РППС пополнена 2022/2023 уч. год	План пополнения РППС 2023/2024 уч.год
Оборудование для ходьбы, бега, координации, равновесия – канат; шнуры (2 шт); коврики гимнастические массажные (15 шт); гимнастические скамейки (3 шт); мягкие модули двух видов (по 10 шт); массажные полусферы для ходьбы (8 шт); конусы (20 шт); мячи набивные малого размера (8 шт); кубики пластиковые (6 шт).	Пополнилась оборудованием для равновесия: + Плоскостной набор следов для выкладывания дорожек (12 шт); + координационная дорожка; + координационная лесенка; + доска наклонная с зацепами (2 шт).	Пополнить набором ракеток и шариков - для координации.
Оборудование для метания, катания, бросания, ловли – мячи резиновые среднего размера (20 шт); шары пластиковые малого диаметра (50 шт); фитболы – 10 шт; кольцоброс; кегли (2 набора); корзины (4 шт); мишени для метания в форме	Пополнилась: + мешочки с песком (8 шт).	

цветов-ромашек (6 шт).		
Оборудование для прыжков – скакалки (20 шт); обручи разного диаметра (30 шт); коврики в форме ромашек (6 шт); маты гимнастические (5 шт).	Пополнилась: + складные мини-маты (10 шт); + хоп-хоп прыгуны резиновые (ослик и олень) (2 шт).	Пополнить координационной лестницей с барьерами - для прыжков в высоту.
Оборудование для ползания и лазанья – стенка гимнастическая; лестница веревочная; канатная веревка; кольца гимнастические; мягкие модули-дуги для подлезания (4 шт); мягкие модули-кубы (8 шт).		
Оборудование для подвижных игр и игр с элементами спортивных игр: мяч баскетбольный (1 шт); кольцо баскетбольное; палочки эстафетные (20 шт); конусы (20 шт); мяч футбольный (1 шт); пластиковые шарiki разноцветные (50 шт); корзины (4 шт); мяч волейбольный; кегли (3 набора); игра кольцеброс (2 шт).	Пополнилась: + наборы овощей пластмассовых для эстафет; + клюшки хоккейные пластиковые (2 шт) с пластиковыми шариками; + хоп-хоп прыгуны (ослики) (2 шт); + наборы ПДД (2 комплекта). + изготовлена игра “Переправа” из лент и обручей.	Пополнить картотекой подвижных игр-эстафет; Пополнить картотекой музыкальных подвижных игр для малышей; Пополнить набором пластиковых цветов-ромашек для подвижных игр- эстафет; Пополнить музыкальную картотеку. Пополнить дидактическими играми на тему спорта “Детям о спорте”. Пополнить нестандартным оборудованием для игр-эстафет - “переправа” (из обручей и лент). Пополнить масками и медалями для подвижных игр и праздников.
Оборудование для общеразвивающего воздействия – гимнастические палки разной длины (короткие (10 шт), средние (30 шт), длинные (10 шт)); платочки (20 шт); обручи	Пополнилась: + ленточки разноцветные короткие для ОРУ (30 шт).	Пополнить коврами для партерных упражнений.

разного диаметра (30 шт); кубики пластиковые (6 шт); звенящие игрушки-погремушки, бубен; флажки 4-х цветов (25 шт); большая пирамида модульная (1 шт); манжеты- утяжелители для ног (20 шт); ленты для художественной гимнастики (15 шт).		
Оборудование для обучения плаванию в бассейне (для правильного положения тела на воде, для обучения работе ног, работе рук, для аквааэробики) – доски плавательные (20 шт); мячи резиновые среднего диаметра легкие (10 шт); нуддлы (10 шт).	Пополнилась: + новые доски для плавания (10 шт); + игрушки резиновые плавающие разноцветные «рыбки» (9 шт); + мяч резиновый с шипами; + мяч надувной.	Пополнить резиновыми игрушками плавающими для игр и заданий.
Оборудование для обучения нырянию и погружению под воду – кольца тонущие (6шт); шайбы (12 шт).	Пополнилась: + мини- коврики на присосках (30 шт); + тонущие игрушки в форме животных.	Пополнить тонущими игрушками-рыбками - для ныряния и погружения под воду.
Оборудование для обучения скольжению – обручи гимнастические с грузом (3 шт); ворота для скольжения и подныривания.	Авторские пособия: обручи гимнастические с грузом (3 шт); ворота для подныривания.	
Оборудование для обучения «дыханию пловца» - шарики малого диаметра легкие (30 шт); кораблики плавающие пластиковые для игры «Ветерок» (9 шт).	Пополнилась: + шарики для пинг-понга (20 шт); + трубочки коктейльные одноразовые (для обучения выдоху в воду) – пополняются постоянно.	Пополнить нестандартным оборудованием: Коктейльный трубочки, Шарики для настольного тенниса.

### **3.4. Материально-техническое обеспечение рабочей программы, обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания.**

В ДОО созданы материально-технические условия, обеспечивающие:

1) возможность достижения обучающимися планируемых результатов освоения рабочей программы по физической культуре;

2) выполнение требований санитарно-эпидемиологических правил и гигиенических нормативов, содержащихся в СП 2.4.3648-20, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утверждённых постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. №32 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 11 ноября 2020 г., регистрационный № 60833), действующим до 1 января 2027 года (далее - СанПиН 2.3/2.4.3590-20), СанПиН 1.2.3685-21:

- к условиям размещения организаций, осуществляющих образовательную деятельность;

- оборудованию и содержанию территории;

помещениям, их оборудованию и содержанию;

- естественному и искусственному освещению помещений;

- отоплению и вентиляции;

- водоснабжению и канализации;

- организации питания;

- медицинскому обеспечению;

- приему детей в организации, осуществляющих образовательную деятельность;

- организации режима дня;

- организации физического воспитания;

- личной гигиене персонала;

3) выполнение требований пожарной безопасности и электробезопасности;

4) выполнение требований по охране здоровья обучающихся и охране труда работников ДОО;

5) возможность для беспрепятственного доступа обучающихся с ОВЗ, в том числе детей-инвалидов к объектам инфраструктуры ДОО.

ДОО оснащена полным набором оборудования для различных видов детской деятельности в помещении и на участке, игровыми и физкультурными площадками, озелененной территорией. Имеется необходимое оснащение и оборудование для всех видов воспитательной и образовательной деятельности обучающихся (в том числе детей с ОВЗ и детей-инвалидов), педагогической, административной и хозяйственной деятельности:

1) помещения для занятий и проектов, обеспечивающие образование детей через игру, общение, познавательно-исследовательскую деятельность и другие формы активности ребёнка с участием взрослых и других детей;

2) оснащение РППС, включающей средства обучения и воспитания, подобранные в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей дошкольного возраста, содержания Федеральной программы;

3) мебель, техническое оборудование, спортивный и хозяйственный инвентарь, инвентарь для художественного, театрального, музыкального творчества, музыкальные инструменты;

4) помещения для занятий специалистов;

5) помещения, обеспечивающие охрану и укрепление физического и психологического здоровья, в том числе медицинский кабинет;

б) оформленная территория и оборудованные участки для прогулки ДОО.

Федеральной программой предусмотрено также использование ДОО обновляемых образовательных ресурсов, в том числе расходных материалов, подписки на актуализацию периодических и электронных ресурсов, методическую литературу, техническое и мультимедийное сопровождение деятельности средств обучения и воспитания, спортивного, музыкального, оздоровительного оборудования, услуг связи, в том числе информационно-телекоммуникационной сети Интернет.

При проведении закупок оборудования и средств обучения и воспитания необходимо руководствоваться нормами законодательства Российской Федерации, в том числе в части предоставления приоритета товарам российского производства.

### **3.5. Обеспечение методическими материалами и средствами обучения и воспитания.**

1. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения: Методическое пособие для занятий с детьми 3-7 лет. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Мозаика-Синтез, 2020. – 48 с.
2. Вавилова Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать. Методическое пособие. Москва «Просвещение» 1983г.
3. Веракса Н.Е., Комарова Т.С, Васильева М.А. Общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы», 2019 г.
4. Волошина Л. Н. Воспитание двигательной культуры дошкольников: Учебно-методическое пособие. – М.: Изд-во Аркти, 2005. – 108 с.
5. Воронова Е. К. Игры-эстафеты для детей 5-7 лет. М., Изд-во Аркти, 2009.
6. Емельянова И.Е., Котлованова О.В. Безопасный Я в безопасном мире.
7. Кенеман А. В., Хухлаева Д. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М.: Просвещение, 1978.
8. Кудрявцева Е.А., Пермякова М.А. Наглядно-дидактический комплект “Культурно-гигиенические и трудовые навыки”, <https://www.uchmag.ru/estore/s55066/>.
9. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДООУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры: Методическое пособие – М.: Мозайка – Синтез, 2009.
10. Моргунова О. Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДООУ. - Воронеж, 2007.
11. Николаева Н.И. Школа мяча. Учебно-методическое пособие. - Санкт-Петербург. Издательство «Детство-Пресс» 2008г.
12. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений и игр по профилактике плоскостопия и нарушений осанки у детей / авт.-сост. О.М. Литвинова, С.В. Лесина. – Волгоград: Учитель. – 58 с.

13. Осокина Т. И., Тимофеева Е. А., Фурмина Л. С. Игры и развлечения детей на воздухе. М.: Просвещение, 1983.
14. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-4 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2019. – 40 с.
15. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 4-5 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2019. – 40 с.
16. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 5-6 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020. – 48 с.
17. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 6-7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020. – 48 с.
18. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 4-5 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020. – 160 с.
19. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Конспекты занятий для работы с детьми 5-6 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020. – 192 с.
20. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Младшая группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2019. – 80 с.
21. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. – М.: Мозаика – Синтез, 2020. – 168 с.
22. Тарасова Т. А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. - М.: Творческий центр, 2005.
23. Федорова С. Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 2-3 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020. – 80 с.
24. Федорова С. Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020. – 88 с.
25. Федорова С. Ю. Планы физкультурных занятий с детьми 4-5 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2020. – 96 с.
26. Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. Старшая группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2017. – 96 с.
27. Федорова С. Ю. Примерные планы физкультурных занятий с детьми 6-7 лет. Подготовительная к школе группа. – М.: Мозаика-Синтез, 2017. – 96 с.
28. Чеменева А.А., Мельникова А.Ф., Волкова В.С. Парциальная программа рекреационного туризма для детей старшего дошкольного возраста “Веселый рюкзачок”.

### **3.6. Режим двигательной активности.**

<i>Вид деятельности</i>	<i>Возрастная группа</i>				
	Группа раннего развития	Вторая младшая группа (3-	Средняя группа (4- 5 лет)	Старшая группа (5- 6 лет)	Подготовительная к школе группа (6-7 лет)
		группа (3-			

	(2-3 года)	4 года)			
<i>Непрерывная образовательная деятельность</i>					
Физическое развитие (в зале) (2 раза в неделю)	8-10 минут	15 минут	20 минут	25 минут	30 минут
Физическое развитие (на улице или в бассейне) (1 раз в неделю)	8-10 минут	15 минут	20 минут	25 минут	30 минут
Художественно-эстетическое развитие (Музыка) (2 раза в неделю)	8-10 минут	15 минут	20 минут	25 минут	30 минут
Музыкальный досуг (1 раз в месяц)	-	15 минут	20 минут	25 минут	30 минут
<i>Физкультурно-оздоровительная работа</i>					
Утренняя гимнастика (ежедневно)	4-5 минут	5-6 минут	6-8 минут	8-10 минут	10-12 минут
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке (ежедневно)	10 минут	10 минут	10-15 минут	15 минут	15 минут
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке (ежедневно) (на утренней / вечерней прогулках)	10-15 мин / 10 мин	15-20 мин / 10 мин	15-20 мин / 10-12 мин	20-25 мин / 15-20 мин	20-25 мин / 15-20 мин
Физкультминутка в середине статического занятия	1 минута	1 минута	3 минуты	3 минуты	3 минуты
Динамические перемены между НОД	10 минут	10 минут	10 минут	10 минут	10 минут
Бодрящая гимнастика после сна в сочетании с воздушными ваннами (ежедневно)	2-3 минуты	3- 4 минуты	5 минут	8 минут	8-10 минут
<i>Физкультурно-массовая работа</i>					
Физкультурные	-	15 минут	20 минут	25-30 минут	30-35 минут

досуги (1 раз в месяц)					
Физкультурные праздники (2 раза в год)	-	-	20-25 минут	50-60 минут	50-60 минут
Дни здоровья (1 раз в квартал)	-	15 минут	15-20 минут	25-30 минут	30-35 минут
Самостоятельная двигательная и игровая деятельность детей в группе (ежедневно)	25 минут 20 минут	25 минут 20 минут	25 минут 20 минут	20 минут 35 минут	30 минут 40 минут
Самостоятельная двигательная и игровая деятельность на прогулке (ежедневно)	35 минут 40 минут	50 минут 60 минут	50 минут 60 минут	55 минут 60 минут	60 минут 60 минут

### 3.7. Примерный режим и распорядок дня в дошкольных группах.

Согласно СанПиН 1.2.3685-21 ДОО может корректировать режим дня в зависимости от типа организации, и вида реализуемых образовательных программ, сезона года.

Показатель	Возраст	Норматив
<b>Требования к организации образовательного процесса</b>		
Начало занятий не ранее	все возрасты	8.00
Окончание занятий, не позднее	все возрасты	17.00
Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет	10 минут
	от 3 до 4 лет	15 минут
	от 4 до 5 лет	20 минут
	от 5 до 6 лет	25 минут
	от 6 до 7 лет	30 минут
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет	20 минут
	от 3 до 4 лет	30 минут
	от 4 до 5 лет	40 минут
	от 5 до 6 лет	50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна

	от 6 до 7 лет	90 минут
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возрасты	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	все возрасты	2-х минут
<b>Показатели организации режима дня</b>		
Продолжительность ночного сна не менее	1-3 года	12 часов
	4-7 лет	11 часов
Продолжительность дневного сна, не менее	1-3 года	3 часа
	4-7 лет	2,5 часа
Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет	3 часа в день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возрасты	1 час в день
Утренний подъем, не ранее	все возрасты	7 ч 00 минут
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	10 минут

Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня должны соблюдаться следующие требования:

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;

- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;

- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;

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

Проводится постоянная работа по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.

Под руководством медицинского персонала реализуется комплекс закаливающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья детей и местных условий. При проведении закаливающих мероприятий осуществляется дифференцированный подход к детям, учитывая их индивидуальные возможности.

Виды/средства закаливания	1 младшая группа	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
	Температурный режим				
Воздушно-температурный режим	19-21С	19-21С	18-20С	18-20С	18-20С
	Проветривание				
Односторонняя ротация	<i>Холодный период</i>				
	<i>Теплый период</i>				
	Постоянно (регламентируется t на улице)				
Сквозное	В соответствии с графиком (регламентируется t на улице)				
	Воздушные/солнечные ванны				
Прием на улице	По адаптационным показателям	В теплый период-ежедневно			
Оздоровительный бег		В теплый период—ежедневно она улице			
Утренняя гимнастика		В тёплый период—ежедневно она улице			
ООД		В теплый период—3 раза в неделю на улице			
Прогулка (не менее 4 часов)		ежедневно (при t ниже 15 С и скорости ветра более 7 м/с длительность прогулки сокращается)			
	Закаливающие процедуры				
Гимнастика пробуждения	ежедневно				
Босохождение по массажным дорожкам		ежедневно			

Умывание прохладной водой		ежедневно
Влажное обтирание		ежедневно

### *Структура образовательного года.*

Содержание деятельности	Временной период
Образовательная деятельность	01.09. – 31.05.
Педагогическая диагностика (начало года)	15.09. – 30.09.
Зимние каникулы	01.01.-10.01.
Педагогическая диагностика (конец года)	01.05. – 15.05.
Летняя оздоровительная кампания	01.06. – 31.08.

### **3.8. Организационный раздел Программы воспитания.**

#### *Нормативно-методическое обеспечение.*

Для реализации программы воспитания ДОО рекомендуется использовать практическое руководство «Воспитателю о воспитании», представленное в открытом доступе в электронной форме на платформе институтвоспитания.рф.

В этом разделе могут быть представлены решения на уровне ДОО организации по принятию, внесению изменений в должностные инструкции педагогов по вопросам воспитательной деятельности, ведению договорных отношений, сетевой форме организации образовательного процесса, сотрудничеству с социальными партнерами, нормативному, методическому обеспечению воспитательной деятельности. Представляются ссылки на локальные нормативные акты, в которые вносятся изменения в связи с утверждением рабочей программы воспитания.

#### *Требования к условиям работы с особыми категориями детей.*

По своим основным задачам воспитательная работа в ДОО не зависит от наличия (отсутствия) у ребёнка особых образовательных потребностей.

В основе процесса воспитания детей в ДОО должны лежать традиционные ценности российского общества. Необходимо создавать особые условия воспитания для отдельных категорий обучающихся, имеющих особые образовательные потребности: дети с инвалидностью, дети с ограниченными возможностями здоровья, дети из социально уязвимых групп (воспитанники детских домов, дети из семей мигрантов, и так далее), одаренные дети и другие категории.

Инклюзия подразумевает готовность образовательной системы принять любого ребёнка независимо от его особенностей (психофизиологических, социальных, психологических, этнокультурных, национальных, религиозных и других) и обеспечить ему оптимальную социальную ситуацию развития.

Программа предполагает создание следующих условий, обеспечивающих достижение целевых ориентиров в работе с особыми категориями детей:

1) направленное на формирование личности взаимодействие взрослых с детьми, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребёнку с особыми образовательными потребностями предоставляется возможность выбора деятельности, партнера и средств; учитываются особенности деятельности, средств её реализации, ограниченный объем личного опыта детей особых категорий;

2) формирование игры как важнейшего фактора воспитания и развития ребёнка с особыми образовательными потребностями, с учётом необходимости развития личности ребёнка, создание условий для самоопределения и социализации детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения;

3) создание воспитывающей среды, способствующей личностному развитию особой категории дошкольников, их позитивной социализации, сохранению их индивидуальности, охране и укреплению их здоровья и эмоционального благополучия;

4) доступность воспитательных мероприятий, совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности с учётом особенностей развития и образовательных потребностей ребёнка; речь идет не только о физической доступности, но и об интеллектуальной, когда созданные условия воспитания и применяемые правила должны быть понятны ребёнку с особыми образовательными потребностями;

5) участие семьи как необходимое условие для полноценного воспитания ребёнка дошкольного возраста с особыми образовательными потребностями.

## *Организация воспитательной работы образовательной области*

<b>«Физиологическое развитие: Формы взаимодействия детей с семьей и обучающимися»:</b>	<b>Совместная образовательная деятельность педагогов и обучающихся</b>		<b>Самостоятельная деятельность обучающихся</b>	<b>Образовательная деятельность в семье</b>
	<b>непрерывная образовательная деятельность</b>	<b>образовательная деятельность в режимных моментах</b>		
	Физкультурные занятия: сюжетно-игровые, тематические, походы. Игры с элементами спорта. Спортивные упражнения	Индивидуальная работа с детьми. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Утренняя гимнастика. Физкультминутки. Динамические паузы. Подвижные игры. Игровые упражнения. Игровые ситуации. Проблемные ситуации. Имитационные движения. Спортивные Праздники и развлечения. Гимнастика после дневного сна.	Подвижные игры. Игровые упражнения. Имитационные движения.	Беседа Совместные игры. Походы. Занятия в спортивных секциях. Посещение бассейна.
	Занятия-развлечения Занятия	Объяснение Показ Дидактические игры Чтение художественных произведений Личный пример Иллюстративный материал Досуг Театрализованные игры	Сюжетно-ролевые игры Подвижные игры	Беседа Совместные игры Чтение художественных произведений

**хся:**

1) Изучение состояния здоровья обучающихся совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским сестрой и родителями. Ознакомление родителей (законных представителей) с результатами.

2) Изучение условий семейного воспитания через анкетирование, посещение обучающихся на дому и определение путей улучшения здоровья каждого обучающегося.

3) Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости обучающихся в Организации и семье: зоны физической активности, закаливающие процедуры, оздоровительные мероприятия и т.п.

4) Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей (законных представителей).

5) Ознакомление родителей (законных представителей) с содержанием и

формами физкультурно- оздоровительной работы в Организации.

6) Тренинг для родителей (законных представителей) по использованию приёмов и методов оздоровления (дыхательные и артикуляционные упражнения, физические упражнения и т.д.) с целью профилактики заболевания обучающихся.

7) Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию обучающихся и расширения представлений родителей (законных представителей) о формах семейного досуга.

8) Консультативная, санитарно-просветительская и медико-педагогическая помощь семьям с учётом преобладающих запросов родителей (законных представителей).

9) Педагогическая диагностическая работа с обучающимися, направленная на определение уровня физического развития обучающихся.

10) Определение и использование здоровьесберегающих технологий.

***Календарно - тематическое планирование мероприятий, совместных с музыкальным руководителем.***

месяц	Форма и цель проведения	
	с обучающимися 2-5 лет	с обучающимися 5-7 лет
<i>сентябрь</i>	<p>День знаний - «До свидание, лето!»</p> <p>Цель: расширять кругозор детей, формировать знания детей о первом дне осени, празднике знаний «1 сентября».</p> <p>«Здравствуй, детский сад!»</p> <p>Продолжать знакомство с детским садом, как ближайшим социальным окружением ребенка: профессии сотрудников детского сада, предметное окружение, правила поведения в детском саду.</p> <p>Физкультурно-оздоровительное развлечение.</p> <p>Единый урок "Я талантлив!"</p>	<p>День знаний - музыкально-игровая программа «В мире знаний».</p> <p>Цель: расширять кругозор детей, формировать познавательную активность.</p>
<i>октябрь</i>	<p>«Золотая осень»</p> <p>Утренник «Поможем солнышку»</p> <p>Расширять знания детей об осени. Закреплять знания детей о сезонных Изменениях (похолодало,</p>	<p>Музыкально-развлекательная программа «Октябрь пахнет капустой»</p> <p>Цель: приобщить детей к праздничным традициям и обычаям русского народа посредством создания</p>

	осадки, ветер, исчезли насекомые и т.д.). Продолжать знакомить детей с фруктами и овощами. Расширять представления о птицах и животных в холодное время года. Формировать желание заботиться о них.	специальной среды, развивать творческие способности
<i>ноябрь</i>	«Поздняя осень» Расширять представления детей об характерных признаках осени; расширять представления о правилах безопасности в природе, формировать элементарные экологические представления. Уточнить знания детей об осеннем урожае: овощи и фрукты.	День осеннего именинника – развлекательно- игровая программа «Осенние загадки с овощной грядки» Цель: развитие музыкальной способности мышления, воспитывать эмоциональную отзывчивость
	«Мамочка любимая моя» Вызвать умение дорожить и любить свою маму. Знакомить детей с праздником «День матери». Развивать умение и желание заботиться о самом близком и родном человеке - своей маме. Развлечение «Петрушкин цирк»	День матери: концерт «Тепло сердец для милых мам» Цель: создать праздничное настроение для детей и родителей, воспитывать бережное, уважительное отношение к мамам
<i>декабрь</i>	Утренник «К нам приходит Новый год», «Снеговик на празднике у ребят» «В поисках Деда Мороза» Продолжать знакомить с праздниками народного календаря. Формировать чувство сопричастности к событиям которые происходят в детском саду.	Новогодний утренник «Веселиться от души нам у ёлки нравится» Цель: формировать интерес к традиционному празднику «Новый год», воспитывать стремление принимать участие в празднике
<i>январь</i>	Литературно- музыкальный досуг, участие в фестивале	Музыкально-развлекательная программа «Ах, как весело зимой»

	<p>«Рождественские встречи», «Зима-волшебница», «Зимняя сказка»</p> <p>Расширять представления детей о характерных особенностях зимней природы. Формировать основы музыкальной культуры у дошкольников.</p>	<p>Цель: создать хорошее настроение, положительный эмоциональный настрой, продолжать развивать двигательную активность</p>
<i>февраль</i>	<p>Театрализованные развлечения «23 февраля- «Богатырская сила»</p> <p>Развлечение-забава «Игры-забавы юных солдат»</p> <p>Цель: воспитывать у детей патриотические чувства: уважение, любовь, гордость за свою Армию, страну</p>	<p>«23 февраля- театрализованное развлечение «Я хочу стать генералом»</p> <p>Цель: воспитывать у детей патриотические чувства: уважение, любовь, гордость за свою Армию, страну</p>
<i>март</i>	<p>Музыкальные развлечения;</p> <p>«Мамин день»</p> <p>«Весна-красна»</p> <p>«Букет для мамы»</p> <p>Цель: воспитывать внимательное и чуткое отношение к мамам, бабушкам и близким</p>	<p>8 марта-театрально-концертная программа</p> <p>«Вот опять наступила весна, мамин праздникона принесла»</p> <p>Цель: воспитывать внимательное и чуткое отношение к мамам, бабушкам и близким</p>
<i>апрель</i>	<p>День смеха: музыкально-игровая программа «Клоун Клёпа в гостях у ребят»</p> <p>Цель: создать детям радостное, веселое настроение, развивать музыкально-творческие способности через разные виды музыкальной деятельности</p> <p>Спортивно-музыкальное развлечение «День здоровья»</p>	<p>День смеха: музыкально-игровая программа «Как всем миром царевну Несмеяну смешили»</p> <p>Цель: создать детям радостное, веселонастроение, развивать музыкально-творческие способности через разные виды музыкальной деятельности</p>
<i>май</i>	<p>Музыкально-литературные композиции к Дню победы-</p> <p>«День победы»,</p> <p>«Мы – спортивные ребята»</p> <p>«Светлый праздник-День Победы отмечает вся страна»</p> <p>Цель: воспитывать чувство</p>	<p>День победы-музыкально-литературная композиция «Светлый праздник-День Победы отмечает вся страна»</p> <p>Цель: расширять знания детей об исторических фактах времён ВОВ, развивать способность сопереживать, воспитывать</p>

	патриотизма, любовь, к своей Родине, своему народу, приобщать ребенка к культуре своей страны, малой Родины, развивать эмоциональную отзывчивость, способность к сопереживанию	чувство патриотизма, любовь, к своей Родине, своему народу
		Выпускной утренник «Мой первый в жизни выпускной» (дети от 6 до 7 лет) Цель: создать праздничное настроение для детей и родителей, совершенствовать художественно-речевые, исполнительские навыки детей

### Часть, формируемая участниками образовательного процесса

#### 3.9. Организационный раздел ПОП Породной О.Н. “Обучение плаванию”

##### 3.9.1. Материально-техническое и методическое обеспечение ПОП

Для реализации ПОП “Обучение плаванию” в ГБДОУ детский сад № 36 Московского района Санкт-Петербурга есть оборудованный бассейн 3\*7 м, глубиной 50-80 см, с оборудованными помещениями раздевалок, душевых, помещений для инвентаря и оборудования.

Помещение бассейна оборудовано необходимыми приборами, позволяющими контролировать и поддерживать температуру воды, воздуха, влажность в соответствии с гигиеническими требованиями. Чтобы занятия были безопасными для здоровья и жизни детей, имеется соответствующий инвентарь и оборудование: спасательные круги; поплавок «Малыш».

В бассейне имеется инвентарь и оборудование для обеспечения безопасности и страховки детей во время занятий:

- спасательные круги;
- плавательные доски;
- нуддлы;
- надувные круги разных размеров;
- нарукавники.

В бассейне имеются пособия и игрушки, которые предназначены, для наиболее эффективной организации занятий:

- надувные игрушки;
- резиновые и пластмассовые игрушки;

- тонущие игрушки;
- мячи разного размера;
- игрушки и предметы (плавающие) разных форм и размеров;
- игрушки и предметы (тонущие), разных форм и размеров;
- обручи плавающие и с грузом,
- нестандартное оборудование для ОРУ и игр с водой.

Игрушки яркие, разноцветные, привлекают детей к занятиям и играм в воде и позволяют разнообразить и повысить эмоциональность не только отдельных плавательных упражнений и игр, но и всё занятие по плаванию. Количество игрушек соответствует числу детей, одновременно занимающихся в бассейне.

### *Методическое обеспечение:*

1.Алямовская В.Г. Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольномобразовательном учреждении. Учебно-методическое пособие. - М.: Педагогический университет «Первое сентября», 2005.

2.Большакова И. «Маленький дельфин» (нетрадиционная методика обученияплаванию детей дошкольного возраста) г. Ижевск.

3.Бородин Л.А., Назарова Р.Д. Занятия плаванием при сколиозе у детей иподростков: Кн. для учителя: Из опыта работы. - М.; Просвещение, 1988.- 77с: ил.

4.Бутович Н.А.. Плавание. Допущено Центральным советом Союза спортивныхобществ и организаций СССР в качестве учебного пособия для школ тренеров итехникумов физической культуры.

5.Васильев В.С. Обучение детей плаванию. - М.: Физкультура и спорт, 1989. - 96с, ил.

6. Воронова Е.К.. Программа обучения плаванию в детском саду. - СПб.:«ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003-80с.

7.Егоров Б.Б., О.Б. Ведерникова, А.В. Яковлева, Т.Д. Зайцева, Г.И. Панова, Ю.Е.Пересадына, Еремеева Л.Ф. Научите ребенка плавать. Программа обучению детейдошкольного и младшего школьного возраста: Методическое пособие.СПб.: Издательство «ДЕТСТВО - ПРЕСС», 2005. - 112с, ил.

8.Макаренко Л.Т. Плавание - М.2002.

9.Мрыхин Р.П. Я учусь плавать. Серия «Домашняя энциклопедия». Ростов-н/Д:Феникс, 2001 - 96с.

10.Осокина, Т.И. Обучение плаванию в детском саду: Кн. Для воспитателей дет.сада и родителей / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Т.Л. Богина. - М.: Просвещение, 1991. - 159 с.

11.Пищикова, Н.Г. Обучение плаванию детей в дошкольных учреждениях: методическое пособие / Н.Г. Пищикова. - М.: Скрипторий, 2008. - 87 с.

12.Протченко Т.А., Семенов Ю.А. Обучение плаванию дошкольников и младших школьников. М., 2003.

13.Рыбак М.В. Занятия в бассейне с дошкольниками. - М.:ТЦ Сфера, 2012.

14.Семенов Ю.А. Навык плавания - каждому. М., 1983.

15.Чеменева А.А., Столмакова Т.В. Система обучения плаванию детей дошкольного возраста. - СПб.: Издательство «Детство-Пресс», 2011.

### **3.9.2. Санитарно-гигиенические условия проведения НОД по плаванию**

включают следующее:

- освещение и проветривание помещения в соответствии с графиком;
- текущая и генеральная дезинфекция помещений и инвентаря;
- соблюдение персоналом и воспитанниками правил посещения бассейна;
- строгий медицинский контроль (наличие допуска со стороны педиатра, медицинские отводы после болезни, прививок);
- дезинфекция ванны при каждом спуске воды;
- анализ качества воды и дезинфекции помещений и оборудования под контролем санэпидстанцией.

### ***Обеспечение безопасности НОД по плаванию.***

До начала организации плавания в бассейне детей надо ознакомить с правилами поведения в помещении бассейна и на воде. Все взрослые должны знать меры по оказанию помощи на воде и в любую минуту быть готовыми помочь детям. Обеспечение безопасности при организации плавания с детьми дошкольного возраста включает следующие правила:

- непосредственно образовательную деятельность по плаванию проводить в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены;
- не допускать неорганизованного плавания, самовольных прыжков в воду и ныряния;
- не разрешать детям толкать друг друга и погружать с головой в воду, садиться друг на друга, хватать за руки и за ноги, нырять навстречу друг другу, громко кричать, звать на помощь, когда она не требуется;
- не проводить непосредственно образовательную деятельность по плаванию с группами, превышающими 10-12 человек;
- допускать детей к непосредственно образовательной деятельности только с разрешения врача;
- приучать детей выходить из воды по неотложной необходимости только с разрешения преподавателя;

- проводить поименно переключку детей до входа в воду и после выхода из нее;
- научить детей пользоваться спасательными средствами;
- во время непосредственно образовательной деятельности внимательно наблюдать за детьми, видеть всю группу, каждого воспитанника отдельно и быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку;
- обеспечить обязательное присутствие медсестры при проведении непосредственно образовательной деятельности по плаванию;
- не проводить непосредственно образовательную деятельность раньше, чем через 40 минут после еды;
- при появлении признаков переохлаждения (озноб, «гусиная кожа», посинение губ) вывести ребенка из воды и дать ему согреться;
- соблюдать методическую последовательность обучения;
- знать индивидуальные данные физического развития, состояние здоровья и плавательную подготовку каждого ребенка;
- не злоупотреблять возможностями ребенка, не форсировать увеличения плавательной дистанции;
- добиваться сознательного выполнения детьми правил обеспечения безопасности непосредственно образовательной деятельности по плаванию.

Каждый воспитанник должен знать и соблюдать следующие правила поведения в бассейне:

- внимательно слушать задание и выполнять его;
- входить в воду только по разрешению преподавателя;
- не стоять без движений в воде;
- не мешать друг другу окунаться;
- не наталкиваться друг на друга;
- не кричать;
- не звать нарочно на помощь;
- не топить друг друга;
- не бегать в помещении бассейна;
- проситься выйти по необходимости;
- выходить быстро по команде инструктора.

***Контроль за уровнем нагрузки на занятии проводится по карте педагогического наблюдения за степенью утомления воспитанников:***

Объект наблюдения	Степень и признаки утомления

	Небольшая	Средняя	Большая (недопустимая)
Цвет кожи лица	Небольшое покраснение	Значительное покраснение	Редкое покраснение, побледнение
Речь	Отчетливая	Затрудненная	Крайне затрудненная или невозможная
Мимика	Обычная	Выражение лица напряженное	Выражение страдания на лице.
Дыхание	Учащенное, ровное	Сильно учащенное	Сильно учащенное, поверхностное, с отдельными глубокими вдохами, сменяющимися беспорядочным дыханием
Движения	Бодрая походка	Неуверенный шаг, покачивание	Резкое покачивание, дрожание, вынужденная поза с опорой, падение
Самочувствие	Жалоб нет	Жалобы на усталость, боль в мышцах,	Жалобы на головокружение, боль в

		сердцебиение, одышку, шум в ушах	правом подреберье,  головная боль, тошнота,  иногда икота, рвота
Признаки переохлаждени я	«Гусиная кожа», дрожание нижней губы, посинение губ и тела		

### 3.9.3. Объем образовательной нагрузки по плаванию в разных возрастных группах на учебный год

	Младший дошкольный возраст (с 3 до 4 лет)	Средний дошкольный возраст (с 4 до 5 лет)	Старший дошкольный возраст (с 5 до 6 лет)	Старший дошкольный возраст (с 6 до 7 лет)
Количество подгрупп	2	2	2	2
Число детей в подгруппе	10	12	12	12
Количество занятий в неделю	1	1	1	1
Количество занятий в год	32	32	32	32
Длительность занятий в одной подгруппе, мин.	15	20	25-30	30
Длительность занятий во всей группе, мин	30	40	50-60	60
Количество часов в неделю,	15	20	25-30	30

мин.				
Количество часов в месяц, мин./час	60/1	80/1.20	100/1.40	120/2
Количество часов в год мин./час.	480/8	640/10.40	800/13.20	960/16

### 3.9.4. Перспективно-календарный план ПОП

#### *Вторая младшая группа*

Месяц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
<b>ОКТАБРЬ</b>	<p>Ознакомление с раздевалками, душевыми, бассейном. Ознакомление с техникой безопасности.</p> <p>Спускаться в воду по лесенке с поддержкой. Ходьба вдоль бортика с поддержкой.</p>	<p>Обучать самостоятельно раздеваться, мыться, одеваться. Повторение техники безопасности. Выполнение простейших ОРУ в воде у опоры. Передвижения вдоль опоры. Индивидуальная работа.</p>	<p>Передвижения с плавающей опорой и игрушками. Погружение в воду до плечей, подбородка, носа. Игра «Умойся». Прыжки на месте.</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Входить в воду самостоятельно .ходьба и бег с игрушкой в одном направлении. Окунуться в воду вместе с воспитателем</p> <p>игра «Умойся». Самостоятельные игры с плавающими игрушками.</p> <p>Индивидуальная работа.</p>
<b>НОЯБРЬ</b>	<p>Ходить от бортика к бортику, присесть в воду у опоры. Погружение до подбородка. Дуть на воду. Дуть на плавающие легкие игрушки. Игра «кто дальше сдует». Игра «Умой лицо».</p> <p>самостоятельные игры с игрушками.</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Ходьба и бег, помогая руками. Ходьба с заданиями – игра «Карусель». Игра с мячиками «Наша Таня». Погружаться до носа, дуть.</p> <p>Самостоятельные игры с игрушками.</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Ходьба с заданиями, ходьба спиной вперед, ходьба боком.</p> <p>Прыжки на месте и с продвижением. Окунуться в воду с поддержкой. игра «Поймай рыбку».</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Различные виды передвижений по дну бассейна. Прыжки на месте и спродвижением. Игра «переправь игрушку на другой берег». Пробовать выдох в воду.</p> <p>Ходьба по бассейну «Покатай лодочку».</p> <p>погружение в воду до глаз.</p> <p>игра «Карусель»</p> <p>Индивидуальная работа</p>

ДЕКАБРЬ	<p>Спускаться в воду по лесенке по возможности без поддержки, ходьба и бег по дну бассейна «Добежим до переходика».</p> <p>окупаться по возможности без поддержки.</p> <p>игра «Умойся».</p> <p>игра «Карусели», «Бегом за мячом».</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Входить в воду самостоятельно.</p> <p>ходьба – «Все, все подойдите ко мне».</p> <p>игра «Принеси рыбку».</p> <p>хлопки по воде. движение рук в воде вправо-влево.</p> <p>свободные игры с предметами</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Ходьба поперек бассейна в полуприседе с упором об игрушку. хлопки по воде, движение рук в воде вправо-влево.</p> <p>присесть, обхватив колени.</p> <p>Свободные игры с мячами и игрушками</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Входить в воду без поддержки.</p> <p>ходьба в определенном направлении. Игры «Карусель», «Наша Таня».</p> <p>игра «Догони шарик».</p> <p>Игра «Умойся».</p> <p>Хлопки по воде.</p> <p>Движения рук в воде вправо-влево.</p> <p>свободные игры с игрушками</p> <p>Индивидуальная работа</p>
ЯНВАРЬ	<p>Входить в воду и окупаться с поддержкой. Игра «Умойся», хлопать ладонками по воде бросать мячик перед собой. «Наша Таня».</p> <p>приносить игрушки по просьбе.</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Входить в воду, самостоятельно окупаться, хлопать по воде, пытаться удержать воду в ладонках, бросать и догонять мячик</p> <p>игра «Догони мяч».</p> <p>приносить мяч воспитателю.</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Войти в воду, приседая по пояс ходьба по дну бассейна с парой игра «Попрыгаем как зайчики»</p> <p>окупаться, приседая по шее, свободные игры с передвижением.</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Войти в воду и окупаться самостоятельно</p> <p>ходить по дну, взявшись за руки</p> <p>игра «Поскачем как мяч»</p> <p>дойти до противоположной стороны бассейна за игрушкой</p> <p>игра «Принеси игрушку»</p> <p>Индивидуальная работа</p>
ФЕВРАЛЬ	<p>Садиться в воду и вставлять игра «Сделаем дождик»</p> <p>ходьба по кругу, игра «Карусель»</p> <p>присесть в воду</p> <p>бег по дну «Кто убежит»</p> <p>свободные игры с предметами</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Погружаться в воду, присаживаясь брызгать воду на себя</p> <p>игра «Хоровод»</p> <p>присесть в воду по сигналу</p> <p>игра «Кораблики»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Пытаться принимать горизонтальное положение</p> <p>скользить по воде с поддержкой за руки</p> <p>умывать лицо, наклонившись</p> <p>расходиться по бассейну по команде и возвращаться назад.</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Игра «Доползи до игрушки»</p> <p>скользить по воде с поддержкой под живот</p> <p>«Сделать дождик», наклонившись над водой</p> <p>игра «Рыбки, домой»</p> <p>Индивидуальная работа</p>
МАРТ	<p>Ходьба и бег по дну бассейна</p> <p>игра «Маленькие и большие ножки»</p> <p>стоя в кругу, присесть в воду</p> <p>погружаться в воду до подбородка, до пояса</p> <p>ложиться на воду из приседа</p> <p>игра «Бегом за мячом»</p>	<p>Ходьба по дну бассейна в различных направлениях</p> <p>окупаться – игра «островки»</p> <p>погружение в воду</p> <p>игра «нос утонул»</p> <p>ложиться на воду, вытягивая ноги, упор о дно бассейна</p> <p>игра «Принеси игрушку»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Ходьба по дну бассейна на руках, ноги вытянуты</p> <p>игра «Рыбки резвятся»</p> <p>пытаться посмотреть в воду как в зеркальце</p> <p>свободные игры с игрушками</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Ходьба по дну бассейна - «Крокодилы»</p> <p>окупать все лицо в воду, стоя на коленях</p> <p>игра «Смелые ребята»</p> <p>выбегать из воды самостоятельно</p> <p>Индивидуальная работа</p>

	Индивидуальная работа			
АПРЕЛЬ	Подпрыгивать и приседать в воду, опуская лицо в воду, наклоняться вперед, ложиться на воду, ходить по кругу, бегать по кругу, держась за руки, поплавать свободно Индивидуальная работа	Опирается руками о воду, подпрыгивая - игра «Мячики» окутать лицо в воду самостоятельно лежание на воде - игра «Карусель» свободные передвижения с предметами Индивидуальная работа	Передвигаться в разных направлениях стоя поливать воду на руки, плечи, лицо приседать и выпрыгивать из воды как можно выше ползать по дну бассейна игра «Волны на море» Индивидуальная работа	Игра «Догоните меня» стоя в кругу «сделай дождик», не вытирая лицо игра «Кто выше» передвигаться «крокодилчиками» свободные игры с игрушками Индивидуальная работа
МАЙ	Погружение в воду игра «Поймай лодочку» окутаться в обруч, держась за него сесть на дно бассейна, поднимая вверх ноги ходить вдоль бортика, загребая воду руками игра «Догони меня»  Индивидуальная работа	Погружение всего лица в воду в ограниченное пространство (ладоши) упражнение «Моем носик» сесть на дно, поработать ногами игра «Фонтан» ходьба вдоль бортика «Лодочки плывут» игры с надувными игрушками. Индивидуальная работа	Входить в воду самостоятельно ходьба в различных направлениях дуть в воду, наклонившись поднимание ног лежа на животе с опорой Индивидуальная работа	Ходьба, высоко поднимая ноги - «Цапли» погрузиться до подбородка – упражнение «Остуди чай» лежание на животе с опорой игра «Лягушки и цапля» Индивидуальная работа

### Средняя группа

Месяц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
ОКТЯБРЬ	Входить в воду самостоятельно  ходьба и бег с игрушкой в одном направлении  окутаться стоя в кругу игра «Невод»  Индивидуальная работа	Окутаться самостоятельно  ходьба и бег с игрушкой в разных направлениях  выпрыгивать из воды  игра «Солнышко и дождик»  Индивидуальная работа	Погружение в воду с головой  ходьба и бег, останавливаясь по сигналу  прыжки с продвижением вперед- «Воробышки»  игра Мы веселые ребята»  Индивидуальная работа	Погружение в воду с головой, задержав дыхание  ходьба и бег, меняя направление  игра «Покажи пятки» игра «Карусель»  Индивидуальная работа
НОЯБРЬ	Ходить от бортика к бортику  приседать в воду с опорой	Ходьба и бег, помогая руками  подпрыгивать отталкиваясь	Ходьба вдоль бортика, наклонившись вперед  бег, падая в воду по	Ходьба по бассейну «Покатай лодочку»  падать в воду руки

	<p>игра «Мы веселые ребята»</p> <p>лежание на груди с опорой, ноги вперед</p> <p>самостоятельные игры с игрушками</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>руками «кто выше»</p> <p>лежание на спине с опорой</p> <p>игра «Невод»</p> <p>самостоятельное плавание</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>сигналу</p> <p>погружение в воду «Насос»</p> <p>игра «Сердитая рыбка»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>вперед</p> <p>погружение в воду до глаз</p> <p>игра «Карусель»</p> <p>Индивидуальная работа</p>
ДЕКАБРЬ	<p>Бег «Лошадки» по бассейну</p> <p>погружение с головой с опорой</p> <p>выдох в воду с пузырями</p> <p>открывание глаз</p> <p>лежание на груди с упором на руки, двигая ногами</p> <p>игра «Карусели», «Бегом за мячом»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Ходьба поперек бассейна в полуприседе с упором об игрушку</p> <p>хлопки по воде</p> <p>движение рук в воде вправо-влево</p> <p>присесть, обхватив колени</p> <p>проходить в обруч, окунаясь</p> <p>лежание на груди с опорой</p> <p>игра «Медвежонок Умка и рыбки»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Бег вдоль бортика с гребковыми движениями рук</p> <p>приседая, выдох в воду</p> <p>движение ног с опорой</p> <p>ходьба на руках с движением ног</p> <p>прыжки от бортика к бортику</p> <p>подпрыгивание в обруч</p> <p>игра «Жучок – паучок»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Бег и ходьба в разных направлениях с гребковыми движениями рук</p> <p>упражнение «Кто быстрее»</p> <p>подпрыгивание в обруч</p> <p>приседая выдох в воду</p> <p>свободные передвижения по бассейну</p> <p>Индивидуальная работа</p>
ЯНВАРЬ	<p>Погружение с головой с выдохом</p> <p>ходьба друг за другом, разгребая воду руками, приставными шагом</p> <p>пытаться делать «поплавок»</p> <p>лежание на груди с работой ног с опорой</p> <p>упражнение «Буксир»</p> <p>игра «Караси и щука»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Падать в воду с разбега</p> <p>пытаться скользить</p> <p>упражнение «Насос»</p> <p>игра «На буксире» с движением ног</p> <p>открывание глаз в воде</p> <p>выдох в воду</p> <p>игра «Мы веселые ребята»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Ходьба спиной вперед</p> <p>упражнение «Полоскание белья»</p> <p>погружение в воду с выдохом</p> <p>скольжение на груди</p> <p>попеременные движения ног с опорой</p> <p>пытаться скользить на спине</p> <p>игра «Хоровод»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Ходьба и бег по бассейну разными способами</p> <p>выдох в воду</p> <p>упражнение «Стрела»</p> <p>движение ног с опорой</p> <p>погружение в воду с головой</p> <p>свободные игры с мячом</p> <p>Индивидуальная работа</p>
ФЕВРАЛЬ	<p>Самостоятельно окунаться</p> <p>бег и ходьба в разных</p>	<p>Упражнение за задержку дыхания с опорой</p> <p>погружение с головой, с</p>	<p>Бег парами</p> <p>упражнение «Насос»</p>	<p>Ходьба и бег парами в разных направлениях</p>

	<p>направлениях по сигналу</p> <p>упражнение «Медуза»</p> <p>упражнение «Звезда»</p> <p>упражнение «Поплавок»</p> <p>лежание на груди</p> <p>скольжение с выдохом</p> <p>игра «Поезд в туннель»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>выдохом</p> <p>лежание на груди</p> <p>разными способами</p> <p>лежание на спине</p> <p>скольжение на груди</p> <p>игра «Оса»</p> <p>самостоятельное плавание</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>работа ног с опорой</p> <p>лежание на спине</p> <p>выдохи в воду</p> <p>скольжение на груди с выдохом</p> <p>игра «Поезд в туннель»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>работа ног с опорой</p> <p>лежание на спине</p> <p>упражнение «Медуза», «Звезда», «Поплавок»</p> <p>самостоятельное плавание с игрушками</p> <p>Индивидуальная работа</p>
МАРТ	<p>Падать в воду по сигналу</p> <p>упражнение на лежание по сигналу</p> <p>скольжение на груди с выдохом</p> <p>работа ног с опорой</p> <p>в кругу выдохи в воду</p> <p>игра «Мы веселые ребята»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Падать в воду самостоятельно</p> <p>погружение в воду с головой</p> <p>работа ног с опорой</p> <p>бег парами</p> <p>скольжение на груди</p> <p>скольжение на спине</p> <p>игра «Смелые ребята»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Открывание глаз в парах</p> <p>бег, догоняя свою пару</p> <p>скольжение с игрушкой на груди</p> <p>скольжение на груди с выдохом в воду</p> <p>игра «Винт», «Водолаз»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Бег с самостоятельным падением в воду</p> <p>скольжение на груди</p> <p>скольжением на спине</p> <p>игра «Щука»</p> <p>свободное плавание</p> <p>Индивидуальная работа</p>
АПРЕЛЬ	<p>Окунаться с головой</p> <p>бег за игрушкой</p> <p>дуть на игрушку</p> <p>выдохи в воду</p> <p>скольжение на груди с предметом с работой ног</p> <p>выпрыгивать из воды</p> <p>гребки руками, стоя на дне</p> <p>игра «Смелые ребята»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Произвольно окунаться</p> <p>выдохи в воду с поворотом головы</p> <p>согласование работы ног с дыханием на груди</p> <p>скольжение на спине</p> <p>гребки руками стоя</p> <p>игра «Фонтан»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Подпрыгивание в обруч</p> <p>лежание на груди с опорой движения ног с выдохом</p> <p>сидеть на дно</p> <p>плавание на груди с движением ног</p> <p>Игра «Море волнуется»</p> <p>Индивидуальная работа</p>	<p>Лежание на груди</p> <p>движение ног в кроле</p> <p>выдохи в воду с поворотом головы</p> <p>скольжение на груди с работой ног</p> <p>игра «Поезд в туннель»</p> <p>Индивидуальная работа</p>
МАЙ	<p>Всплывание и лежание на воде по выбору</p>	<p>Скольжение на груди с работой ног</p>	<p>Плавание на груди с работой ног с опорой</p> <p>плавание на спине с</p>	<p>Скольжение на груди и на спине с гребковыми</p>

скольжение на груди	подпрыгивание под обруч	работой ног с опорой	движениями рук
скольжение на спине	поднимание предметов со дна	скольжение на груди с гребковыми движениями рук	выдохи в воду с поворотом головы
игра «Водолазы»	свободные игры с мячом	свободные игры	свободное плавание
Индивидуальная работа	Индивидуальная работа	Индивидуальная работа	Индивидуальная работа

### *Старшая группа*

Месяц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
ОКТАБРЬ	Ходьба парами, группой, держась за руки упражнение «Полоскание белья» умыться, полить воду на лицо погружаться до подбородка игра «Цапли», «Карусели» Индивидуальная работа	Ходьба с гребковыми движениями рук, руки за спину упражнение «Волны на море» поливать воду на голову погружаться до уровня носа игра «Дровосек в воде», «Дождик лей» Индивидуальная работа	Вбежать в воду, окунувшись ходьба спиной вперед прыжки из воды передвигаться по дну различными способами упражнение «Нос утонул» игра «Мы веселые ребята» Индивидуальная работа	Бег по дну бассейна в различных направлениях ходьба спиной вперед с гребковыми движениями рук упражнение «Кто выше» передвигаться – «Крокодилы» игра «Футбол в воде» Индивидуальная работа
НОЯБРЬ	Вбегать в воду, падая на нее передвижение по дну назад класть лицо в воду в ладоши брызгать друг друга движения ног кроль на груди игра «Волны на море» Индивидуальная работа	Падать на воду передвижение по дну боком класть лицо в воду, задержав дыхание ходить парами движение ног кроль на груди игра «Фонтан» Индивидуальная работа	Продвигаться в воде, прыгая «Как зайчики» выдох в воду по сигналу работа ног на спине упор о дно бассейна упражнение «Остуди чай» игра «Бегом за мячом», «Коробочка» Индивидуальная работа	рызгаться, окунаясь в воду по сигналу задерживать дыхание движения ног с опорой погружение с головой игра «Карасик и щука» свободное купание Индивидуальная работа
ДЕКАБРЬ	Вход парами погружение в воду с выдохом парами погружение с открыванием глаз движение ног с опорой упражнение «У кого больше пузырей» игра «Переправа» Индивидуальная работа	Самостоятельно входить в воду упражнение «Насос» упражнение «Достань игрушку» лежание на груди с выдохом выдохи в воду игра «Байдарки», «Хоровод» Индивидуальная работа	Вбегать и окунаясь выдохи в воду с погружением парами движения ног с опорой поиск предметов в воде, открывая глаза игра «Покажи пятки», «Невод» Индивидуальная работа	Окунаясь самостоятельно упражнение «Насос» с поворотом головы работа ног с опорой и без подныривание в обруч игра «Пролезь в круг», «Карусели» Индивидуальная работа

ЯНВАРЬ	Ходьба и бег, с гребковыми движениями рук упражнение «Покажи пятки» попытка упражнения «Поплавок», «Медуза» игра «Поезд в туннель» Индивидуальная работа	Прыжки с продвижением вперед работа ног без опоры на спине выдохи в воду при погружении и лежании на груди игра «Коробочка», «Караси и щука» Индивидуальная работа	Свободное купание и плавание игры «Карусели», «Фонтан», «Смелые ребята» Индивидуальная работа	Упражнение «Поплавок» погружение с головой с выдохом присесть с выдохом в воду ходьба на руках игра «Тюлени», «На буксире» Индивидуальная работа
ФЕВРАЛЬ	Присесть, погружаясь в воду стоя, движения руками «Мельница» выполнять движения ног с помощью упражнение «Поплавок» упражнение «Стрела» игра «Невод» Индивидуальная работа	Выдохи в воду, приседая упражнение «Поплавок» упражнение «Стрела» лежание на спине движения гребковые руками на спине игра «Кто как плавает» Индивидуальная работа	Упражнение «Поплавок» упражнение «Звезда» лежание на спине скольжение на груди скольжение на спине игра «Охотники и утка» Индивидуальная работа	Лежание на спине без опоры движения ног с опорой выдохи в воду с поворотом головы скольжение на груди свободное плавание Индивидуальная работа
МАРТ	Скольжение на груди скольжение на спине выдохи в воду сочетать движения ног с дыханием игра «Караси и карпы» Индивидуальная работа	Плавание на груди с опорой плавание на спине с опорой движения ног в координации с дыханием игра «Удочка», «Пятнашки» Индивидуальная работа	Скольжение на груди и на спине движения ног с опорой выдохи в воду с поворотом головы в лежании на груди в наклоне вперед работа рук кролем игра «Качели», «Торпеда» Индивидуальная работа	Плавание на груди и на спине с работой ног с опорой выдохи в воду скольжение на груди и на спине с работой ног в координации с дыханием Свободное плавание Индивидуальная работа
АПРЕЛЬ	Скольжение на груди с выдохом скольжение на спине с движениями ног выдохи в воду плавание на груди в координации дыхания игра «Хоровод», «Морской бой» Индивидуальная работа	Плавание на груди и на спине при помощи ног с опорой скольжение на груди с опорой с гребковыми движениями рук игра «Щука» Индивидуальная работа	Стоя, работа рук на груди, на спине плавание с задержкой дыхания скольжение на груди и на спине с движениями рук игра «Пятнашки» Индивидуальная работа	Плавание с задержкой дыхания работа рук стоя, в скольжении на груди, на спине выдохи в воду игра «Кто кого?» Индивидуальная работа
МАЙ	Скольжение на груди с постепенным выдохом скольжение на спине с движениями ног выдохи в воду игра «Винт», «Кувырок в воде» Индивидуальная работа	Плывать с полной координацией движений рук и ног с чередованием плавания на задержке дыхания игра «Невод», «Караси и карпы» Индивидуальная работа	Плавание на груди и на спине на дальность свободное плавание Индивидуальная работа	Свободное плавание игры по выбору Индивидуальная работа

### **Подготовительная группа**

Месяц	I неделя	II неделя	III неделя	IV неделя
ОКТАБРЬ	Лежать на спине	Лежание на груди	Лежание на груди	Лежание на груди

	лежать на груди упражнение на дыхание игра «Поплавок», «Море волнуется» Индивидуальная работа	скольжение на спине упражнение на дыхание «Дровосек в воде» свободное плавание Индивидуальная работа	скольжение на спине упражнение на дыхание игра «Тюлени», «Покажи пятки» Индивидуальная работа	Скольжение на спине с различным положением рук Скольжение на груди Упражнение на дыхание Игра «Водолазы»
НОЯБРЬ	Скольжение на груди работа ногами на груди и спине у бортика упражнение на дыхание игра «Волны на море»	Скольжение на груди упражнение на дыхание свободное плавание игры (по желанию) Индивидуальная работа	Скольжение на спине с различным положением рук упражнение на дыхание работа ног у бортика игра «Смелые ребята» Индивидуальная работа	Скольжение на груди упражнение на дыхание игра «Сердитая рыбка» Индивидуальная работа
ДЕКАБРЬ	Работа ног на спине с опорой и без упражнение на дыхание игра «Поймай воду» свободное плавание Индивидуальная работа	Работа ног на груди с опорой и без скольжение на груди с работой рук в разных положениях лежание на спине с опорой и без игра «Водолазы» Индивидуальная работа	Лежание на спине упражнение «Медуза» плавание на спине, координируя движения упражнение на дыхание спад в воду Игра «Фонтан» Индивидуальная работа	Лежание на спине без опоры плавание на спине, координируя движения игра «Караси и щука» свободное плавание Индивидуальная работа
ЯНВАРЬ	Упражнение «Медуза» упражнение «Звездочка» плавание на спине в координации движения упражнение на дыхание игра «Коробочка»	Лежание на груди скольжение на спине игра «Мы ребята смелые» свободные игры с мячом Индивидуальная работа	Лежание на груди скольжение на спине работа ног на груди плавание на спине упражнение на дыхание свободное плавание	Лежание на груди с опорой и без скольжение на спине с опорой и без скольжение на груди с опорой и без игра «Веселые подводники» Индивидуальная работа
ФЕВРАЛЬ	Работа ног на спине без опоры скольжение на груди без опоры упражнение на дыхание игра «Карусели», «Сердитая рыбка» Индивидуальная работа	Работа ног на груди без опоры упражнение «Медуза» движение рук на спине игра «Футбол на воде»	Работа ног в скольжении на груди упражнение «Поплавок», «Медуза», «Звезда» игра «Море волнуется» Индивидуальная работа	Плавание на груди с движениями рук упражнение на дыхание работа ног с опорой и без свободные игры с мячом Индивидуальная работа
МАРТ	Плавание на груди с различными положениями рук упражнение на дыхание движение ног игра «Футбол на воде»	Плавание на спине с различным положением рук упражнение на дыхание движение ног игра «Водное поле»	Упражнение «Медуза», «Звезда», «Поплавок» скольжение на груди и на спине с работой ног свободное плавание Индивидуальная работа	Обучение игры «Водное поло» свободные передвижения Индивидуальная работа
АПРЕЛЬ	Скольжение на спине с работой рук упражнение на дыхание игра «Водолазы»	Скольжение на спине с работой ног упражнение на дыхание игра «Мы ребята смелые»	Скольжение на груди и на спине на дальность проплывания свободные передвижения в воде Индивидуальная работа	Плавание на груди в координации упражнение на дыхание игра «Море волнуется»
МАЙ	Плавание на спине в координации упражнение на дыхание	Упражнение на дыхание плавание, координируя движения	Плавание на груди плавание на спине (контрольные)	Свободные игры по выбору Индивидуальная

	игра Водное поло»	свободное плавание	нормативы) игры с мячом Индивидуальная работа	работа
--	-------------------	--------------------	---	--------

## Приложение № 1

### Комплексно- тематическое планирование.

#### *Примерное распределение тем в течение года в первой младшей группе (2-3 года)*

\* Темы для обсуждения с детьми, рекомендованные Федеральной программой воспитания и рабочей программой воспитания детей 2-3 лет в форме тематических дней и недель.

\*\* Темы для обсуждения с детьми, рекомендованные Федеральной программой воспитания и рабочей программой воспитания детей 2-3 лет в форме воспитывающих игровых ситуаций, развивающего общения, проблемных ситуаций.

Сентябрь

Даты сентября: 1 сентября – День знаний\*\*.

1. Тематическая неделя «Мы пришли в детский сад»
2. Тематическая неделя «Весело у нас в саду»
3. Тематическая неделя «Фруктовый сад»
4. Тематическая неделя «Собираем урожай»

Октябрь

Даты октября: 1 октября – Международный день пожилых людей\*\*, День отца (третье воскресенье месяца)\*\*.

1. Тематическая неделя «Кто живёт в лесу»
2. Тематическая неделя «Бабушкино подворье»
3. Тематическая неделя «Золотая осень»
4. Тематическая неделя «Семья»

Ноябрь

Даты ноября: День матери (последнее воскресенье месяца)\*\*.

1. Тематическая неделя «Дом. Мебель»
2. Тематическая неделя «Дом. Знакомство с посудой»
3. Тематическая неделя «Наши игрушки»
4. Тематическая неделя «На дороге»

Декабрь.

Даты декабря: 31 декабря – Новый год\*.

1. Тематическая неделя «Одежда и обувь»
2. Тематическая неделя «Мамины сказки»
3. Тематическая неделя «Новогодние забавы»
4. Тематическая неделя «Праздник ёлки»

## Январь

1. Тематическая неделя «Повторение материала»
2. Тематическая неделя «Вот как мы играем»
3. Тематическая неделя «Зимние загадки»
4. Тематическая неделя «Музыка и фольклор»\*

## Февраль

Даты февраля: 23 февраля – День защитника Отечества\*\*.

1. Тематическая неделя «Мы играем»
2. Тематическая неделя «Мы – помощники»
3. Тематическая неделя «Книжка-малышка»
4. Тематическая неделя «Семья»\*

## Март

Даты марта: 8 марта – Международный женский день\*.

1. Тематическая неделя «Мамин день»\*
2. Тематическая неделя «Весёлый Петрушка»\*
3. Тематическая неделя «Растём здоровыми»\*
4. Тематическая неделя «Весна идёт»

## Апрель

1. Тематическая неделя «Мир вокруг, растения»
2. Тематическая неделя «Дружные ребята»\*
3. Тематическая неделя «Мой дом»
4. Тематическая неделя «Мир вокруг, насекомые»

## Май

1. Тематическая неделя «Мир вокруг, птицы»
2. Тематическая неделя «Фрукты и овощи»
3. Тематическая неделя «Я в мире человек»\*
4. Тематическая неделя «Разноцветный мир»

### **Примерное распределение тем в течение года во второй младшей группе (3-4 года)**

\* Темы для обсуждения с детьми, рекомендованные Федеральной программой воспитания и рабочей программой воспитания детей 3-4 лет в форме тематических дней и недель.

\*\* Темы для обсуждения с детьми, рекомендованные Федеральной программой воспитания и рабочей программой воспитания детей 3-4 лет в форме воспитывающих игровых ситуаций, развивающего общения, проблемных ситуаций.

## Сентябрь

Даты сентября: 1 сентября – День знаний\*\*, 27 сентября – День воспитателя и всех дошкольных работников\*\*.

1. Тематическая неделя «Здравствуй, детский сад»
2. Тематическая неделя «Что нам осень принесла? Овощи»
3. Тематическая неделя «Что нам осень принесла? Фрукты»
4. Тематическая неделя «Осень золотая в гости к нам пришла»

## Октябрь

Даты октября: 1 октября – Международный день пожилых людей\*,

4 октября – День защиты животных\*\*, День отца в России (третье воскресенье месяца)\*\*.

1. Тематическая неделя «Я – человек»\* , Тематический день «Бабушки и дедушки» (ко Дню пожилых людей)\*
2. Тематическая неделя «Ты и я – друзья»\*
3. Тематическая неделя «Край родной»
4. Тематическая неделя «Город, в котором я живу»\*

Ноябрь

Даты ноября: День матери в России (последнее воскресенье месяца)\*.

1. Тематическая неделя «Улицы нашего города»
2. Тематическая неделя «Дом, где я живу. Мебель»
3. Тематическая неделя «Домашние животные»
4. Тематическая неделя «Дикие животные», Тематический день «Маму я свою люблю» (ко Дню матери)\*

Декабрь

Даты декабря: 31 декабря – Новый год\*.

1. Тематическая неделя «Время весёлых игр»
2. Тематическая неделя «Хотим всё знать»
3. Тематическая неделя «Скоро праздник»\*
4. Тематическая неделя «Новый год настанёт»\*

Январь

Даты января: 14 января – Старый новый год.

1. Тематическая неделя «Зима. Зимние забавы»
2. Тематическая неделя «Звери зимой»
3. Тематическая неделя «Белоснежная зима»
4. Тематическая неделя «Уроки вежливости и этикета»\*

Февраль

Даты февраля: 23 февраля – День защитника Отечества\*.

1. Тематическая неделя «Одежда»
2. Тематическая неделя «Военные профессии»\* (ко Дню защитника Отечества)
3. Тематическая неделя «Праздник пап»\* (ко Дню защитника Отечества)
4. Тематическая неделя «Бабушка родная»

Март

Даты марта: 8 марта – Международный женский день\*, 27 марта – Всемирный день театра\*.

1. Тематическая неделя «Моя мама лучше всех»\* (к Международному женскому дню)
2. Тематическая неделя «Матрёшкины посиделки»\*
3. Тематическая неделя «Народные игрушки»
4. Тематическая неделя «Русские народные сказки», Тематический день «Мы любим театр» (к Всемирному дню театра)\*

Апрель

Даты апреля: 1 апреля – День улыбок\*.

1. Тематическая неделя «Весна – красна», Тематический день «Дружба начинается с улыбки»\* (ко Дню улыбок)
2. Тематическая неделя «Птицы весной»
3. Тематическая неделя «Насекомые»
4. Тематическая неделя «Цветы»

#### Май

Даты мая: 9 мая – День Победы\*.

1. Тематическая неделя «Подарки весны. День победы»\* (ко Дню Победы)
2. Тематическая неделя «Волшебница – вода»\*
3. Тематическая неделя «Мои любимые игрушки»
4. Тематическая неделя «Хорошо у нас в саду, закрепление»

#### Июнь

Даты июня: 1 июня – День защиты детей\*\*, 12 июня – День России\*.

1. Тематическая неделя «Солнечная»
2. Тематическая неделя «Цветочная», Тематический день «Мы живём в России» (ко Дню России)\*
3. Тематическая неделя «Витаминная»
4. Тематическая неделя «Походная»

#### Июль

Даты июля: 8 июля – День семьи, любви и верности\*.

1. Тематическая неделя «Водная», Тематический день «Наша дружная семья» (ко Дню семьи, любви и верности)\*
2. Тематическая неделя «Лесная»
3. Тематическая неделя «Почвенная»\*
4. Тематическая неделя «Туристическая»

#### Август

Даты августа: 19 августа – Яблочный спас\*, 21 августа – День Российского флага

1. Тематическая неделя «Воздушная»\*
2. Тематическая неделя «Зоологическая»
3. Тематическая неделя «Заповедная», Тематический день «Флаг России»
4. Тематическая неделя «Круизная»

### **Примерное распределение тем в течение года в средней группе (4-5 лет)**

\* Темы для обсуждения с детьми, рекомендованные Федеральной программой воспитания и рабочей программой воспитания детей 4-5 лет в форме тематических дней и недель.

\*\* Темы для обсуждения с детьми, рекомендованные Федеральной программой воспитания и рабочей программой воспитания детей 4-5 лет в форме воспитывающих игровых ситуаций, развивающего общения, проблемных ситуаций.

#### Сентябрь

Даты сентября: 1 сентября – День знаний\*\*, 8 сентября – Международный день распространения грамотности\*, 27 сентября – День воспитателя и всех дошкольных работников\*.

1. Тематическая неделя «До свидания, лето. Здравствуй, детский сад!»

2. Тематическая неделя «Осень. Овощи и фрукты», Тематический день «Будем говорить правильно» (к международному дню распространения грамотности)\*
3. Тематическая неделя «Краски осени. Цветы»
4. Тематическая неделя «Осень в лесу. Грибы», Тематический день «Кто заботится о нас?» (ко Дню воспитателя и всех дошкольных работников)\*

#### Октябрь

Даты октября: 1 октября – Международный день пожилых людей\*, Международный день музыки, 4 октября – День защиты животных\*\*, третье воскресенье октября – День отца в России\*\*.

1. Тематическая неделя «Я хочу быть здоровым», Тематический день «Бабушки и дедушки» (к Международному дню пожилых людей)\*
2. Тематическая неделя «Наш детский сад»
3. Тематическая неделя «Со мной мои друзья»\*
4. Тематическая неделя «Наш город, село»\*

#### Ноябрь

Даты ноября: 4 ноября – День народного единства\*\*, последнее воскресенье ноября – День матери в России\*, 30 ноября – День Государственного герба Российской Федерации\*\*.

1. Тематическая неделя «Правила дорожного движения»
2. Тематическая неделя «Мебель»
3. Тематическая неделя «Как животные готовятся к зиме»
4. Тематическая неделя «Мамины помощники»\* (ко Дню матери)

#### Декабрь

Даты декабря: 8 декабря – Международный день художника\*, 31 декабря – Новый год\*.

1. Тематическая неделя «Безопасность всегда и везде»
2. Тематическая неделя «Профессии»\*, Тематический день «В руки кисточки возьмём» (к Международному дню художника)\*
3. Тематическая неделя «К нам шагает Новый год!»\*
4. Тематическая неделя «Здравствуй, Дед Мороз!»\*

#### Январь

Даты января: 14 января – Старый новый год.

1. Тематическая неделя «Здравствуй, Зимушка-зима»
2. Тематическая неделя «Зима в лесу»
3. Тематическая неделя «Животные Севера»
4. Тематическая неделя «Правила этикета»\*

#### Февраль

Даты февраля: 8 февраля – День российской науки\*, 23 февраля – День защитника Отечества\*.

1. Тематическая неделя «Вода вокруг нас»\* (ко Дню российской науки)
2. Тематическая неделя «Военная техника»\* (ко Дню защитника Отечества)
3. Тематическая неделя «Мы – защитники Отечества»\* (ко Дню защитника Отечества)

#### 4. Тематическая неделя «Бабушка любимая моя»

##### Март

Даты марта: 1 марта – День Авдотьи Весновки\*, 8 марта – Международный женский день\*, 20 марта – День Земли\*, 27 марта – Всемирный день театра\*.

1. Тематическая неделя «Мамин праздник»\* (к Международному женскому дню), Тематический день «Приди весна с милостью» (ко Дню Авдотьи Весновки)
2. Тематическая неделя «Дымковская игрушка»\*
3. Тематическая неделя «День Земли»\* (ко Дню Земли)
4. Тематическая неделя «Театральная весна»\* (ко Всемирному дню театра)

##### Апрель

Даты апреля: 1 апреля – день птиц\*, 12 апреля – День космонавтики\*.

1. Тематическая неделя «Птицы – наши друзья»\* (ко Дню птиц)
2. Тематическая неделя «Цветущая весна», Тематический день «Если очень захотеть, можно в космос полететь» (ко Дню космонавтики)\*
3. Тематическая неделя «Любимые книги»
4. Тематическая неделя «Праздник Пасхи»

##### Май

Даты мая: 1 мая – Праздник Весны и Труда\*\*, 9 мая – День Победы\*, 24 мая – День славянской письменности и культуры\*.

1. Тематическая неделя «День Победы»\* (ко Дню Победы)
2. Тематическая неделя «Времена года, закрепление»
3. Тематическая неделя «Весенняя лаборатория»\*
4. Тематическая неделя «Время весёлых игр, повторение», Тематический день «В каждой избушке свои игрушки» (ко Дню славянской письменности и культуры)\*

##### Август

Даты августа: 19 августа – Яблочный спас\*, 22 августа – День Государственного флага

Российской Федерации\*\*.

1. Тематическая неделя «Красный, жёлтый, зелёный»
2. Тематическая неделя «Юные исследователи»\*
3. Тематическая неделя «Мы любим играть», Тематический день «Месяц август яблоками пахнет»\* (к Яблочному спасу)
4. Тематическая неделя «Что такое школа»

##### Июнь

Даты июня: 1 июня – День защиты детей\*\*, 12 июня – День России\*»

1. Тематическая неделя «Солнечная»
2. Тематическая неделя «Цветочная», Тематический день «Мы живём в России» (ко Дню России)\*
3. Тематическая неделя «Витаминная»
4. Тематическая неделя «Походная»

Даты июля: 8 июля – День семьи, любви и верности\*, 5 июля – Берегиня\*\*.

1. Тематическая неделя «Водная», Тематический день «Берегиня», «Наша дружная семья» (ко Дню семьи, любви и верности)\*

2. Тематическая неделя «Лесная»
3. Тематическая неделя «Почвенная»\*
4. Тематическая неделя «Туристическая»

Август

Даты августа: 19 августа – Яблочный спас\*, 22 августа – День Государственного флага Российской Федерации\*\*.

1. Тематическая неделя «Воздушная»\*
2. Тематическая неделя «Зоологическая»
3. Тематическая неделя «Заповедная», Тематический день «Флаг России»
4. Тематическая неделя «Круизная»

### **Примерное распределение тем в течение года в старшей группе (5-6 лет)**

\* Темы для обсуждения с детьми, рекомендованные Федеральной программой воспитания и рабочей программой воспитания детей 5-6 лет в форме тематических дней и недель.

\*\* Темы для обсуждения с детьми, рекомендованные Федеральной программой воспитания и рабочей программой воспитания детей 5-6 лет в форме воспитывающих игровых ситуаций, развивающего общения, проблемных ситуаций.

Сентябрь

Даты сентября: 1 сентября – День знаний\*\*, 3 сентября – День окончания Второй мировой войны\*\*, 8 сентября – Международный день распространения грамотности\*, 27 сентября – День воспитателя и всех дошкольных работников\*.

1. Тематическая неделя «Здравствуй, детский сад!»
2. Тематическая неделя «Осень в лесу», Тематический день «По речам узнают человека» (к Международному дню распространения грамотности)\*
3. Тематическая неделя «Грибы»
4. Тематическая неделя «Осень в творчестве поэтов и художников»\*, Тематический день «Воспитатель – это волшебник» (ко Дню воспитателя и всех дошкольных работников)\*

Октябрь

Даты октября: 1 октября – Международный день пожилых людей\*, Международный день

музыки, 4 октября – День защиты животных\*, Третье воскресенье октября – День отца в России\*.

1. Тематическая неделя «Здоровье в порядке – спасибо зарядке», Тематический день «Хорошие дети – добрая старость» (к Международному дню пожилых людей)\*, Тематический день «Люби и береги животных» (ко Дню защиты животных)\*
2. Тематическая неделя «Все профессии важны»\*
3. Тематическая неделя «Россия – многонациональная страна»\*, Тематический день «Самый лучший папа» (ко Дню отца в России)\*
4. Тематическая неделя «Москва – столица России»

Ноябрь.

Даты ноября: 4 ноября – День народного единства\*\*, последнее воскресенье ноября – День матери в России\*, 30 ноября – День Государственного герба Российской Федерации\*\*.

1. Тематическая неделя «Мой город. Моя страна»\*. Тематический день « День народного Единства»
2. Тематическая неделя «Золотая хохлома»\*
3. Тематическая неделя «Музеи моего города»\*
4. Тематическая неделя «Мама – лучший друг»\* (ко Дню матери)

#### Декабрь

Даты декабря: 3 декабря – День неизвестного солдата\*\*, 8 декабря – Международный день художника\*, 12 декабря – День Конституции Российской Федерации\*\*, 31 декабря –Новый год\*.

1. Тематическая неделя «Такой разный транспорт»
2. Тематическая неделя «Новый год шагает по планете»\*, Тематический день «Волшебная страна рисования» (к Международному дню художника)\*
3. Тематическая неделя «Скоро будет праздник!»\*
4. Тематическая неделя «Волшебство Нового года»\*

#### Январь

Даты января: 11 января – День заповедников и национальных парков России\*\*, 14 января – Старый новый год\*\*.

1. Тематическая неделя «Зимний лес»
2. Тематическая неделя «Зимние виды спорта»\*
3. Тематическая неделя «Птицы зимой»
4. Тематическая неделя «Бело-голубая гжель»\*

#### Февраль

Даты февраля: 8 февраля – День российской науки\*, 21 февраля – Международный день родного языка\*\*, 23 февраля – День защитника Отечества.

1. Тематическая неделя «Арктика и Антарктика», Тематический день «Путешествие в страну Науки» (ко Дню российской науки)\*
2. Тематическая неделя «Рода войск»\* (ко Дню защитника Отечества)
3. Тематическая неделя «День защитника Отечества»\* (ко Дню защитника Отечества)
4. Тематическая неделя «Руки бабушки и мамы»

#### Март

Даты марта: 1 марта – День Авдотьи Весновки\*, 8 марта –Международный женский день\*, 20 марта – День земли\*, 27 марта – Всемирный день театра\*.

1. Тематическая неделя «Международный женский день»\* (к Международному женскому дню), Тематический день «Приди весна с милостью» (ко Дню Авдотьи Весновки)\*
2. Тематическая неделя «Весна»
3. Тематическая неделя «Береги планету»\* (ко Дню Земли)
4. Тематическая неделя «Театры нашего города»\* (к Всемирному дню театра)

#### Апрель

Даты апреля: 2 апреля – Международный день детской книги\*, 12 апреля – День космонавтики\*.

1. Тематическая неделя «Неделя детской книги»\* (к Международному дню детской книги)
2. Тематическая неделя «Космос»\* (ко Дню космонавтики)
3. Тематическая неделя «Весна, перелётные птицы»
4. Тематическая неделя «Пасхальные чудеса»

Май

Даты мая: 1 мая – Праздник Весны и Труда\*\*, 9 мая – День Победы\*, 24 мая – День славянской письменности и культуры\*.

1. Тематическая неделя «Праздник 9 Мая!»\* (ко Дню Победы)
2. Тематическая неделя «Игры и игрушки»
3. Тематическая неделя «Неделя славянской письменности»\* (ко Дню славянской письменности и культуры)
4. Тематическая неделя «Повторение пройденного»

Июнь

Даты июня: 1 июня – День защиты детей\*, 6 июня – День русского языка\*, 12 июня – День России\*, 22 июня – День памяти и скорби\*\*.

1. Тематическая неделя «Солнечная»\* Тематический день «Наши дети!» (ко Дню защиты детей), Тематический день «Наш Пушкин» (ко Дню русского языка)\*
2. Тематическая неделя «Цветочная», тематический день «Моя Родина – Россия!»\* (ко Дню России)
3. Тематическая неделя «Витаминная»
4. Тематическая неделя «Походная»

Июль

Даты июля: 8 июля – День семьи, любви и верности\*, 15 июля – Березиня\*\*, 23 июля – Всемирный день китов и дельфинов\*.

1. Тематическая неделя «Водная»\*, тематический день «Наша дружная семья» (ко Дню семьи, любви и верности)
2. Тематическая неделя «Лесная»
3. Тематическая неделя «Почвенная»
4. Тематическая неделя «Туристическая». Тематический день «Морские обитатели»\* (ко Всемирному дню китов и дельфинов)

Август

Даты августа: 19 августа – яблочный спас\*, 22 августа – День Государственного флага Российской Федерации\*.

1. Тематическая неделя «Воздушная»
2. Тематическая неделя «Зоологическая». Тематический день «Месяц август яблоками пахнет» (к Яблочному спасу)\*
3. Тематическая неделя «Заповедная». Тематический день «Символика России»\* (ко Дню государственного флага РФ)
4. Тематическая неделя «Круизная»

**Примерное распределение тем в течение года  
в подготовительной группе (6-7 лет)**

\* Темы для обсуждения с детьми, рекомендованные Федеральной программой воспитания и рабочей программой воспитания детей 6-7 лет в форме тематических дней и недель.

\*\* Темы для обсуждения с детьми, рекомендованные Федеральной программой воспитания и рабочей программой воспитания детей 6-7 лет в форме воспитывающих игровых ситуаций, развивающего общения, проблемных ситуаций.

#### Сентябрь

Даты сентября: 1 сентября – День знаний\*, 3 сентября – День окончания Второй мировой войны\*\*, 8 сентября – Международный день распространения грамотности\*, 27 сентября

– День воспитателя и всех дошкольных работников\*.

1. Тематическая неделя «День знаний»\* (ко Дню знаний)
2. Тематическая неделя «Сельскохозяйственные профессии»\*, Тематический день «По речам узнают человека» (к Международному дню распространения грамотности)\*
3. Тематическая неделя «Праздник урожая»
4. Тематическая неделя «Осень в стихах и картинах»\*, Тематический день «Воспитатель – это волшебник» (ко Дню воспитателя и всех дошкольных работников)\*

#### Октябрь

Даты октября: 1 октября – Международный день пожилых людей\*, Международный день музыки\*\*, 4 октября – День защиты животных\*, третье воскресенье октября – День отца в России\*.

1. Тематическая неделя «Мой родной город»\*, Тематический день «Хорошие дети – добрая старость» (к Международному дню пожилых людей)\*, Тематический день «Люби и береги животных» (ко Дню защиты животных)\*
2. Тематическая неделя «Достопримечательности родного города»\*
3. Тематическая неделя «Дети разных стран – друзья»\*, Тематический день «Самый лучший папа» (ко Дню отца в России)\*
4. Тематическая неделя «Москва»\*

#### Ноябрь

Даты ноября: 4 ноября – День народного единства\*, последнее воскресенье ноября – День матери в России\*, 30 ноября – День Государственного герба Российской Федерации\*\*.

1. Тематическая неделя «День народного единства»\* (ко Дню народного единства)
2. Тематическая неделя «Они прославили Россию»\*
3. Тематическая неделя «Тело человека»\*
4. Тематическая неделя «День матери»\* (ко Дню матери)

#### Декабрь

Даты декабря: 3 декабря – День неизвестного солдата\*\*, 5 декабря – День добровольца (волонтера) в России\*\*, 8 декабря – Международный день художника\*, 9 декабря – День Героев Отечества\*\*, 12 декабря – День Конституции Российской Федерации\*\*, 31 декабря – Новый год\*.

1. Тематическая неделя «Транспорт»

2. Тематическая неделя «Зимняя лаборатория»\*, Тематический день «Волшебная страна рисования» (к Международному дню художника)\*

3. Тематическая неделя «Новогодние хлопоты»\*

4. Тематическая неделя «Новый год в разных странах»\*

Январь

Даты января: 11 января – День заповедников и национальных парков России\*\*, 14 января – Старый новый год\*\*, 27 января – День снятия блокады Ленинграда\*\*.

2. Тематическая неделя «Лес зимой. Зимующие птицы»

3. Тематическая неделя «Зимние олимпийские игры»\*

4. Тематическая неделя «Блокада Ленинграда»

Февраль

Даты февраля: 8 февраля – День российской науки\*, 21 февраля – Международный день родного языка\*\*, 23 февраля – День защитника Отечества\*.

1. Тематическая неделя «Научные открытия» (ко Дню российской науки)

2. Тематическая неделя «Широкая Масленица»

3. Тематическая неделя «Будем в армии служить»\* (ко Дню защитника Отечества)

4. Тематическая неделя «Декоративно-прикладное искусство»

Даты марта: 1 марта – День Авдотьи Весновки\*\*, 8 марта – Международный женский день\*, 18 марта – День воссоединения Крыма с Россией\*\*, 20 марта – День Земли\*, 27 марта – Всемирный день театра\*.

1. Тематическая неделя «Женский день 8 Марта»\* (к Международному женскому дню), Тематический день «Приди весна с милостью» (ко Дню Авдотьи Весновки)\*

2. Тематическая неделя «Первоцветы»

3. Тематическая неделя «Планета – наш общий дом»\* (ко Дню Земли)

4. Тематическая неделя «Давай пойдём в театр»\* (к Всемирному дню театра)

Апрель

Даты апреля: 2 апреля – Международный день детской книги\*, 12 апреля – День космонавтики\*, 22 апреля – Международный день Земли\*.

1. Тематическая неделя «Книжкина неделя»\* (к Международному дню детской книги)

2. Тематическая неделя «Покорители вселенной»\* (ко Дню космонавтики)

3. Тематическая неделя «Светлая Пасха», Тематический день «Улыбайся, Планета!» (к Международному дню Земли)\*

4. Тематическая неделя «Природа весной, насекомые»

Май

Даты мая: 1 мая – Праздник Весны и Труда\*\*, 9 мая – День Победы\*, 19 мая – День детских общественных организаций России\*\*, 24 мая – День славянской письменности и культуры\*.

1. Тематическая неделя «9 Мая – День Победы!»\* (ко Дню Победы)

2. Тематическая неделя «В мире музыки»\*

3. Тематическая неделя «Славянская культура и письменность»\* (ко Дню славянской письменности и культуры)

4. Тематическая неделя «До свидания, детский сад!»

Июнь

Даты июня: 1 июня – День защиты детей\*\*, 5 июня – Всемирный день окружающей среды\*, 6 июня – День русского языка\*, 12 июня – День России\*, 22 июня – День памяти и скорби\*\*, третье воскресенье июня – День медицинского работника\*\*.

1. Тематическая неделя «Солнечная». Тематический день «Наши дети» (День защиты детей)
2. Тематическая неделя «Цветочная». Тематический день «Я горжусь Россией»\* (ко Дню России), Тематический день «Наш Пушкин» (ко Дню русского языка)\*
3. Тематическая неделя «Витаминная»\*
4. Тематическая неделя «Походная»

Июль

Даты июля: 8 июля – День семьи, любви и верности\*, 15 июля – Березиня\*\*, 23 июля – Всемирный день китов и дельфинов\*.

1. Тематическая неделя «Водная». Тематический день «День семьи, любви и верности»\* (ко Дню семьи, любви и верности)
2. Тематическая неделя «Лесная»
3. Тематическая неделя «Почвенная»
4. Тематическая неделя «Туристическая». Тематический день «Удивительный мир морей»\* (ко Всемирному дню китов и дельфинов)

Август

Даты августа: 5 августа – Международный день светофора\*\*, 12 августа – День физкультурника\*, 19 августа – яблочный спас\*, 22 августа – День Государственного флага Российской Федерации\*\*

1. Тематическая неделя «Воздушная»
2. Тематическая неделя «зоологическая». Тематический день «Спорт»\* (ко Дню физкультурника)
3. Тематическая неделя «Заповедная»\*, Тематический день «Месяц август яблоками пахнет» (к Яблочному спасу).
4. Тематическая неделя «Круизная» Тематический день «Символика России» (ко Дню Государственного флага Российской Федерации)\*

## Приложение № 2

**Расписание НОД по физической культуре на 2023-2024 учебный год (корпус №1 на ул. Звездная, д. 9)**

<i>Группа/день недели</i>	<i>понедельник</i>	<i>вторник</i>	<i>среда</i>	<i>четверг</i>	<i>пятница</i>
Группа раннего возраста	8.50 – 9.00	9.00 – 9.10		9.00 – 9.10	Методический день
Вторая младшая группа	10.15 – 10.30 10.40 – 10.55 (бассейн)	9.25 – 9.40		9.25 – 9.40	
Средняя группа	9.10 – 9.30		11.15 –	9.50 –	

			11.35 11.45 – 12.05 (бассейн)	10.10	
Старшая группа	9.40 – 10.05	11.10 – 11.35 11.45 – 12.10 (бассейн)	9.35 – 10.00		
Подготовительная группа	11.10 – 11.40 11.50 – 12.20 (бассейн)	10.10 – 10.40		10.25 – 10.55	

### Приложение № 3

#### Перспективное планирование области “Физическое развитие”

##### Группа раннего возраста (2-3 года)

<i>Упражнения в равновесии</i>	<i>Катание, бросание, ловля, метание</i>	<i>Ползание, лазание</i>	<i>Прыжки</i>
<i>сентябрь</i>			
Ходьба между предметами. Ходьба от предмета к предмету.	Брать, нести, класть, катать мяч. Катание мяча педагогу.	Ползание на четвереньках от игрушки к игрушке.	Прыжки на двух ногах на месте и с небольшим продвижением вперед.
<i>октябрь</i>			
Ходьба по прямой дорожке между двух прямых, ширина 25-30 см, длина 2 метра.	Прокатывание мяча друг другу.	Проползание в вертикально стоящий обруч.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед (2-3 м.)
<i>ноябрь</i>			
Кружение в разные стороны в медленном темпе.	Прокатывание мяча одной рукой (правой и левой). Бег за мячом.	Проползание в вертикально стоящий обруч с захватом игрушки. Проползание под дугой.	Прыжки на двух ногах через линию.
<i>декабрь</i>			
Ходьба по прямой дорожке с перешагиванием через предметы (высотой 10-15 см).	Прокатывание мяча под дугой. Прокатывание мяча между двух игрушек.	Проползание под гимнастическую палку (высота 50 см).	Прыжки на двух ногах через веревку, лежащую на полу.
<i>январь</i>			
Ходьба со сменой направления	Скатывание мяча с горки.	Проползание под дугой с	Прыжки на двух ногах через две линии (ширина

движения. Бег между линиями.	Прокатывание мяча по гимнастической скамейке двумя руками.	одновременным прокатыванием мяча одной рукой (сначала правой, потом левой).	между линиями 15- 20 см).
<i>февраль</i>			
Ходьба «змейкой», огибая предметы.	Прокатывание мяча по гимнастической скамье одной рукой (правой и левой).	Проползание в два вертикально стоящих обруча.	Подпрыгивание до игрушки, находящейся выше поднятых рук ребенка.
<i>март</i>			
Ходьба по гимнастической доске, лежащей на полу.	Ловля мяча с расстояния 50 см. Бросание мяча.	Подползание под веревку (высота 50 см).	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед с хлопками.
<i>апрель</i>			
Ходьба со сменой характера движения. Бег между двумя линиями, не наступая на них.	Бросание мяча двумя руками снизу педагогу.	Перелезание через бревно.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед с мячом в руках.
<i>май</i>			
Ходьба с перешагиванием веревки, приподнятой на высоту 5-15 см.	Перебрасывание мяча через ленту, натянутую на уровне груди ребенка.	Влезание на лесенку-стремянку с помощью педагога (попытки).	Прыжки на двух ногах с места (как можно дальше).

### **Вторая младшая группа (3-4 года)**

<i>Упражнения в равновесии</i>	<i>Катание, бросание, ловля, метание</i>	<i>Ползание, лазание</i>	<i>Прыжки</i>
<i>сентябрь</i>			
Ходьба по прямой дорожке между двух прямых, ширина 15-20 см, длина 2 метра.	Катание мяча друг другу.	Ползание на четвереньках по прямой (6 м).	Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед (2-3 м).
<i>октябрь</i>			
Ходьба по доске.	Катание мяча между предметами.	Ползание на четвереньках между предметами.	Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.
<i>ноябрь</i>			
Ходьба по гимнастической скамейке.	Катание мяча в воротца.	Ползание на четвереньках вокруг предметов.	Прыжки на двух ногах между предметами.
<i>декабрь</i>			
Ходьба по бревну.	Метание на дальность правой и левой рукой (2,5-5 м).	Подлезание под препятствие на четвереньках (высотой 50 см).	Прыжки вверх с места; с касанием предмета, который находится на 10-12 см. выше поднятой руки.

<i>январь</i>			
Медленное кружение в обе стороны.	Метание в горизонтальную цель двумя руками снизу (расстояние 1,5-2 м).	Подлезание под препятствие (высотой 50 см).	Прыжки через линию.
<i>февраль</i>			
Ходьба, приставляя пятку одной ноги к носку другой.	Метание в горизонтальную цель двумя руками от груди (дальность 1,5-2 м).	Пролезание в обруч.	Прыжки через шнур. Прыжки через 4-6 линий (поочередно через каждую).
<i>март</i>			
Ходьба по наклонной доске (высота 20-25 см).	Метание в вертикальную цель (с расстояния 1-1,5 м). Ловля мяча с расстояния 70-100 см.	Перелезание через бревно.	Прыжки через предметы (высотой 5 см).
<i>апрель</i>			
Ходьба с перешагиванием через предметы (кубики).	Бросание мяча вверх, ловля его (2-3 раза подряд).	Лазанье по лесенке-стремянке (высота 1-1,5 м).	Прыжки в длину с места через две линии (расстояние между линиями 25-30 см).
<i>май</i>			
Ходьба по лестнице, положенной на пол.	Бросание мяча вниз об пол, ловля его (2-3 раза подряд).	Лазанье по гимнастической стенке удобным для себя способом (высота 1,5 м).	Прыжки в длину с места (расстояние от 40 см).

### *Средняя группа (4-5 лет)*

<i>Упражнения в равновесии</i>	<i>Катание, бросание, ловля, метание</i>	<i>Ползание, лазание</i>	<i>Прыжки</i>
<i>сентябрь</i>			
Ходьба между линиями (ширина между ними 10-15 см). Ходьба между линиями с перешагиванием через предметы. Ходьба между линиями с мешочком с песком на голове.	Прокатывание мячей друг другу. Прокатывание мячей между предметами.	Ползание на четвереньках по прямой (длина от 7 м). Ползание на четвереньках между предметами.	Прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2-3 раза в чередовании с ходьбой).
<i>октябрь</i>			
Ходьба между линиями, ставя ногу с носка. Ходьба по доске.	Прокатывание обручей друг другу.	Ползание на четвереньках «змейкой». Ползание на четвереньках по доске.	Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд (расстояние 2-3 м).

<i>ноябрь</i>			
Ходьба по доске. Ходьба по доске с перешагиванием через предметы.	Прокатывание обручей. Бросание мяча другу другу снизу и ловля его (расстояние 1,5 м).	Ползание на четвереньках по наклонной доске. Ползание на четвереньках по гимнастической скамье.	Прыжки на двух ногах с поворотом кругом.
<i>декабрь</i>			
Ходьба по доске с мешочком с песком на голове. Ходьба по доске, ставя ногу с носка. Ходьба по гимнастической скамейке.	Бросание мяча другу другу из-за головы и ловля его (расстояние 1,5 м). Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы.	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони.	Прыжки: ноги вместе - ноги врозь.
<i>январь</i>			
Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком с песком на голове. Ходьба по гимнастической скамейке, ставя ногу с носка.	Перебрасывание мяча одной рукой через препятствия (расстояние 2 м).	Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони по горизонтальной доске.	Прыжки: на одной ноге (поочередно).
<i>февраль</i>			
Ходьба по бревну. Ходьба по бревну с поворотом. Ходьба по бревну с мешочком с песком на голове.	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками. Бросание мяча об пол и ловля его двумя руками.	Ползание на четвереньках по наклонной доске. Ползание на четвереньках по гимнастической скамье.	Прыжки: на двух ногах через линию.
<i>март</i>			
Ходьба по бревну, ставя ногу с носка. Ходьба по наклонной доске (высота 25-30 см).	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой. Метание предметов на дальность (расстояние от 3,5 м).	Подлезание под верёвку. Подлезание под дугу (высотой 50 см) правым и левым боком вперёд.	Прыжки: на двух ногах поочередно через 4-5 линий, (расстояние между ними 40-50 см).
<i>апрель</i>			
Бег по наклонной доске вверх и вниз (ширина 15-20 см, высота 25-30 см). Перешагивание через рейки лестницы, приподнятой на 20-25 см.	Метание предметов в горизонтальную цель (дальность 2-2,5 м) правой и левой рукой.	Пролезание в обруч. Перелезание через бревно. Перелезание через гимнастическую скамейку.	Прыжки на двух ногах поочередно через 2-3 предмета (высота предметов 5-10 см). Прыжки с высоты 20-25 см.

<i>май</i>			
Перешагивание поочередно через 5-6 мячей. Кружение в обе стороны.	Метание предметов в вертикальную цель (дальность 1.5-2 м).	Лазанье по гимнастической стенке. Лазанье по гимнастической стенке с перелезанием с одного пролёта на другой.	Прыжки в длину с места (не менее 70 см). Прыжки с короткой скакалкой.

**Старшая группа (5-6 лет)**

<i>Упражнения в равновесии</i>	<i>Катание, бросание, ловля, метание</i>	<i>Ползание, лазание</i>	<i>Прыжки</i>
<i>сентябрь</i>			
Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки.	Бросание мяча вверх двумя руками (10 раз). Бросание мяча об пол и ловля его двумя руками (10 раз).	Ползание на четвереньках «змейкой» между предметами. Ползание на четвереньках в чередовании с ходьбой и бегом.	Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) в чередовании с ходьбой.
<i>октябрь</i>			
Ходьба по верёвке. Ходьба по наклонной доске прямо.	Бросание мяча одной рукой (4-6 раз). Бросание мяча вверх и ловля его с хлопками.	Ползание на четвереньках в чередовании с переползанием через препятствия.	Прыжки на двух ногах разными способами: ноги скрестно - ноги врозь.
<i>ноябрь</i>			
Ходьба по наклонной доске боком. Ходьба по наклонной доске на носках.	Перебрасывание мяча из одной руки в другую. Перебрасывание мяча друг другу снизу из исходного положения стоя.	Ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч. Ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени.	Прыжки на двух ногах: одна вперёд - другая назад. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд 3-4 м.
<i>декабрь</i>			
Ходьба по гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи.	Перебрасывание мяча друг другу из исходного положения стоя разными способами: из-за головы, от груди и с отскоком об пол.	Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов.	Прыжки на одной ноге на месте. Прыжки на одной ноге с продвижением вперёд.
<i>январь</i>			
Ходьба по гимнастической	Перебрасывание мяча друг другу из	Пролезание в обруч разными способами.	Прыжки в высоту с места прямо через 5-6

скамейке с приседанием на середине.	исходного положения сидя разными способами: снизу и из-за головы.		предметов (высотой 15-20 см).
<i>февраль</i>			
Ходьба по гимнастической скамейке с раскладыванием и собиранием предметов.	Перебрасывание мяча друг другу из исходного положения сидя разными способами: от груди и с отскоком об пол.	Лазанье по гимнастической стенке (на высоту 2,5 м).	Прыжки в высоту с места боком через 5-6 предметов (высотой 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие с высоты (25-30 см).
<i>март</i>			
Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком с песком на голове.	Перебрасывание мяча друг другу по кругу. Отбивание мяча о землю на месте.	Лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа.	Прыжки с высоты 30 см в обозначенное место. Прыжки в длину с места (не менее 80 см).
<i>апрель</i>			
Ходьба по наклонной доске вверх и вниз. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках.	Отбивание мяча об пол с продвижением вперёд (расстояние 5-6 м). Метание предметов на дальность (расстояние 5-9 м).	Перелезание с одного пролёта гимнастической стенки на другой.	Прыжки в длину с разбега (примерно 100 см). Прыжки в высоту с разбега (высота 30-40 см).
<i>май</i>			
Ходьба по наклонной доске вверх и вниз боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.	Метание предметов в горизонтальную цель (расстояние 3-4 м). Метание предметов в вертикальную цель (высота центра мишени 1 м, дальность 3-4 м).	Пролезание между рейками гимнастической стенки.	Прыжки через короткую скакалку, вращая её вперёд и назад. Прыжки через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

### **Подготовительная к школе группа (6-7 лет)**

<i>Упражнения в равновесии</i>	<i>Катание, бросание, ловля, метание</i>	<i>Ползание, лазание</i>	<i>Прыжки</i>
<i>сентябрь</i>			
Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом.	Перебрасывание мяча друг другу снизу. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками из-за головы (расстояние 3-4 м).	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке. Ползание на четвереньках по бревну.	Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки на двух ногах с поворотом кругом.

<i>октябрь</i>			
Ходьба по гимнастической скамейке с набивным мешочком на спине.	Бросание мяча вверх и ловля его двумя руками (20 раз). Бросание мяча об пол и ловля его двумя руками (20 раз).	Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками.	Прыжки на двух ногах, продвигаясь вперёд (расстояние 5-6 м). Прыжки на двух ногах, зажав между ног мешочек с песком. Прыжки поочередно на двух ногах через 6-8 набивных мячей.
<i>ноябрь</i>			
Ходьба по гимнастической скамейке, приседая на одной ноге и пронося другую махом вперёд сбоку скамейки.	Бросание мяча одной рукой (10 раз). Бросание мяча с хлопками и поворотами.	Ползание по гимнастической скамейке на спине, отталкиваясь ногами.	Прыжки на одной ноге через линию. Прыжки на одной ноге через верёвку вперёд и назад.
<i>декабрь</i>			
Ходьба по гимнастической скамейке, поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок.	Отбивание мяча одной рукой поочередно на месте и в движении.	Пролезание в обруч разными способами. Подлезание под дугу разными способами (высотой 35-50 см).	Прыжки на одной ноге через верёвку вправо и влево. Прыжки на одной ноге на месте.
<i>январь</i>			
Ходьба по гимнастической скамейке с остановкой посередине и перешагиванием предметов.	Перебрасывание мяча через сетку.	Подлезание под гимнастическую скамейку разными способами.	Прыжки на одной ноге с продвижением вперёд. Прыжки вверх из глубокого приседа.
<i>февраль</i>			
Ходьба по гимнастической скамейке с приседанием и поворотом кругом.	Ведение мяча в разных направлениях. Перебрасывание набивных мячей. Метание на дальность (расстояние от 6 м).	Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа.	Прыжки с разбега на мягкое покрытие. Прыжки в высоту с разбега. Прыжки в длину с места.
<i>март</i>			
Ходьба по гимнастической скамейке с перепрыгиванием через верёвку.	Метание в горизонтальную цель (дальность 4-5 м). Метание в горизонтальную цель (дальность 4-5 м) из исходного положения стоя на коленях и сидя.	Лазанье по гимнастической стенке с сохранением координации движений.	Прыжки в длину с разбега. Прыжки вверх с места, доставая предмет, выше поднятой руки ребёнка на 25-30 см.
<i>апрель</i>			
Ходьба по верёвке	Метание в	Лазанье по	Прыжки через короткую

прямо. Ходьба по верёвке боком.	вертикальную цель (с расстояния 4-5 м) из исходного положения стоя и стоя на коленях.	гимнастической стенке с использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног.	скакалку на двух ногах и с ноги на ногу. Прыжки через длинную скакалку по одному и парами.
<i>май</i>			
Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).	Метание в движущуюся цель.	Лазанье по гимнастической стенке с перелезанием с одного пролёта на другой по диагонали.	Прыжки через большой обруч (как через скакалку). Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд по гимнастической скамейке.

## Приложение № 4

### Карта индивидуального развития ребенка

#### Первая младшая группа

Шифр ребенка \_\_\_\_\_

Основные направления развития /учебный год	201_____ октябрь	201_____ апрель
Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»		
Может играть рядом, не мешать другим детям, подражать действиям сверстника и взрослого. Проявляет совместный интерес к совместным играм со сверстниками и взрослым		
Общается в диалоге с воспитателем. Может поделиться информацией, пожаловаться на неудобство и действия сверстника. Общается с речью к сверстнику.		
Следит за действиями героев кукольного театра. Рассматривает иллюстрации в знакомых книжках.		
Слушает стихи, сказки, небольшие рассказы без наглядного сопровождения.		
Наблюдает за трудовыми процессами воспитателя в уголке природы. Выполняет простейшие трудовые действия.		
Проявляет отрицательное отношение к порицаемым личностным качествам сверстников. Проявляет элементарные правила вежливости.		
Итоговый показатель		
Образовательная область «Познавательное развитие»		
Знает свое имя. Называет предметы ближайшего окружения, имена членов своей семьи и воспитателей.		
Осуществляет перенос действий с объекта на объект, использует предметы-заместители		
Узнает и называет игрушки, некоторых домашних и диких животных, некоторые овощи, фрукты.		
Имеет элементарные представления о сезонных явлениях, смене дня и ночи		
Узнает шар и куб. называет размер (большой – маленький)		
Группирует однородные предметы, выделяет один-много		
Умеет по словесному указанию взрослого находить предметы по назначению, цвету, размеру		
Проявляет интерес к книгам, рассматриванию иллюстраций		
Итоговый показатель		
Образовательная область «Развитие речи»		
Сопровождает речью игровые и бытовые действия		
По просьбе взрослого проговаривает слова, небольшие фразы		

Отвечает на простейшие вопросы: кто?, что?, что делает? ит.д.		
Может рассказать об изображенном на картине, об игрушке, о событии из личного опыта		
<b>Итоговый показатель</b>		
<b>Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»</b>		
Различает основные формы конструктора. Со взрослым сооружает постройки		
Знает назначение карандашей, фломастеров, красок и кисти, клея, пластилина		
Создает предметы из разных материалов, обыгрывает совместно со взрослым		
Узнает знакомые мелодии. Вместе со взрослым подпевает в песне музыкальные фразы		
Проявляет активность при подпевании, выполнении танцевальных движений		
Умеет выполнять движения: притопывать ногой, хлопать в ладоши, поворачивать кисти рук.		
Умеет извлекать звуки из музыкальных инструментов: погремушки, бубна		
<b>Итоговый показатель</b>		
<b>Образовательная область «Физическое развитие»</b>		
Проявляет навыки опрятности, пользуется индивидуальными предметами гигиены (носовым платком, полотенцем, расческой, горшком)		
Умеет принимать жидкую и твердую пищу. Правильно использует ложку, чашку, салфетку.		
Умеет ходить и бегать, не наталкиваясь на других детей. Проявляет желание играть в подвижные игры		
Может прыгать на двух ногах на месте, с продвижением вперед		
Умеет брать, держать, переносить, класть, бросать, катать мяч		
Умеет ползать, подлезать под натянутую веревку, перелезть через бревно, лежащее на полу.		
<b>Итоговый показатель</b>		
<b>Итоговый уровень развития</b>		

## Вторая младшая группа

### Шифр ребенка \_\_\_\_\_

Основные направления развития /учебный год	201 _____ октябрь	201 _____ апрель
<b>Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»</b>		
Старается соблюдать правила поведения в общественных местах, в общении со взрослыми и сверстниками в природе		
Понимает социальную оценку поступков сверстников или героев литературных произведений		
Имитирует мимику, движения, интонацию героев литературных произведений		
Принимает на себя роль, объединяет несколько игровых действий в единую сюжетную линию		
Способен придерживаться игровых правил в дидактических играх		
Разыгрывает самостоятельно и по просьбе взрослого отрывки из знакомых сказок		
<b>Итоговый показатель</b>		
<b>Образовательная область «Познавательное развитие»</b>		
Знает свои имя, фамилию, имена родителей		
Рассматривает иллюстрированные издания детских книг, проявляет интерес к ним		
Ориентируется в помещениях детского сада, называет свой город		
Знает и называет некоторые растения и животных, их детенышей, игрушки		
Правильно определяет количественное соотношение двух групп предметов, понимает конкретный смысл слов «больше», «меньше», «столько же»		

Различает круг, квадрат, треугольник, предметы, имеющие углы и круглую форму		
Умеет группировать предметы по цвету, размеру, форме.		
Понимает смысл обозначений: вверху-внизу, впереди-сзади, слева-справа, над-под, верхняя-нижняя. Различает день, ночь, зима, лето		
Итоговый показатель		
Образовательная область «Речевое развитие»		
Рассматривает сюжетные картинки, способен кратко рассказать об увиденном		
Отвечает на вопросы взрослого, касающиеся ближайшего окружения		
Использует все части речи, простые нераспространенные предложения и предложения с однородными членами		
Четко произносит все гласные звуки, определяет заданный гласный звук из двух		
Итоговый показатель		
Знает, называет и правильно использует детали строительного материала. Изменяет постройки, надстраивая или заменяя одни детали другими		
Изображает/создает отдельные предметы, простые по композиции и по содержанию сюжеты, используя разные материалы		
Создает изображения предметов из готовых фигур. Украшает заготовки из бумаги разной формы		
Слушает музыкальное произведение до конца. Узнает знакомые песни. Поет, не отставая и не опережая других		
Умеет выполнять танцевальные движения: кружиться в парах, притопывать попеременно ногами, двигаться под музыку с предметами.		
Различает и называет музыкальные инструменты: металлофон, барабан. Замечает изменения в звучании громко-тихо		
Итоговый показатель.		
Образовательная область «Физическое развитие»		
Владеет простейшими навыками поведения во время еды, умывания		
Приучен к опрятности, замечает и устраняет беспорядок в одежде		
Умеет ходить и бегать, сохраняя равновесие, в разных направлениях по указанию взрослого		
Может ползать на четвереньках, лазать по лесенке-стремянке, гимнастической стенке произвольным способом		
Энергично отталкивается в прыжках на двух ногах, прыгает в длину с места		
Катает мяч в заданном направлении с расстояния, бросает мяч двумя руками от груди, из-за головы; ударяет мячом от пола, бросает и ловит; метает предметы правой и левой руками		
Итоговый показатель		
Итоговый уровень развития		

## Средняя группа

Шифр ребенка \_\_\_\_\_

Основные направления развития /учебный год	201____ октябрь	201____ апрель
Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»		
Старается соблюдать правила поведения в общественных местах, в общении со взрослыми и сверстниками, в природе		
Понимает социальную оценку поступков сверстников или героев иллюстраций, литературных произведений, эмоционально откликается		
Понимает значение слов, обозначающих эмоциональное состояние, этические качества, эстетические характеристики		
Имеет представление о мужских и женских профессиях		
Проявляет интерес к кукольному, выбирает предпочитаемых героев, поддерживать ролевые диалоги		

Готовят к занятиям свое рабочее место, убирает материалы по окончании работы		
Принимает роль в игре со сверстниками, проявляет инициативу в игре, может объяснить сверстнику правила игры		
Итоговый показатель		
Образовательная область «Познавательное развитие»		
Знает свое имя и фамилию, адрес проживания, имена родителей		
Рассматривает иллюстрированные издания детских книг, проявляет интерес к ним		
Знает о значении солнца, воздуха, воды для человека		
Ориентируется в пространстве (на себе, на другом человеке, от предмета, на плоскости)		
Называет диких и домашних животных, одежду, обувь, мебель, посуду, деревья		
Сравнивает количество предметов в группах до 5 на основе счета. Приложением, наложением		
Различает круг, квадрат, треугольник, прямоугольник		
Умеет группировать предметы по цвету, размеру, форме, назначению		
Понимает смысл слов: утро, вечер, день, ночь. Называет времена года, их признаки, последовательность		
Итоговый показатель		
Образовательная область «Речевое развитие»		
Рассказывает о содержании сюжетной картинке, в том числе по опорной схеме. Может повторить образцы описания игрушки.		
Имеет предпочтение в литературных произведениях. Проявляет эмоциональную заинтересованность в драматизации знакомых сказок. Может пересказать сюжет литературного произведения, заучить стихотворение наизусть. Определяет первый		
звук в слове. Умеет образовывать новые слова по аналогии со знакомыми словами.		
Поддерживает беседу. Использует все части речи. Понимает и употребляет слова-антонимы.		
Итоговый показатель		
Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»		
Способен преобразовывать постройки в соответствии с заданием взрослого, проявляет интерес к конструктивной деятельности, в том числе к поделкам из бумаги		
Правильно держит ножницы и умеет резать ими по прямой, по диагонали (квадрат и прямоугольник); вырезать круг из квадрата, овал из прямоугольника, плавно срезать и закруглять углы.		
Изображает предметы путем создания отчетливых форм, подбора цвета, аккуратного окрашивания, приклеивания, использования разных материалов. Объединяет предметы в сюжеты		
Знаком с элементами некоторых видов народного творчества, может использовать их в своей творческой деятельности.		
Имеет предпочтение в выборе музыкального произведения для слушания и пения. Выполняет движения, отвечающие характеру музыки, самостоятельно меняя их в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения		
Умеет выполнять танцевальные движения, отвечающие характеру музыки, самостоятельно меняя их в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения.		
Умеет выполнять танцевальные движения: пружинка, подскоки. Движения парами по кругу, кружения по одному и в парах. Может выполнять движения с предметами.		
Узнает песни по мелодии. Может петь протяжно, четко произносить слова; вместе с другими детьми – начинать и заканчивать пение.		
Итоговый показатель		
Знает о значении для здоровья утренней гимнастики, закаливания, соблюдения режима дня		
Соблюдает элементарные правила личной гигиены, опрятности		

Умеет самостоятельно одеваться и раздеваться, убирает одежду и обувь в шкафчик		
Ловит мяч с расстояния, метает мяч разными способами правой и левой руками, отбивает о пол		
Строится по заданию взрослого в шеренгу, в колонну по одному, парами, в круг		
Определяет положение предметов в пространстве, умеет двигаться в нужном направлении, находит правую и левую руки.		
Итоговый показатель		
Итоговый уровень развития		

## Старшая группа

Шифр ребенка \_\_\_\_\_

Основные направления развития /учебный год	201_____ октябрь	201_____ апрель
<b>Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»</b>		
Старается соблюдать правила поведения в общественных местах, в общении со взрослыми, со сверстниками, в природе.		
Может дать нравственную оценку своим и чужим поступкам/действиям		
Понимает и употребляет в своей речи слова, обозначающие эмоциональное состояние, этические качества, эстетические характеристики		
Понимает скрытые мотивы поступков героев литературных произведений, эмоционально откликается		
Выполняет обязанности дежурного по столовой, уголку природы		
Имеет предпочтение в игре. Выборе видов труда и творчества		
Проявляет интерес к совместным играм со сверстниками, в том числе игры с правилами, сюжетно-ролевые игры, предлагает варианты развития сюжета, выдерживает принятую роль.		
Итоговый показатель		
<b>Образовательная область «Познавательное развитие»</b>		
Знает свои имя и фамилию, адрес проживания, имена и фамилии родителей, их профессии		
Знает столицу России. Может назвать некоторые достопримечательности города		
Знает о значении солнца, воздуха, воды для человека		
Ориентируется в пространстве (на себе, на другом человеке, на плоскости, от предмета)		
Называет виды транспорта, инструменты, бытовую технику. Определяет материал (бумага, дерево, пластмасса)		
Правильно пользуется порядковыми, количественными числительными до 10, уравнивает две группы предметов (+1, и – 1)		
Различает круг, квадрат, треугольник, прямоугольник, овал. Соотносит объемные и плоскостные фигуры.		
Выкладывает ряд предметов по длине, ширине, высоте, сравнивает на глаз, проверяет наложением, приложением		
Ориентируется во времени (вчера – сегодня – завтра; сначала – потом). Называет времена года, части суток, дни недели		
Итоговый показатель		
<b>Образовательная область «Речевое развитие»</b>		
Имеет предпочтение в литературных произведениях, называет некоторых писателей. Может выразительно, связно, последовательно рассказать небольшую сказку. Может выучить небольшое стихотворение		
Драматизирует небольшие сказки, читает по ролям стихотворение. Составляет по образцу рассказы по сюжетной картине, по серии картин, относительно точно пересказывает литературное произведение		
Определяет место звука в слове. Сравнивает слова по длительности. Находит слова с заданным звуком.		
Поддерживает беседу, высказывает свою точку зрения, согласие/несогласие.		

Использует все части речи. Подбирает к существительному прилагательные, умеет подбирать синонимы		
Итоговый показатель		
Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»		
Способен конструировать по собственному замыслу. Способен использовать простые схематические изображения для решения несложных задач, строить по схеме, решать лабиринтные задачи		
Правильно держит ножницы, использует разнообразные приемы вырезания		
Создает индивидуальные и коллективные рисунки, сюжетные и декоративные композиции, используя разные материалы и способы создания, в том числе по мотивам народно-прикладного искусства		
Различает жанры музыкальных произведений, имеет предпочтения в слушании музыкальных произведений		
Может ритмично двигаться по характеру музыки, самостоятельно инсценирует содержание песен, хороводов испытывает эмоциональное удовольствие		
Умеет выполнять танцевальные движения (поочередное выбрасывание ног в прыжке, выставление ноги на пятку в полуприседе, шаг с продвижением вперед и в кружении)		
Играет на детских музыкальных инструментах несложные песни и мелодии; может петь в сопровождении музыкального инструмента		
Итоговый показатель		
Образовательная область «Физическое развитие»		
Знает о важных и вредных факторах для здоровья, о значении для здоровья утренней гимнастики, закаливания, соблюдения режима дня		
Соблюдает элементарные правила личной гигиены, самобслуживания, опрятности		
Умеет быстро и аккуратно одеваться и раздеваться, соблюдает порядок в шкафчике		
Умеет лазать по гимнастической стенке. Прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, через скакалку		
Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться, выполнять повороты в колонне		
Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, отбивает и ловит мяч		
Итоговый показатель		
Итоговый уровень развития		

## Подготовительная группа

Шифр ребенка \_\_\_\_\_

Основные направления развития /учебный год	201 ____ октябрь	201 ____ апрель
Образовательная область «Социально-коммуникативное развитие»		
Внимательно слушает взрослого, может действовать по правилу и образцу, правильно оценивает результат		
Знает и соблюдает правила общественных местах, в т.ч. на транспорте, в общении со взрослыми и сверстниками, в природе		
Может дать нравственную оценку своим и чужим поступкам/действиям, в том числе изображенным		
Имеет предпочтение в игре, выборе видов труда и творчества, может обосновывать свой выбор		
Договаривается и принимает роль в игре со сверстниками, соблюдает ролевое поведение, проявляет инициативу в игре, обогащает сюжет		
Оценивает свои возможности, соблюдает правила и преодолевает трудности в играх с правилами, может объяснить сверстникам правила игры		
Следит за опрятностью своего внешнего вида. Не нуждается в помощи взрослого в одевании и раздевании, приеме пищи, выполнении		

гигиенических процедур		
Итоговый показатель		
Образовательная область «Познавательное развитие»		
Проявляет познавательный интерес в быту и в организованной деятельности, ищет способы определения свойств незнакомых предметов		
Знает свое имя и фамилию, страну, адрес проживания, имена и фамилии родителей, их место работы и род занятий, свое близкое окружение		
Знает герб, флаг, гимн России. Столицу. Может назвать некоторые государственные праздники и их значение в жизни граждан России		
Может назвать некоторые достопримечательности родного города		
Имеет представление о космосе, планете Земля, умеет наблюдать за солнцем и Луной, как небесными телами, знает о их значениях в жизнедеятельности всего живого на планете (смена времен года, смена дня и ночи)		
Знает и называет зверей, птиц, пресмыкающихся, земноводных, насекомых.		
Количественный и порядковый счет в пределах 20, знает состав числа до 10 из единиц и из двух меньших		
Составляет и решает задачи на сложение и вычитание, пользуется цифрами и арифметическими знаками		
Знает способы измерения величины: длины, массы. Пользуется условной меркой		
Называет отрезок, угол, круг, овал, многоугольник, шар, куб, проводит их сравнение. Умеет делить фигуры на несколько частей и составлять целое		
Знает временные отношения: день – неделя – месяц , минута – час , последовательность времен года, дней недели		
Итоговый показатель		
Образовательная область «Речевое развитие»		
Называет некоторые жанры детской литературы, имеет предпочтение в жанрах воспринимаемых текстов, может интонационно выразительно продекламировать небольшой текст		
Пересказывает и драматизирует небольшие литературные произведения, составляет по плану и по образцу рассказы разных видов		
Различает звук, слог, слово, предложение. Определяет их последовательность		
При необходимости обосновать свой выбор употребляет обобщающие слова, синонимы, антонимы, сложные предложения		
Итоговый показатель		
Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»		
Знает некоторые виды искусства, имеет предпочтение в выборе вида искусства для восприятия, эмоционально реагирует в процессе восприятия		
Знает направления народного творчества, может использовать их элементы в театрализованной деятельности		
Создает модели одного и того же предмета из разных видов конструктора и бумаги по рисунку и словесной инструкции.		
Создает индивидуальные и коллективные рисунки, сюжетные и декоративные композиции, используя разные материалы и способы создания		
Правильно пользуется ножницами, может резать по извилистой линии, по кругу, может вырезать цепочку предметов из сложенной бумаги		
Умеет выразительно и ритмично двигаться в соответствии с характером музыки, испытывает эмоциональное удовольствие		
Исполняет сольно и в ансамбле на детских музыкальных инструментах несложные песни и мелодии; может петь в сопровождении музыкального инструмента, индивидуально и коллективно		
Итоговый показатель		
Образовательная область «Физическое развитие»		
Знает о принципах здорового образа жизни (двигательная активность, закаливание, здоровое питание, правильная осанка) и старается их соблюдать		
Называет атрибуты некоторых видов спорта, имеет предпочтение в выборе подвижных игр с правилами		
Выполняет ОРУ по собственной инициативе, согласует движения ног и рук		
Умеет прыгать в длину с места, с разбега, через скакалку		
Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в 2 шеренге после		

перерасчета, соблюдает интервалы в передвижении		
Умеет метать предметы правой и левой руками в вертикальную и горизонтальную цель, в движущуюся цель, отбивает и ловит мяч		
Итоговый показатель		
Итоговый уровень развития		

### Сводная ведомость

№/п	Ф.И.ребёнка/ образовательные области	Физ раз		Худ-эст раз		Соц-ком разв		Познав раз		Реч раз		Итоговый уровень	
		окт	апр	окт	апр	окт	апр	окт	апр	окт	апр		

### Сводная ведомость по образовательным областям

Шифр ребенка

Группа/ год/ образовательная область.	Группа раннего возраста 20____ 20____	Первая младшая группа 20____ 20____	Вторая младшая группа 20____ 20____	Средняя группа 20____ 20____	Старшая группа 20____ 20____	Подгот. группа 20____ 20____
«Речевое развитие»						
«Художественно- эстетическое развитие»						
«Социально- коммуникативное развитие»						
«Физическое развитие»						
Итоговый результат						

### Приложение № 5

#### Мониторинг развития ПОП “Обучение плаванию”

*Группа среднего дошкольного возраста от 4-5 лет.*

№	ФИО	Ходьба, бег с выполнением заданий		Вдох-выдох в воду		Задержка дыхания		Плавание на груди с доской в руках, с поддержкой		Плавание на груди с доской в руках самостоятельно		Общий средний балл	
		Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К

***Группа старшего дошкольного возраста от 5-6 лет.***

№	ФИО	Задержка дыхания		Доставание предметов со дна		Скольжение на груди		Плавание на груди с доской		Плавание на спине с доской		Плавание произвольным стилем самостоятельно		Общий средний балл	
		Н.г	К.г	Н.г	К.г	Н.г	К.г	Н.г	К.г	Н.г	К.г	Н.г	К.г	Н.г	К.г

***Группа старшего дошкольного возраста от 6-7 лет.***

№	ФИО	Задержка дыхания		Доставание предметов со дна		Скольжение на груди		Плавание на груди с доской		Плавание на спине с доской		Плавание произвольным стилем самостоятельно		Общий средний балл	
		Н.г	К.г	Н.г	К.г	Н.г	К.г	Н.г	К.г	Н.г	К.г	Н.г	К.г	Н.г	К.г

При оценке двигательных навыков детей, вводятся следующие обозначения:

Высокий уровень - означает правильное выполнение, т. е. навык сформирован, автоматизирован. Ребенок сам выполняет упражнение.

Средний уровень - говорит о промежуточном положении, т.е. недостаточно правильном выполнении упражнения. Ребенок выполняет с помощью.

Низкий уровень - указывает на неправильное выполнение движения. Ребенок не выполняет упражнение.

