

**ПРИНЯТА:**

на Педагогическом совете  
д/с № 187 «Солнышко»  
протокол № 9 от 27.07.2024 г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Заведующий д/с № 187 «Солнышко»  
АНО ДО «Планета детства «Лада»



Заведующий  
ДС № 206  
В.А. Филиппова

---

Распоряжение № 150 от 28.08.2024 .г

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Инструктора по физической культуре  
на 2024-2025 уч. год  
разработана на основе ООП ДО детского сада № 187 «Солнышко»  
АНО ДО «Планета детства «Лада»**

Составитель программы:  
инструктор по физической культуре  
Корешкина И.О.

Тольятти, 2024 г

# ОГЛАВЛЕНИЕ

## 1. Целевой раздел

- 1.1. Задачи реализации и планируемые результаты освоения Программы в соответствии с ФГОС ДО (обязательная и вариативная части).....3
- 1.2. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики.....7

## 2. Содержательный раздел

- 2.1. Общие направления и содержание образовательной работы по образовательным областям (обязательная и вариативная части).....13
- 2.2. Описание образовательной деятельности, вариативных форм и способов реализации Программы.....15
- 2.3. Особенности образовательной деятельности через организацию разных видов культурных практик и традиций группы.....18
- 2.4. Способы поддержки детской инициативы. Индивидуальные маршруты детей.....20
- 2.5. Особенности взаимодействия с семьями обучающихся (план на учебный год).....21

## 3. Организационный раздел

- 3.1. Распорядок и/или режим дня.....23
- 3.2. Расписание видов деятельности на учебный год (включая доп. Образование).....24
- 3.3. Результаты наблюдений за детьми (педагогическая диагностика).....28
- 3.4. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания (указать используемый учебно-методический комплект).....29
- 3.5. Особенность организации развивающей предметно – пространственной среды.....30
- 3.6. Используемые Программы, методические пособия.....31

## 1. Целевой раздел

### 1.1. Задачи реализации и планируемые результаты освоения Программы в соответствии с ФГОС ДО (обязательная и вариативная части).

ОО «Физическое развитие»	Задачи по ОО	Результаты освоения ООП ДО ДС	Оценочные материалы
<b>Обязательная часть</b>			
<b>Средние группы</b>	Приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость Приобретение опыта в двигательной деятельности, способствующего правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук Приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны) Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта Овладение подвижными играми с правилами Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными правилами и нормами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при	Проявляет интерес к подвижным играм, физическим упражнениям - Бег 30 м, (мин. и сек.) - Бег 90 м (мин. и сек.) - Прыжок в длину с места - Метает предметы разными способами - Отбивает мяч об землю двумя руками - Отбивает мяч об землю одной рукой - Уверенно бросает и ловит мяч - Умеет строиться в колонну по одному, парами, в круг, шеренгу - Ориентируется в пространстве, находит правую и левую сторону - Выполняет упражнения, демонстрируя пластичность, выразительность движений - Следит за правильной осанкой под руководством воспитателя - Моет руки с мылом, пользуется расческой, носовым платком, прикрывает рот при кашле, чихании. - Правильно пользуется столовыми приборами, салфеткой, поласкает рот после еды - Обращается за помощью к взрослому при плохом самочувствии, травме	Карты достижений детей (по показателям содержания ООП)

	формировании полезных привычек)		
<b>Старшие группы</b>	<p>Приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость</p> <p>Приобретение опыта в двигательной деятельности, способствующего правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук</p> <p>Приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)</p> <p>Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта</p> <p>Овладение подвижными играми с правилами</p> <p>Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере</p> <p>Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными правилами и нормами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Владеет основными движениями в соответствии с возрастом</li> <li>- Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях</li> <li>- Проявляет желание участвовать в играх-соревнованиях и играх-эстафетах</li> <li>- Ходит и бежит легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп</li> <li>- Лазают по гимнастической стенке с изменением темпа</li> <li>- Запрыгивает на предмет (высота 20 см)</li> <li>- Прыгает в обозначенное место с высоты 30 см</li> <li>- Прыгает в длину с места (не менее 80 см)</li> <li>- Прыгает в длину с разбега (не менее 100 см)</li> <li>- Прыгает в высоту с разбега (не менее 40 см)</li> <li>- Прыгает через короткую и длинную скакалку</li> <li>- Бег 30 м, (мин. и сек.)</li> <li>- Бег 90 м (мин. и сек.)</li> <li>- Подъём в сед за 30 сек</li> <li>- Метает предметы правой и левой рукой на расстояние 5-9 м, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3-4 м, сочетает замах с броском</li> <li>- Бросает мяч вверх, о землю и ловит его одной рукой</li> <li>- Отбивает мяч на месте не менее 10 раз</li> <li>- Ведет мяч на расстояние не менее 6 м</li> <li>- Выполняет упражнения на статическое</li> </ul>	Карты достижений детей (по показателям содержания ООП)

		<ul style="list-style-type: none"> <li>и динамическое равновесие</li> <li>- Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо, равняться, размыкаться в колонне, шеренге</li> <li>- Выполняет повороты направо, налево, кругом</li> <li>- Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, футбол, бадминтон и др.</li> <li>- Следит за правильной осанкой</li> <li>- Умеет быстро, аккуратно, в правильной последовательности одеваться и раздеваться, соблюдать порядок в своем шкафу</li> <li>- Владеет элементарными навыками личной гигиены</li> <li>- Имеет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослого)</li> <li>- Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах разрушающих здоровье</li> <li>- Владеет простейшими навыками поведения во время еды, пользуется вилкой, ложкой</li> <li>- Понимает значение для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня</li> </ul>	
<b>Подготовительные группы</b>	Приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание)</li> <li>- Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и</li> </ul>	Карты достижений детей (по показателям содержания ООП)

	<p>Приобретение опыта в двигательной деятельности, способствующего правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук</p> <p>Приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)</p> <p>Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта</p> <p>Овладение подвижными играми с правилами</p> <p>Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере</p> <p>Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными правилами и нормами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек)</p>	<p>ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Участвует в играх с элементами спорта</li> <li>- Выполняет прыжок на мягкое покрытие с высоты до 40 см</li> <li>- Прыгает в длину с места не менее 100 см</li> <li>- Прыгает в длину с разбега до 180 см</li> <li>- Прыгает в высоту с разбега не менее 50см</li> <li>- Прыгает через короткую и длинную скакалку разными способами</li> <li>- Бег 30 м, (мин. и сек.)</li> <li>- Бег 90 м (мин. и сек.)</li> <li>- Подъём в сед за 30 сек</li> <li>- Бросает набивной мяч (1кг) вдаль</li> <li>- Бросает предметы в цель из разных положений</li> <li>- Попадает в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м</li> <li>- Метает предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м</li> <li>- Метает предметы в движущуюся цель</li> <li>- Умеет перестраиваться в 3-4 колонны, в 2-3 круга на ходу, в 2 шеренги после расчета на первый-второй, соблюдает интервалы во время движения</li> <li>- Может следить за правильной осанкой</li> <li>- Применяет навыки личной гигиены (выполняет осознанно и самостоятельно)</li> <li>- Применяет культурно-гигиенические навыки (может следить за своим внешним видом и т.д.)</li> <li>- Сформированы представления о здоровом образе жизни</li> </ul>	
--	--	--	--

<b>Вариативная часть</b>			
<i>Приоритетное направление</i>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ребенок проявляет инициативу, сообразительность, пытливость, самостоятельность.</li> <li>• Владеет и активно пользуется мыслительными, моделирующими и преобразующими действиями.</li> <li>• Способен видеть многообразие мира в системе взаимосвязей и взаимозависимостей.</li> <li>• Способен организовать собственный познавательный опыт с помощью наглядных средств.</li> </ul>	
<i>Региональный компонент</i>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ребенок проявляет познавательный интерес и уважение к природе, культуре, истории родного края, города, его людям, их деятельности, людям другой национальности, культуре народов Поволжья.</li> <li>• У ребенка сформированы представления о природе, истории родного края, его достопримечательностях, о быте и традициях людей, проживающих в данной местности.</li> </ul>	

## **1.2. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики:**

### **Возрастные особенности развития детей**

#### **Средний дошкольный возраст (с 4 до 5 лет).**

Дети 4—5 лет все еще не осознают социальные нормы и правила поведения, однако у них уже начинают складываться обобщенные представления о том, как надо и не надо себя вести. Как правило, к пяти годам дети без напоминания взрослого здороваются и прощаются, говорят «спасибо» и «пожалуйста», не перебивают взрослого, вежливо обращаются к нему. Кроме того, они могут по собственной инициативе выполнять простые трудовые обязанности, доводить дело до конца. В этом возрасте у детей появляются представления о том,

как положено себя вести девочкам и как — мальчикам. Дети хорошо выделяют несоответствие нормам и правилам не только в поведении другого, но и в своем собственном. К четырем годам основные трудности в поведении и общении ребенка с окружающими, которые были связаны с кризисом трех лет (упрямство, строптивость, конфликтность и др.), постепенно уходят в прошлое, и любознательный ребенок активно осваивает окружающий его мир предметов и вещей, мир человеческих отношений. Лучше всего это удается детям в игре. В возрасте от 4 до 5 лет продолжается усвоение детьми общепринятых сенсорных эталонов, овладение способами их использования и совершенствование обследования предметов. К пяти годам дети, как правило, уже хорошо владеют представлениями об основных цветах, геометрических формах и отношениях величин. Ребенок уже может произвольно наблюдать, рассматривать и искать предметы в окружающем его пространстве. Восприятие в этом возрасте постепенно становится осмысленным, целенаправленным и анализирующим. В среднем дошкольном возрасте связь мышления и действий сохраняется, но уже не является такой непосредственной, как раньше. Во многих случаях не требуется практического манипулирования с объектом, но во всех случаях ребенку необходимо отчетливо воспринимать и наглядно представлять этот объект. Внимание становится все более устойчивым. Важным показателем развития внимания является то, что к пяти годам появляется действие по правилу — первый необходимый элемент произвольного внимания... В этом возрасте происходит развитие инициативности и самостоятельности ребенка в общении со взрослыми и сверстниками. Дети продолжают сотрудничать со взрослыми в практических делах (совместные игры, поручения), наряду с этим активно стремятся к интеллектуальному общению, что проявляется в многочисленных вопросах (Почему? Зачем? Для чего?), стремлении получить от взрослого новую информацию познавательного характера. Возможность устанавливать причинно-следственные связи отражается в детских ответах в форме сложноподчиненных предложений. У детей наблюдается потребность в уважении взрослых, их похвале, поэтому на замечания взрослых ребенок пятого года жизни реагирует повышенной обидчивостью. Для поддержания сотрудничества, установления отношений в словаре детей появляются слова и выражения, отражающие нравственные представления: слова участия, сочувствия, сострадания. Стремясь привлечь внимание сверстника и удержать его в процессе речевого общения, ребенок учится использовать средства интонационной речевой выразительности: регулировать силу голоса, интонацию, ритм, темп речи в зависимости от ситуации общения. В процессе общения со взрослыми дети используют правила речевого этикета: слова приветствия, прощания, благодарности, вежливой просьбы, утешения, сопереживания и сочувствия. Но при этом взрослому следует учитывать несформированность волевых процессов, зависимость поведения ребенка от эмоций, доминирование эгоцентрической позиции в мышлении и поведении.

Пятый год жизни является периодом интенсивного роста и развития организма ребёнка. Происходят заметные качественные изменения в развитии основных движений детей. Эмоционально окрашенная двигательная деятельность становится не только средством физического развития, но и способом психологической разгрузки детей, которых отличает довольно высокая возбудимость. Существенное значение имеют также дидактические и подвижные игры. В этих играх у детей формируются познавательные процессы, развивается наблюдательность, умение подчиняться правилам, складываются навыки поведения, совершенствуются основные движения.

### **Старший дошкольный возраст (с 5 до 6 лет).**

Ребенок 5—6 лет стремится познать себя и другого человека как представителя общества, постепенно начинает осознавать связи и зависимости в социальном поведении и взаимоотношениях людей. В этом возрасте в поведении дошкольников происходят качественные изменения — формируется возможность саморегуляции, дети начинают предъявлять к себе те требования, которые раньше предъявлялись им взрослыми. Так, они могут, не отвлекаясь на более интересные дела, доводить до конца малопривлекательную работу (убирать игрушки, наводить порядок в комнате и т.п.). Это становится возможным благодаря осознанию детьми общепринятых норм и правил поведения и



обязательности их выполнения. В возрасте от 5 до 6 лет происходят изменения в представлениях ребенка о себе. Эти представления начинают включать не только характеристики, которыми ребенок наделяет себя настоящего в данный отрезок времени, но и качества, которыми он хотел бы или, наоборот, не хотел бы обладать в будущем («Я хочу быть таким, как Человек-Паук», «Я буду как принцесса» и т. п.). В них проявляются усваиваемые детьми этические нормы. В этом возрасте дети в значительной степени ориентированы на сверстников, большую часть времени проводят с ними в совместных играх и беседах, их оценки и мнения становятся существенными для них. Повышается избирательность и устойчивость взаимоотношений с ровесниками. К пяти годам дети обладают довольно большим запасом представлений об окружающем, которые получают благодаря своей активности, стремлению задавать вопросы и экспериментировать. Ребенок этого возраста уже хорошо знает основные цвета и имеет представления об оттенках (например, может показать два оттенка одного цвета — светло-красный и темно-красный). Дети шестого года жизни могут рассказать, чем отличаются геометрические фигуры друг от друга. Для них не составит труда сопоставить между собой по величине большое количество предметов. Возрастает способность ребенка ориентироваться в пространстве. Внимание детей становится более устойчивым и произвольным. Они могут заниматься не очень привлекательным, но нужным делом в течение 20—25 минут вместе со взрослым. Ребенок этого возраста уже способен действовать по правилу, которое задается взрослым. Объем памяти изменяется не существенно, улучшается ее устойчивость. При этом для запоминания дети уже могут использовать несложные приемы и средства. В 5—6 лет ведущее значение приобретает наглядно-образное мышление, которое позволяет ребенку решать более сложные задачи с использованием обобщенных наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и представлений о свойствах различных предметов и явлений. На шестом году жизни ребенка происходят важные изменения в развитии речи. Для детей этого возраста становится нормой правильное произношение звуков. Дети начинают употреблять обобщающие слова, синонимы, антонимы, оттенки значений слов, многозначные слова. Развивается прогностическая функция мышления, что позволяет ребенку видеть перспективу событий, предвидеть (предвосхищать) близкие и отдаленные последствия собственных действий и поступков и поступков других людей. В старшем дошкольном возрасте освоенные ранее виды детского труда выполняются качественно, быстро, осознанно.

Более совершенной становится крупная моторика. Ребенок этого возраста способен к освоению сложных движений: может пройти по не широкой скамейке и даже перешагнуть при этом через не большое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Уже наблюдаются различия в движениях мальчиков и девочек, в общей конфигурации тела в зависимости от пола ребенка.

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

Ребенок на пороге школы обладает устойчивыми социально - нравственными чувства и эмоциями, высоким самосознанием и осуществляет себя как субъект деятельности и поведения. Мотивационная сфера дошкольников 6—7 лет расширяется за счет развития таких социальных мотивов, как познавательные, просоциальные (побуждающие делать добро), самореализации. Поведение ребенка начинает регулироваться также его представлениями о том, что хорошо и что плохо. С развитием морально-нравственных представлений напрямую связана и возможность эмоционально оценивать свои поступки. Ребенок испытывает чувство удовлетворения, радости, когда поступает правильно, хорошо, и смущение, неловкость, когда нарушает правила, поступает плохо. Общая самооценка детей представляет собой глобальное, положительное недифференцированное отношение к себе, формирующееся под влиянием эмоционального отношения со стороны взрослых. К концу дошкольного возраста происходят существенные изменения в эмоциональной сфере. С одной стороны, у детей этого возраста более богатая эмоциональная жизнь, их эмоции глубоки и разнообразны по содержанию. С другой стороны, они более сдержанны и избирательны в эмоциональных проявлениях. К концу дошкольного возраста у них формируются обобщенные эмоциональные

представления, что позволяет им предвосхищать последствия своих действий. Это существенно влияет на эффективность произвольной регуляции поведения — ребенок может не только отказаться от нежелательных действий или хорошо себя вести, но и выполнять неинтересное задание, если будет понимать, что полученные результаты принесут кому-то пользу, радость и т. п. Благодаря таким изменениям в эмоциональной сфере поведение дошкольника становится менее ситуативным и чаще выстраивается с учетом интересов и потребностей других людей. Сложнее и богаче по содержанию становится общение ребенка со взрослым. В возрасте 6—7 лет происходит расширение и углубление представлений детей о форме, цвете, величине предметов. Ребенок уже целенаправленно, последовательно обследует внешние особенности предметов. При этом он ориентируется не на единичные признаки, а на весь комплекс (цвет, форма, величина и др.).

К концу дошкольного возраста существенно увеличивается устойчивость непроизвольного внимания, что приводит к меньшей отвлекаемости детей.

Сосредоточенность и длительность деятельности ребенка зависит от ее привлекательности для него. Внимание мальчиков менее устойчиво. В 6—7 лет у детей увеличивается объем памяти, что позволяет им непроизвольно запоминать достаточно большой объем информации. Девочек отличает больший объем и устойчивость памяти... В этом возрасте продолжается развитие наглядно-образного мышления, которое позволяет ребенку решать более сложные задачи с использованием обобщенных наглядных средств (схем, чертежей и пр.) и обобщенных представлений о свойствах различных предметов и явлений. Действия наглядно-образного мышления (например, при нахождении выхода из нарисованного лабиринта) ребенок этого возраста, как правило, совершает уже в уме, не прибегая к практическим предметным действиям даже в случаях затруднений. Возможность успешно совершать действия сериации и классификации во многом связана с тем, что на седьмом году жизни в процесс мышления все более активно включается речь. Использование ребенком (вслед за взрослым) слова для обозначения существенных признаков предметов и явлений приводит к появлению первых понятий. Речевые умения детей позволяют полноценно общаться с разным контингентом людей (взрослыми и сверстниками, знакомыми и незнакомыми). В своей речи старший дошкольник все чаще использует сложные предложения (с сочинительными и подчинительными связями). В 6—7 лет увеличивается словарный запас. В процессе диалога ребенок старается исчерпывающе ответить на вопросы, сам задает вопросы, понятные собеседнику, согласует свои реплики с репликами других. Активно развивается и другая форма речи — монологическая. Дети могут последовательно и связно пересказывать или рассказывать. Важнейшим итогом развития речи на протяжении всего дошкольного детства является то, что к концу этого периода речь становится подлинным средством как общения, так и познавательной деятельности, а также планирования и регуляции поведения. К концу дошкольного детства ребенок формируется как будущий самостоятельный читатель.

Продолжается дальнейшее развитие моторики ребенка, наращивание и самостоятельное использование двигательного опыта. Расширяются представления о самом себе, своих физических возможностях, физическом облике. Совершенствуется ходьба, бег, шаги становятся равномерными, увеличивается их длина, появляется гармония в движениях рук и ног. Ребенок способен быстро перемещаться, ходить и бегать, держать правильную осанку. По собственной инициативе дети могут организовывать подвижные игры и простейшие соревнования со сверстниками.

Основные участники реализации Программы: дети раннего и дошкольного возраста, родители (законные представители), педагоги.

Социальными заказчиками реализации программы как комплекса образовательных услуг выступают родители как гаранты реализации прав ребенка на уход, присмотр и оздоровление, воспитание и обучение.

## **2. Содержательный раздел**

2.1. Общие направления и содержание образовательной работы по образовательным областям (обязательная и вариативная части).

Реализация основных направлений работы по физическому развитию детей

Направления образовательной работы	Методы и приемы	Формы организации образовательного процесса	Средства, технологии, используемые педагогом
<b>Средние группы № 71, 72,73</b>			
<p>Реализация основных направлений работы по физическому развитию детей: - овладение основными движениями</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Наглядно-зрительные: - показ физических упражнений</li> <li>• Тактильно-мышечные приемы: - непосредственная помощь воспитателя</li> <li>• Практические: - повторение упражнений - проведение упражнений в игровой форме</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Утренняя гимнастика</li> <li>• Физкультурные занятия</li> <li>• Подвижные игры и упражнения</li> <li>• Дыхательные упражнения</li> <li>• Гимнастика-побудка</li> <li>• закаливающие процедуры</li> <li>• Самостоятельная двигательнo-игровая деятельность</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Двигательная активность, занятия физической культурой</li> <li>• Эколого-природные факторы (солнце, воздух и вода)</li> <li>• Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)</li> <li>• Прогулка</li> <li>• Предметная среда: - оборудованные помещения (физкультурный зал, тренажерный зал, плавательный бассейн, спортивная площадка)</li> </ul>
<p>Реализация основных направлений работы по вариативной части программы</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>подвижные игры</i></li> <li>• <i>упражнения</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- двигательные центры в группах (атрибуты для подвижных игр, пособия для развития движений, профилактики плоскостопия, алгоритмы и пиктограммы, словарики по ЗОЖ и пр.)</li> <li>- дидактические игры физкультурной тематики</li> <li>- спортивное оборудование и инвентарь (гимнастические стенки, бревна, дорожки, баскетбольные кольца, волейбольные сетки, дорожки здоровья, пошаговые разноуровневые дорожки, лабиринты, балансиры, нестандартное спортивное оборудование)</li> </ul>

<b>Старшие группы № 61, 62</b>			
<p>Реализация основных направлений работы по физическому развитию детей: - овладение основными движениями</p> <p>-</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Наглядно-зрительные: - показ физических упражнений</li> <li>• Тактильно-мышечные приемы: - непосредственная помощь воспитателя</li> <li>• Практические: - повторение упражнений - проведение упражнений в игровой форме</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Утренняя гимнастика</li> <li>* Физкультурные занятия</li> <li>* Подвижные игры и упражнения</li> <li>* Дыхательные упражнения</li> <li>* Гимнастика-побудка</li> <li>* закаливающие процедуры</li> <li>* Самостоятельная двигательная-игровая деятельность</li> </ul>	<p>Двигательная активность, занятия физической культурой</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Эколого-природные факторы (солнце, воздух и вода)</li> <li>• Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)</li> <li>• Прогулка</li> <li>• Предметная среда:</li> </ul> <p>- оборудованные помещения (физкультурный зал, тренажерный зал, плавательный бассейн, спортивная площадка)</p> <p>- двигательные центры в группах (атрибуты для подвижных игр, пособия для развития движений, профилактики плоскостопия, алгоритмы и пиктограммы, словарики по ЗОЖ и пр.)</p> <p>- дидактические игры физкультурной тематики</p> <p>- спортивное оборудование и инвентарь (гимнастические стенки, бревна, дорожки, баскетбольные кольца, волейбольные сетки, дорожки здоровья, пошаговые разноуровневые дорожки, лабиринты, балансиры, нестандартное спортивное оборудование)</p>
<p>Реализация основных направлений работы по вариативной части программы:</p> <p>-</p> <p>-</p>			
<b>Подготовительные группы № 51, 52,53</b>			
<p>Реализация основных направлений работы по физическому развитию детей: - овладение основными движениями</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Наглядно-зрительные: - показ физических упражнений</li> <li>• Тактильно-мышечные приемы: - непосредственная помощь воспитателя</li> <li>• Практические: - повторение упражнений</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Утренняя гимнастика</li> <li>* Физкультурные занятия</li> <li>* Подвижные игры и упражнения</li> <li>* Дыхательные упражнения</li> <li>* Гимнастика-побудка</li> </ul>	<p>Двигательная активность, занятия физической культурой</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Эколого-природные факторы (солнце, воздух и вода)</li> <li>• Психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)</li> </ul>

-	- проведение упражнений в игровой форме	* закаливающие процедуры * Самостоятельная двигательно-игровая деятельность	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Прогулка</li> <li>• Предметная среда:</li> </ul> <p>- оборудованные помещения (физкультурный зал, тренажерный зал, плавательный бассейн, спортивная площадка)</p> <p>- двигательные центры в группах (атрибуты для подвижных игр, пособия для развития движений, профилактики плоскостопия, алгоритмы и пиктограммы, словарики по ЗОЖ и пр.)</p> <p>- дидактические игры физкультурной тематики</p> <p>- спортивное оборудование и инвентарь (гимнастические стенки, бревна, дорожки, баскетбольные кольца, волейбольные сетки, дорожки здоровья, пошаговые разноуровневые дорожки, лабиринты, балансиры, нестандартное спортивное оборудование)</p>
Реализация основных направлений работы по вариативной части программы: - -			

## 2.2. Описание образовательной деятельности, вариативных форм и способов реализации Программы.

## Модель образовательной деятельности на неделю

Формы организации образовательной деятельности	Детская деятельность // Образовательная область, направление	Количество	День недели				
			понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Занятия	<u>Средние группы № 01, 02</u> Двигательная деятельность// физическое и познавательное развитие	2	02	01		01	02
	<u>Старшие группы № 91, 92</u> Двигательная деятельность// физическое и познавательное развитие	2	92	92	91		91
	<u>Подготовительные группы № 82, 83</u> Двигательная деятельность// физическое и познавательное развитие	2	82	83	83		82
<b>Совместная деятельность в режиме дня:</b>				<b>82</b>		<b>83</b>	
Утренняя гимнастика	Двигательная деятельность// физическое	Ежедн.	*	*	*	*92	*
Секция «Веселые старты»	Двигательная деятельность// физическое и познавательное развитие				82,83		
Спортивный досуг							2 неделя – мл. и ср. гр. 4 неделя – ст. и подг. гр.
Гимнастика побудка		Ежедн.	*	*	*	*	*
<b>Самостоятельная деятельность:</b> - в двигательном центре активности - на прогулке		Ежедн.	*	*	*	*	*

\* проводит воспитатель (занятие на воздухе: создание условий для самостоятельной деятельности в двигательном центре)

## Модель образовательной деятельности на учебный год

### Перспективное комплексно-тематическое планирование работы ДС на уч.год (тематические недели, утвержденные ООП ДО ДС)

Месяц \ неделя	1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя
<b>сентябрь</b>	Детский сад	Детский сад	Я и моя семья	Я и моя семья	
<b>октябрь</b>	Золотая осень	Золотая осень	Золотая осень	Мой дом, город, страна, планета	
<b>ноябрь</b>	Мой дом, город, страна, планета	В мире животных	В мире животных	В мире животных	
<b>декабрь</b>	Чудеса вокруг нас	Чудеса вокруг нас	Новый год	Новый год	Новый год
<b>январь</b>	Зимушка-зима	Зимушка-зима	Зимушка-зима	Зимушка-зима	
<b>февраль</b>	Зимушка-зима	День Защитника Отечества	День Защитника Отечества	День Защитника Отечества	
<b>март</b>	Международный женский день	Международный женский день	К нам весна шагает	К нам весна шагает	К нам весна шагает
<b>апрель</b>	Мы за здоровый образ жизни!	Мы за здоровый образ жизни!	Народная культура и традиции	Народная культура и традиции	
<b>май</b>	Мир и дружба навсегда	Мир и дружба навсегда	Мир и дружба навсегда	Лето на пороге	
<b>июнь</b>	До свиданья, детский сад!	Чудеса на летней полянке	Чудеса на летней полянке	В гостях у сказки	
<b>июль</b>	В гостях у сказки	С Днем Рождения, АвтоВАЗ!	С Днем Рождения, АвтоВАЗ!	Мы дружим со спортом	
<b>август</b>	Мы дружим со спортом	Мы дружим со спортом	Дары солнечного лета	Дары солнечного лета	До свиданья, детский сад!

**Комплексно-тематическое планирование тематической недели**

месяц	Тема недели	Формы организации образовательной деятельности						Взаимодействие с семьями
		занятия	Вводная часть	ОРУ	Упражнения, п/и	Заключительная часть	Другие формы	
09	Детский сад	Ср.гр 1-2	Ходьба в колонне по одному, высоко поднимая колени, с остановкой на сигнал «стоп»; бег в колонне, в рассыпную, с высоким подниманием колен, перестроение в три колонны.	Без предметов	«Найди себе пару» «Самолеты»»	Ходьба в колонне по одному «Карлики и великаны»		
		Ст.гр 1-2						
		Подг.гр. 1-2						



## 2.3. Особенности образовательной деятельности через организацию разных видов культурных практик и традиций группы.

### Культурные практики

Культурная практика	Виды деятельности	Содержание	Периодичность использования
Детский досуг (средний, старший, подготовительный возраст)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровая</li> <li>• Коммуникативная</li> <li>• Музыкальная</li> <li>• Восприятие художественной литературы и фольклора</li> <li>• Двигательная</li> </ul>	Вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха	1 раз в месяц
Соревнование (старший, подготовительный возраст)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Двигательная</li> <li>• Игровая</li> </ul>	Вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для спортивных и подвижных игр, развлечений, двигательной активности, спортивных состязаний и соревнований	1 раз в квартал
Тренировка (старший, подготовительный возраст)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Двигательная</li> <li>• Игровая</li> <li>• Коммуникативная</li> </ul>	Форма организации работы с детьми, в процессе которой происходит совершенствование физических навыков и умений в соответствующих видах детской деятельности и решение интегрированных задач соответствующих образовательных областей	1 раз в неделю
Физкультурные праздники	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровая</li> <li>• Двигательная</li> <li>• Коммуникативная</li> </ul>	Вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для спортивных игр, развлечения, двигательной активности и соревнований совместно с родителями воспитанников либо без них.	3 раза в год
Маршрутная игра (подготовительный возраст)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Познавательно исследовательская</li> <li>• Коммуникативная</li> <li>• Игровая</li> </ul>	Форма организации работы с детьми, в процессе которой происходит практическое выполнение дошкольниками специально	1 раз в год (лето)

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Двигательная</li> <li>• Восприятие художественной литературы</li> </ul>	подобранных педагогом заданий в ходе целенаправленного движения по определенной схеме, обозначенной в маршрутном листе.	
<i>Спортивная Олимпиада (старший, подготовительный возраст)</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Познавательно-исследовательская</li> <li>• Коммуникативная</li> <li>• Музыкальная</li> <li>• Конструктивная</li> <li>• Восприятие художественной литературы и фольклора</li> <li>• Двигательная</li> </ul>	Форма организации работы с детьми, в процессе которой происходит интеллектуальное соревнование детей в определенной научной области, позволяющая выявить не только знание фактического материала, но и умение применять эти знания в новых нестандартных ситуациях, требующих творческого мышления	<i>2 раза в год (лето и зима)</i>

### Традиции

<b>Традиция</b>	<b>Содержание</b>	<b>Периодичность</b>
Социально-педагогическая акция «Мама, папа, я – спортивная семья»		1 раз в год
Спортивные соревнования «Веселые старты» - подготовительные возрастные группы		1 раз в год
Спортивные соревнования «Малые Олимпийские игры» – старшие и подготовительные возрастные группы		1 раз в год
Развлечения, посвященные Дню защитника Отечества		1 раз в год

<b>Дата</b>	<b>Событие</b>	<b>Мероприятие</b>
1 сентября	День знаний	Комплексное развлечение
27 сентября	День дошкольного работника	Тематический день
23 февраля	День защитника Отечества	Комплексное развлечение
1 апреля	День смеха	Комплексное развлечение
7 апреля	Всемирный день здоровья	Итоговое мероприятие тематической недели
1 мая	День весны и труда	Тематическая неделя
9 мая	День Победы	Тематическая неделя
31 мая	Выпускной бал	Праздник
1 июня	Международный день защиты детей	Комплексное развлечение
5 июня	День города (Тольятти)	Тематический день
12 июня	День России	Тематический день
1 июля	День Нептуна	Комплексное развлечение
20 июля	День рождения АВТОВАЗа	Комплексное развлечение
13 августа*	День физкультурника	Спортивное развлечение

\* - даты изменяемые

#### **2.4. Способы поддержки детской инициативы. Индивидуальные маршруты детей.**

### Способы поддержки детской инициативы

Образовательная область	Создание условий	Позиция педагога (приемы поддержки)
Физическое развитие	<p><i>Насыщение РППС:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Использование нетрадиционного физкультурного оборудования.</li> <li>- Использование схем, алгоритмов, пиктограмм при выполнении разных видов движений и подвижных игр и игр спортивного характера.</li> <li>- Создание ПРС: «Наши рекорды», «Копилка подвижных игр» и т.п.</li> <li>- Участие в совместных с родителями соревнованиях.</li> <li>- Самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей.</li> <li>- Создание условий для свободного выбора детьми деятельности, участников совместной деятельности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- при организации продуктивной деятельности детей применять различные приемы косвенного руководства,</li> <li>- избегать прямого показа и действий по инструкции (в старшем д/в),</li> <li>- поощрять стремление детей к самостоятельной деятельности и выбору игр,</li> <li>- привлекать к участию в соревнованиях и досугах родителей воспитанников,</li> <li>- тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца,</li> <li>- ориентировать дошкольников на получение хорошего результата,</li> <li>- своевременно обратить особое внимание на детей, постоянно проявляющих небрежность, торопливость, равнодушие к результату, склонных не завершать работу,</li> <li>- поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребенка, побуждать к проявлению инициативы.</li> </ul>

### 2.5. Особенности взаимодействия с семьями обучающихся (план на учебный год)

Виды форм	Цель использования	Формы организации	Периодичность, сроки проведения
Наглядно-информационные	Ознакомление родителей с формами работы детского сада, особенностями воспитания детей по направлению.	Информационные стенды в группах (родительские уголки) и холлах детского сада; Видео-слайды на телевизоре в холле д/с; Папка-передвижка; Анкетирование родителей; Социально-педагогические акции;	1 раз в месяц

		<i>Соц.сети.</i>	
<i>Просветительские</i>	<i>Ознакомление родителей с возрастными и психолого-педагогическими особенностями развития детей</i>	<i>Информационные листы, соц.сети, памятки, буклеты;</i>	<i>1 раз в квартал</i>
<i>Практико-ориентированные</i>	<i>Формирование практических навыков воспитания детей. Оказание практической помощи семье.</i>	<i>Семейные спортивные праздники; Участие в конкурсах, соревнованиях; Открытые занятия, тренировки, мастер-классы.</i>	<i>2 раз в год</i>

### План взаимодействия с родителями ИФК

<b>Месяц</b>	<b>Мероприятия с родителями</b>	<b>Форма проведения</b>	<b>Отметка о выполнении</b>
09	1. Особенности физического развития детей дошкольного возраста (все группы).	Информационный лист в папке-передвижке	
	2. Индивидуальные беседы по итогам диагностики (по запросу родителей).	беседы	
10	1. «День открытых дверей». Подготовка и показ открытых занятий для родителей.	Индивидуально по запросу	
	2. Индивидуальные консультации.		
11	1. «Игры и упражнения малой подвижности» (для детей с высокой ДА) (для родителей средних и старших групп)	Информационный лист	
	2. Отборочные соревнования «Веселые старты» - среди д/садов АНО ДО /д/с «Солнышко» и д/с «Степашка».	Информационный лист	
	3. Индивидуальные беседы с родителями подготовит групп.	Индивидуально по запросу	
12	1. «Игры и упражнения на развитие быстроты и ловкости» (для детей с низким уровнем ДА).	Информационный лист	
	2. Индивидуальные беседы с родителями средних групп.	Индивидуально по запросу	
01	1. Смотр – конкурс «Зимние забавы» снежных построек на участках.	Фотогазета	
	2. «День здоровья» в детском саду.		
02	1. «Веселые старты», посвященные Дню защитника отечества среди подготовительных групп.	Собрание с родительским комитетов подготовительных групп	
	2. Совместное проведение спортивного праздника.		
	3. Индивидуальные беседы (старшие группы).		
03	1. «Упражнения, предупреждающие плоскостопие».	Информационный лист	
	2. О спортивном празднике «Веселые старты».	Фотогазета, видео-презентация	

	3. Индивидуальные беседы (средние группы).	Беседа	
04	1. День открытых дверей. Показ открытых занятий для родителей.	Показ открытых занятий для родителей, беседы	
	2. Индивидуальные беседы.	Консультация	
05	1. «Как активно и интересно провести прогулку с детьми».	информационный лист	
	2. Индивидуальные беседы.	По запросу	
06	1. Индивидуальные беседы по итогам диагностики.	По запросу	
	2. «Всей семьей - на велосипеде».	Консультация	
07	1. «Безопасность на воде».	Информационный лист	
	2. «День здоровья» в детском саду.	Информационный лист	
08	1. «Как оборудовать физкультурно-игровую среду дома».	информационный лист	
	2. «День физкультурника» в детском саду.	информационный лист	

### 3. Организационный раздел

#### 3.1. Распорядок и/или режим дня.

Элементы режима	Средняя группа 4 – 5 лет	Старшая группа 5 – 6 лет	Подготовительная группа 6– 7 лет
Прием детей, осмотр, у/г, ОД в РМ, самостоятельная деятельность детей	6.30 – 8.15	6.30 — 8.20	6.30 — 8.25
Подготовка к завтраку, ОД в РМ, самостоятельная деятельность	8.15 – 9.00	8.20 — 9.00	8.25 — 9.00
Завтрак	8.20-8.40	8.25 — 8.45	8.30 — 8.50
Образовательная деятельность	9.00-9.50	9.00 — 9.55	9.00 — 10.50
Чтение художественной литературы, игры. Самостоятельная деятельность	10.00 – 10.40		
Дополнительный завтрак. ОД в РМ	9.50-10.00	9.55(10.00) — 10.10	10.00 — 10.10
Подготовка к прогулке, прогулка, возвр. с прог. ОД в РМ, самостоятельная деятельность детей	9.50 (10.00) – 12.10 (9.00 – 11.10)	9.55 (10.00) – 12.20 (9.00 – 11.20)	10.50 – 12.30 (10.20 – 12.10)
Подготовка к обеду, ОД в РМ, самостоятельная деятельность	12.10 – 12.50	12.20 – 13.00	12.30 – 13.05
Обед	12.20-12.50	12.30 – 13.00	12.35 – 13.05

<i>Подготовка ко сну, дневной сон</i>	<i>12.50 – 15.00</i>	<i>13.00 – 15.00</i>	<i>13.05 – 15.00</i>
<i>Постепенный подъем, закаливающие мероприятия. ОД в РМ</i>	<i>15.00 – 15.25</i>	<i>15.00 – 15.20</i>	<i>15.00 – 15.20</i>
<i>Полдник</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>-</i>
<i>Образовательная деятельность</i>	<i>-</i>	<i>15.20 – 15.45 (15.55 – 16.20)</i>	<i>15.20 – 15.45 (15.55 – 16.20)</i>
<i>Чтение худ. литературы, игры, наблюдения и др. , самостоятельная деятельность детей (3-7 лет).</i>	<i>15.25 – 16.10</i>	<i>15.55 – 16.15</i>	<i>15.55 – 16.20</i>
<i>Подготовка к ужину, ОД в РМ, самостоятельная деятельность</i>	<i>16.10 – 17.00</i>	<i>16.15 – 16.40</i>	<i>16.20 – 16.45</i>
<i>Ужин</i>	<i>16.15-16.35</i>	<i>16.20 – 16.40</i>	<i>16.25 – 16.45</i>
<i>Подготовка к прогулке, прогулка. ОД в РМ. Самостоятельная деятельность детей. Уход домой</i>	<i>16.40 – 18.30</i>	<i>16.40 – 18.30</i>	<i>16.45 – 18.30</i>

### **3.2. Результаты наблюдений за детьми (педагогическая диагностика) – см. Приложение**

- Результаты педагогической диагностики (индивидуального развития) воспитанников (диагностические карты, карты наблюдений и прочее) хранятся в на рабочем месте специалиста до момента выпуска в школу и используются исключительно для:

индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или коррекции особенностей его развития), оптимизации работы с группой детей;  
 изучения, анализа и корректировки профессиональной деятельности педагогов по использованию форм, методов, средств организации воспитательно-образовательного процесса;  
 организации эффективного взаимодействия с семьями воспитанников;  
 создания развивающей предметно-пространственной среды.

### 3.4. Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания и особенность организации развивающей предметно – пространственной среды

Средства обучения и воспитания			
Направление развития	Центр детской активности	Основное назначение	Оснащение развивающей предметно – пространственной среды материалами и средствами обучения
Физическое развитие	Двигательный центр в группах	Расширение индивидуального двигательного опыта в самостоятельной деятельности	Мягкие легкие модули, разноцветные флажки, ленточки, султанчики, легкие поролоновые шарики для метания вдаль, мячи большие и теннисные, разноцветные шары для прокатывания, мешочки с песком для равновесия, кегли, обручи
	Спортивный зал		Батут детский Доска гладкая с зацепами Доска с ребристой поверхностью Дорожка сенсорная Дорожка со следами Дуга большая Дуга малая Канат гладкий Канат с узлами Кегли Кольцеброс (набор) Лестница веревочная Лестница деревянная с зацепами Массажеры разные: - палки - для стоп - мячи-массажеры



		<p> Мат большой  Мат малый  Ракетки бадминтонные  Мячи теннисные  Мишень навесная  Мячи большие  Мячи средние  Мячи малые  Мячи для мини-баскетбола  Обруч малый  Обруч большой  Палка гимнастическая короткая  Кирпичики  Корзинки для оборудования  Скакалка короткая  Скамейка  Стенка гимнастическая деревянная  Конусы для разметки игрового поля, площадки  Мячи - футболы  Клюшки хоккейные  шайбы  Щит баскетбольный навесной с корзиной  Степ-платформы  Эстафетные палки </p>
	Спортивная площадка	<p> Лестница  Паутина  Стенка гимнастическая  Стенка сплошная для лазания  Фишки, конусы для разметки площадки  Щит-мишень (навесной)  Щит баскетбольный  Футбольные (хоккейные) ворота переносные  Прыжковая яма (песочница, дорожка) </p>

### 3.5. Особенность организации развивающей предметно – пространственной среды

### 3.6. Используемые Программы, методические пособия.

Направление	Перечень программ, методических пособий
ОО «Физическое развитие»	<ul style="list-style-type: none"><li>• Программа воспитания и обучения в детском саду «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. М.: Мозаика — Синтез, 2012</li><li>• Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Конспекты занятий. М.: Мозаика — Синтез, 2009 — 2010</li><li>• Физическая культура в детском саду (подготовительная группа). Л.И.Пензулаева, М. Мозаика-Синтез, 2016 г.</li><li>• Физическая культура в детском саду (старшая группа). Л.И.Пензулаева, М. Мозаика-Синтез, 2016 г.</li><li>• Физическая культура в детском саду (средняя группа). Л.И.Пензулаева, М. Мозаика-Синтез, 2016 г.</li><li>• Оздоровительная гимнастика – комплексы упражнений. Л.И.Пензулаева, М. Мозаика-Синтез, 2016 г.</li></ul>