

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 33 КИРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**ПРИНЯТА**

Решением Педагогического совета  
ГБДОУ детского сада № 33  
Кировского района Санкт-Петербурга

**Протокол** № 5 от «30» августа 2024 года

**УТВЕРЖДЕНА**

Заведующий ГБДОУ детский сад № 33  
Кировского района Санкт-Петербурга  
С. А. Соловьева \_\_\_\_\_

**Приказ** от «30» августа 2024 года № 116

**Рабочая программа**  
по освоению детьми образовательной области  
«Физическое развитие»  
на 2024-2025 учебный год  
Программа рассчитана на воспитанников  
в возрасте 3-4 лет

Составитель:

Инструктор по физической культуре  
Высшей квалификационной категории  
Корчевская Виктория Игоревна



Санкт-Петербург, 2024 год

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....</b>	<b>4</b>
Пояснительная записка.....	4
Возрастные психофизические особенности развития детей 3-4 лет.....	6
Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками основной образовательной программы.....	7
Оценка индивидуального развития ребенка.....	8
<b>Содержательный раздел .....</b>	<b>9</b>
Образовательная деятельность .....	9
I. Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития.....	9
II. Содержание образовательной деятельности.....	9
III. Основная гимнастика (основные движения, общеразвивающие упражнения, ритмическая гимнастика и строевые упражнения) .....	10
3.1. Основные виды движения .....	10
3.2. Общеразвивающие упражнения.....	12
3.3. Ритмическая гимнастика .....	12
4. Подвижные игры.....	13
5. Спортивные игры.....	13
6. Спортивные упражнения .....	13
6.1. Катание на санках .....	13
6.2. Ходьба на лыжах: .....	13
6.3. Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:.....	13
6.4. Плавание.....	13
6.5. Катание на коньках:.....	13
7. Формирование основ здорового образа жизни .....	13
8. Активный отдых* .....	13
8.1. Предлагаемое (рекомендуемое) тематическое содержание физкультурных досугов и праздников .....	13
8.2. Физкультурные досуги.....	14
8.3. Физкультурные праздники.....	14
8.4. Дни здоровья .....	14
IV. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА (оборудование и инвентарь).....	14
Формы работы.....	15
Принципы физического развития .....	15
Методы физического развития .....	16

Поддержка детской инициативы.....	16
Перспективное планирование образовательной деятельности .....	16
Распределение программного материала по освоению детьми образовательной области «Физическое развитие» .....	16
Перечень основных движений, подвижных игр и упражнений .....	17
Взаимодействие педагога с семьями воспитанников .....	18
<b>Организационный раздел.....</b>	<b>19</b>
Организация физкультурно-оздоровительной работы .....	19
Режим двигательной активности.....	20
Планирование и проектирование образовательного процесса.....	20
Тематическое планирование .....	20
Условия реализации программы.....	21
Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды для физического развития.....	21
Требования к организации развивающей предметно-пространственной среды .....	21
Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса .....	22
Кадровые условия реализации программы .....	23
Требования к квалификации педагогических кадров.....	23
<b>Глоссарий .....</b>	<b>24</b>
<b>Список литературы.....</b>	<b>25</b>

## ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа определяет содержание и организацию образовательной деятельности на уровне дошкольного образования.

Рабочая программа разработана в соответствии с законодательно - нормативными документами:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ (актуальная ред. от 14.07.2022) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

- Федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее – Федеральная программа) (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 25 ноября 2022 года № 1028)

- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года № 1155), с изменениями, внесенным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 года № 31;

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

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648 – 20 «Санитарно- эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Образовательная программа дошкольного образования ГБДОУ детского сада № 33 Кировского района Санкт-Петербурга

Рабочая программа по физическому развитию обеспечивает физическое развитие детей в возрасте от 3 до 7 лет с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей и направлена на решение задач, указанных в пункте 1.6. Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования.

Рабочая программа разработана на основе принципов дошкольного образования:

- Полноценное проживание ребенком всех этапов детства, амплификация детского развития;
- Построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником образовательных отношений;
- Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- Сотрудничество Организации с семьей;

- Приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- Возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- Учет этнокультурной ситуации развития детей.

В рабочей программе выделены оздоровительные, воспитательные и образовательные задачи физического воспитания. Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов; совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной деятельности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно-волевых качеств.

**Ведущие цели рабочей программы** – создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком детства, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка ребенка к жизни в современном обществе.

**Рабочая программа по физическому развитию направлена на решение следующих задач:**

- Расширение индивидуального двигательного опыта ребенка;
- Обучение правильному, не наносящему ущерба организму, выполнению основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание, движения с мячами);
- Развитие физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость, сила и др.);
- Развитие координации движений, равновесия, умения ориентироваться в пространстве;
- Формирование у детей способности к самоконтролю за качеством выполнения движений;
- Способствование правильному формированию опорно-двигательной системы организма;
- Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;
- Овладение детьми подвижными играми с правилами;
- Формирование у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

Физическое развитие осуществляется как на специальных физкультурных занятиях, так и в игровой деятельности и повседневной жизни детей.

## **ВОЗРАСТНЫЕ ПСИХОФИЗИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ 3-4 ЛЕТ**

В возрасте 3-4 лет ребенок постепенно выходит за пределы семейного круга. Его общение становится внеситуативным. Взрослый становится для ребенка не только членом семьи, но и носителем определенной общественной функции. Желание ребенка выполнять такую же функцию приводит к противоречию с его реальными возможностями. Это противоречие разрешается через развитие игры, которая становится ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте.

Главной особенностью игры является ее условность: выполнение одних действий с одними предметами предполагает их отнесенность к другим действиям с другими предметами. Основным содержанием игры младших дошкольников являются действия с игрушками и предметами-заместителями. Продолжительность игры небольшая. Младшие дошкольники ограничиваются игрой с одной-двумя ролями и простыми, неразвернутыми сюжетами. Игры с правилами в этом возрасте только начинают формироваться.

В младшем дошкольном возрасте развивается перцептивная деятельность. Дети от использования прототипов – индивидуальных единиц восприятия, переходят к сенсорным эталонам – культурно-выработанным средствам восприятия. К концу младшего дошкольного возраста дети могут воспринимать до 5 и более форм предметов и до 7 и более цветов. Способны дифференцировать предметы по величине, ориентироваться в пространстве группы детского сада, а при определенной организации образовательного процесса – и в помещении всего дошкольного учреждения.

Развиваются память и внимание. По просьбе взрослого дети могут запомнить 2-3 слова и 5-6 названий предметов. К концу младшего дошкольного возраста они способны запомнить значительные отрывки из любимых произведений.

Продолжает развиваться наглядно-действенное мышление. При этом преобразования ситуаций в ряде случаев осуществляется на основе целенаправленных проб с учетом желаемого результата. Дошкольники способны установить некоторые скрытые связи и отношения между предметами.

В младшем дошкольном возрасте начинает развиваться воображение, которое особенно наглядно проявляется в игре, когда одни объекты выступают в качестве заместителей других.

Взаимоотношения детей обусловлены нормами и правилами. В результате целенаправленного воздействия они могут усвоить относительно большое количество норм, которые выступают основанием для оценки собственных действий и действий других детей.

Взаимоотношения детей ярко проявляются в игровой деятельности. Они скорее играют рядом, чем активно вступают во взаимодействие. Однако уже в этом возрасте могут наблюдаться устойчивые избирательные взаимоотношения. Конфликты между детьми возникают преимущественно по поводу игрушек. Положение ребенка в группе сверстников во многом определяется мнением воспитателя.

В младшем дошкольном возрасте можно наблюдать соподчинение мотивов поведения в относительно простых ситуациях. Сознательное управление поведением только начинает складываться; во многом поведение ребенка еще ситуативно. Вместе с тем можно наблюдать и случаи ограничения собственных побуждений самим ребенком, сопровождаемые словесными указаниями. Начинает развиваться самооценка, при этом дети в значительной

мере ориентируются на оценку воспитателя. Продолжает развиваться также их половая идентификация. Что проявляется в характере выбираемых игрушек и сюжетов.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ КАК ОРИЕНТИРЫ ОСВОЕНИЯ ВОСПИТАННИКАМИ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Специфика дошкольного детства не позволяет требовать от ребенка дошкольного возраста достижения конкретных образовательных результатов и обуславливает необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного образования, представленные в ФГОС ДО, следует рассматривать как социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка. Это ориентир для воспитателей и родителей воспитанников, обозначающий направленность воспитательной деятельности взрослых.

### *Рабочая программа направлена на достижение следующих целевых ориентиров:*

- Ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности;
- Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх;
- Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
- Ребенок обладает элементарными представлениями о физической культуре и спорте.

### *Планируемые результаты освоения программы*

- Ходить прямо, не шаркая ногами, сохраняя заданное направление. Выполнение заданий: остановиться, присесть, повернуться.
- Бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, темп бега в соответствии с указанием педагога.
- Сохранять равновесие, при ходьбе и беге по ограниченной плоскости, при перешагивании
- Ползать на четвереньках, лазать по гимнастической стенке произвольным способом.
- Энергично отталкиваться в прыжках на двух ногах, прыгать в длину с места не менее чем на 40см.
- Катать мяч в заданном направлении с расстояния 1,5м. Бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы. Ударять мячом о пол, бросать его вверх 2-3 раза подряд и ловить. Метать предметы правой и левой рукой на расстояние не менее 2,5-5м.
- Соблюдать элементарные правила в подвижных играх. Уметь ориентироваться в пространстве.

## ОЦЕНКА ИНДИВИДУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА

Педагогическая диагностика детского развития проводится два раза в год (в октябре и мае). Основная задача педагогической диагностики заключается в том, чтобы определить степень освоения ребенком образовательной программы и влияние образовательного процесса, организуемого в дошкольном учреждении, на развитие ребенка.

	Основная направленность диагностики	Методы диагностики
Образовательная область «Физическое развитие»	Физическое развитие, формирование интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой	Авторские разработки на основе рекомендаций А.А. Потапчук и Э.Я. Степаненковой Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика-Синтез, 2006; Н.Л. Петренкиной Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста. – СПб.: Издательство «Союз», 2007. Наблюдение, заполнение карт наблюдения

## СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

#### Цель

Охрана и укрепление здоровья ребенка, закаливание, удовлетворение естественной потребности детей в движении; формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой; гармоничное физическое развитие детей; становление ценностей здорового образа жизни.

I. 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

II. Содержание образовательной деятельности.

Педагог формирует умение:

- организованно выполнять строевые упражнения,
- находить свое место при совместных построениях, передвижениях.

Педагог формирует умение организованно выполнять по показу

– общеразвивающие, музыкально - ритмические упражнения;

– создает условия для активной двигательной деятельности и

– положительного эмоционального состояния детей.

1. Педагог воспитывает/ формирует

– умение слушать и следить за показом,

– умение 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 овладению элементарными нормами и правилами поведения в

двигательной деятельности,

Приобщает детей к здоровому образу жизни.

Формирует умения и навыки личной гигиены, воспитывает полезные для здоровья привычки.

Воспитывает полезные привычки, осознанное, заботливое, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

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

3.1. Основные виды движения

3.1.1. Бросание, катание, ловля, метание

- катание мяча друг другу, сидя парами ноги врозь, стоя на коленях
- прокатывание мяча в воротца, под дугу, стоя парами;
- прокатывание мячей в прямом направлении, друг другу, в ворота, бросание мячей воспитателю\*
- подбрасывание мяча вверх и ловля его;
- бросание мяча о землю и ловля его;
- бросание и ловля мяча в парах
- бросание мяча вверх и о землю и ловля его\*
- бросание мяча воспитателю и ловля его обратно\*
- перебрасывание мяча, стоя парами лицом друг другу;\*\*
- перебрасывание мяча через сетку;
- произвольное прокатывание обруча,
- ловля обруча, катящегося от педагога
- бросание мешочка в горизонтальную цель (корзину) двумя и одной рукой;
- бросание, одной рукой мяча в обруч, расположенный на уровне глаз ребенка, с расстояния 1,5 м;
- метание вдаль;

**3.1.2. Ползание, лазанье**

ползание на четвереньках на расстояние 4 - 5 - 6 м до кегли (взять ее, встать, выпрямиться, поднять двумя руками над головой);

ползание 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;

**3.1.3. Ходьба**

ходьба в заданном направлении

- небольшими группами,
- друг за другом,
- парами друг за другом

- ходьба по ориентирам (по прямой, по кругу);

- ходить, обходя предметы, в рассыпную, "змейкой";

- ходьба с поворотом и сменой направления);
- ходьба на носках;
- ходьба, высоко поднимая колени
- ходьба, перешагивая предметы
- ходьба в разных направлениях;
- ходьба с выполнением заданий (присесть, встать, идти дальше)
- ходьба по наклонной доске
- ходьба в чередовании с бегом;

#### **3.1.4. Бег**

- бег группами и по одному за направляющим, в рассыпную, со сменой темпа;
- бег по кругу, в парах;
- бег по кругу, держась за руки
- бег, оббегая предметы, между двух или вдоль одной линии;
- бег со сменой направления, с остановками;
- бег мелким шагом;
- бег на носках;
- бег в чередовании с ходьбой;
- бег убегание от ловящего, ловля убегающего;
- бег в течение 50 - 60 сек;
- быстрый бег 10 - 15 м;
- медленный бег 120 - 150 м
- перебегание подгруппами по 5 - 6 человек с одной стороны площадки на другую;

#### **3.1.5. Прыжки**

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

#### **3.1.6. Упражнения в равновесии**

- ходьба по прямой и извилистой дорожке (ширина 15 - 20 см, длина 2 - 2,5 м), обычным и приставным шагом;
- ходьба на носках, с остановкой.
- ходьба с выполнением заданий (присесть, встать и продолжить движение);
- ходьба по гимнастической скамье
- ходьба с перешагиванием рейки лестницы, лежащей на полу
- ходьба по шнуру, плоскому обручу, лежащему на полу, приставным шагом;
- ходьба по ребристой доске;
- ходьба по наклонной доске;
- кружение в одну, затем в другую сторону с платочками, руки на пояс, руки в стороны.

## **3.2. Общеразвивающие упражнения**

### **3.2.1. Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса**

поднимание и опускание прямых рук вперед;

основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью);

отведение их в стороны, вверх, на пояс, за спину (одновременно, поочередно);

перекладывание предмета из одной руки в другую

хлопки над головой и перед собой;

махи руками;

упражнения для кистей рук

выполнение упражнений пальчиковой гимнастики;

### **3.2.2. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:**

потягивание, приседание, обхватив руками колени

наклоны вперед и в стороны

повороты со спины на живот и обратно

сгибание и разгибание ног из положения сидя

поднимание и опускание ног из положения лежа

### **3.2.3. Упражнения для развития и укрепления мышц ног и брюшного пресса:**

поднимание и опускание ног, согнутых в коленях

- сгибание и разгибание ног;

- отведение ноги вперед, в сторону, назад;

- поднимание на носки и опускание на всю ступню;

приседание с предметами, поднимание на носки

выставление ноги вперед, в сторону, назад;

- 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);

- упражнения с разнообразными предметами (гимнастической палкой, обручем, мячом, скакалкой и другими)

## **3.3. Ритмическая гимнастика**

### **3.3.1. Музыкально-ритмические упражнения,**

- разученные на музыкальных занятиях, педагог включает в содержание физкультурных занятий, различные формы активного отдыха и подвижные игры:

### **3.3.2. Рекомендуемые упражнения**

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)

### **3.3.3. Строевые упражнения**

Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг по ориентирам.

Перестроение в колонну по два, враспынную.

Смыкание и размыкание обычным шагом.

Повороты направо и налево переступанием.

#### **4. 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).

#### **5. Спортивные игры**

##### **6. 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.

##### **6.1. Катание на санках**

по прямой, перевоза игрушки или друг друга, и самостоятельно с невысокой горки.

##### **6.2. Ходьба на лыжах:**

по прямой, ровной лыжне ступающим и скользящим шагом, с поворотами переступанием.

##### **6.3. Катание на трехколесном и двухколесном велосипеде, самокате:**

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

##### **6.4. Плавание**

Погружение в воду, ходьба и бег в воде прямо и по кругу, игры с плавающими игрушками в воде.

##### **6.5. Катание на коньках:**

#### **7. Формирование основ здорового образа жизни**

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.

#### **8. Активный отдых\***

##### **8.1. Предлагаемое (рекомендуемое) тематическое содержание физкультурных досугов и праздников**

###### **Досуг**

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.

##### **8.2. Физкультурные досуги**

**Досуг организуется 1 - 2 раза в месяц во второй половине дня преимущественно на свежем воздухе**

Продолжительность 20 - 25 минут.

Содержание составляют подвижные игры и игровые упражнения, игры-забавы,

аттракционы, хороводы, игры с пением, музыкально-ритмические упражнения.

### **8.3. Физкультурные праздники**

### **8.4. Дни здоровья**

#### **День здоровья проводится 1 (один) раз в квартал**

В этот день проводятся подвижные игры на свежем воздухе, физкультурный досуг, спортивные упражнения, возможен выход за пределы участка ДОО (прогулка-экскурсия).

*Прогулки и экскурсии (простейший туризм)\*\**

#### **Туристские прогулки и экскурсии**

## **IV. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА (оборудование и инвентарь)**

Мячи резиновые разных размеров

(20 – 22, 14 - 16, 8 – 12 см).

Палки гимнастические 75 - 80 см и 40 - 55 см, палки-шесты для групповых занятий длиной 2 - 2.5 м.

Обручи гимнастические:

большие диаметром 80 – 90 см,

средние диаметром 60 – 75 см,

малые диаметром 50 - 55 см.

Обручи плоские диаметром 55 – 60 см.

Кольца плоские диаметром по наружному краю от 15 см до 20 - 25 см.

Скакалки короткие длиной от 120 см до 190 – 200 см с ручками.

Косички, верёвочки, шнуры длиной от 50 до 80 см.

Верёвки длиной от 3 до 10 м.

Гимнастическая стенка высотой 2.5 – 2.7 метра и шириной пролёта 70 – 90 см.

Лесенки-стремянки высотой 1.5 м и шириной пролёта 50 - 55 см. Приставная лестница с зацепами длиной 2 м и шириной 40 см.

Наклонная доска с зацепами длиной 2 м и шириной 20 - 25 см.

Ребристая доска с зацепами длиной 1.5 м и шириной 20 см.

Гимнастическая скамейка длиной 4 м и высотой 30 см.

Навесные мишени размером 60 х 60 см с зацепами.

Волейбольная сетка длиной 5 – 6 м и шириной 70 – 80 см.

Дуги для подлезания высотой 60, 50, 40, 30 см с расстоянием между основаниями 50 см.

Воротики для прокатывания мяча с расстоянием между основаниями 40, 50, 60 см.

Кубики пластмассовые разного цвета с гранями размером 3х3, 5х5, 6х6 см. Кирпичики с размером основания 25х20, 20х15, 20х10 и высотой 5 см.

Набивные мешочки для метания в цель размером 6х9 и 7х10 см, массой 100 – 150 г и 200 – 250 г.

Кегли большие и малые,

флажки цветные,

ленты цветные с палочками и без палочек короткие и длинные, султанчики,

платочки разноцветные 20х20 см.

Гимнастические маты, дорожки для ходьбы и бега шириной 20 – 25 см и длиной от 2.5 до 5 – 6 м.

Атрибуты для подвижных игр (шапочки, маски, верёвки, ленточки и т.п.).

Трёхколесные и двухколесные велосипеды, самокаты.

Санки, лыжи.

### **Формы работы**

Воспитательно-образовательный процесс подразделен на:

- Образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации различных видов деятельности или в ходе режимных моментов;
- Самостоятельную деятельность детей;
- Взаимодействие с семьями детей по реализации программы.

Для реализации рабочей программы по физическому развитию рекомендуется использование следующих форм работы:

- Физкультурные занятия игровые, сюжетные, тематические, комплексные, контрольно-диагностические, учебно-тренирующего характера;
- Физкультминутки;
- Игры и упражнения с речитативом;
- Утренняя гимнастика;
- Ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку;
- Игровые беседы с элементами движений;
- Дидактические игры;
- Подвижные игры;
- Досуги;
- Оформление выставок;
- Самостоятельная двигательно-игровая деятельность детей.
- Малые Олимпийские игры;
- Сдача тестовых нормативов (диагностика физического развития детей).

## ПРИНЦИПЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

### Дидактические:

- систематичность и последовательность;
- развивающее обучение;
- доступность;
- воспитывающее обучение;
- учет индивидуальных и возрастных особенностей;
- сознательность и активность ребенка;
- наглядность.

### Специальные:

- непрерывность;
- последовательность наращивания тренирующих воздействий;
- цикличность.

### Гигиенические:

- сбалансированность нагрузок;
- рациональность чередования деятельности и отдыха;
- возрастная адекватность;
- оздоровительная направленность всего образовательного процесса;
- осуществление лично- ориентированного обучения и воспитания.

## МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

### Наглядные:

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

### Словесные:

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

Практические:

- Повторение упражнений без изменения и с изменениями;
- Проведение упражнений в игровой форме;
- Проведение упражнений в соревновательной форме.

## ПОДДЕРЖКА ДЕТСКОЙ ИНИЦИАТИВЫ

Условия, необходимые для развития двигательной активности детей:

- Развивающая предметно-пространственная среда разнообразна по своему содержанию;
- Содержание развивающей среды учитывает индивидуальные особенности и интересы детей разных возрастных групп;
- В общении с детьми преобладает демократический стиль;
- Педагоги и родители развивают умения детей осуществлять выбор деятельности и отношений в соответствии со своими интересами;
- Родители в курсе всего, что происходит в жизни ребенка: чем он занимался, что нового узнал, чем ему нужно помочь в поиске нового и т.д.

Эффективные формы поддержки детской инициативы:

- Совместная деятельность взрослого с детьми, основанная на поиске вариантов решения проблемной ситуации, предложенной самим ребенком.
- Проектная деятельность;
- Совместная познавательно-исследовательская деятельность взрослого и детей – дидактические игры по физическому развитию;
- Создание условий для самостоятельной деятельности детей в центре физического развития

## ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА ПО ОСВОЕНИЮ ДЕТЬМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»

Наименование	Количество часов
Строевые упражнения	72
Ходьба	74
Бег	74
Ползание / лазание	54
Равновесие	54
Прыжки	54
Метание / школа мяча	52
ОРУ / ритмическая гимнастика	74

Подвижные игры	74
Физкультурные занятия	74
Из них:	
Тематические	9
Диагностические	6
Игровые / «ералаш»	2

## ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНЫХ ДВИЖЕНИЙ, ПОДВИЖНЫХ ИГР И УПРАЖНЕНИЙ

### Основные виды движений

*Ходьба.* Обычная, на носках, с высоким подниманием бедра; в колонне по одному, по два (парами); в разных направлениях: по прямой, по кругу, змейкой (между предметами), врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (с остановкой, приседанием, поворотом).

*Упражнения в равновесии.* Ходьба по прямой дорожке (ширина 15-20см, длина 2-2,5м), по доске, гимнастической скамейке, приставляя пятку одной ноги к носку другой; ходьба по доске с перешагиванием через предметы. Ходьба по наклонной доске (высота 30-35см). медленное кружение в обе стороны.

*Бег.* Обычный, на носках, с одного края площадки на другой, в колонне по одному, в разных направлениях; по прямой, извилистой дорожкам, по кругу, змейкой, врассыпную; бег с выполнением заданий (останавливаться, убежать от догоняющего, догонять убегающего, бежать в указанное место). Бег с изменением темпа, бег в медленном темпе 50-60 секунд, бег в быстром темпе 10м.

*Катание, бросание, ловля, метание.* Прокатывание мяча вдаль; катание мяча друг другу, между предметами, в воротца (ширина 50-60см). Метание на дальность правой и левой рукой; метание горизонтальную цель (расстояние 1,5-2м); метание в вертикальную цель (высота мишени 1,2м, расстояние 1-1,5м). Ловля мяча, брошенного воспитателем (расстояние 70-100см). Бросание мяча вверх, вниз, ловля его (2-3 раза подряд).

*Ползание, лазание.* Ползание на четвереньках по прямой, между предметами, вокруг них; подлезание под препятствие (высота 50см), не касаясь руками пола, пролезание в обруч, перелезание через скамейку. Лазание по гимнастической стенке.

*Прыжки.* Прыжки на двух ногах на месте, и с продвижением вперед, из кружка в кружок, вокруг предметов, между ними. Прыжки с высоты 15см, вверх с места; через линию, шнур, через 5-6 линий, через предметы (высота 5см). Прыжок в длину с места на расстояние не менее 40см.

*Строевые упражнения.* Построение в колонну по одному, шеренгу, круг. Перестроение в колонну по два, врассыпную; размыкание и смыкание обычным шагом; повороты направо и налево.

*Ритмическая гимнастика.* Выполнение разученных ранее общеразвивающих упражнений и циклических движений под музыку.

### Общеразвивающие упражнения

Комплексы общеразвивающих упражнений выполняются без предметов, с флажком, с косичкой, с кубиком, с мячом, с игрушкой.

### Подвижные игры

Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, творчество и выразительность движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

*С бегом.* «Догоните меня», «Догони мяч», «Жуки», «Птички в гнездышках», «Все сюда», «Лохматый пес», «Такси», «У медведя во бору», «Кошка и мышки», «Солнышко и дождик», «Самолеты», «Трамвай», «Найди свой цвет», «Огуречек», «Скворечники», «Звонкий мяч», «Кошка и мышки».

*С прыжками.* «Зайка серенький сидит...», «Лягушки», «Зайцы и волк», «Кролики», «Кот и воробышки», «Мой веселый звонкий мяч»,

*С подлезанием и лазанием.* «Подними мяч», «Наседка и цыплята», «Лиса и цыплята», «Кот и цыплята», «Котята и ребята», «Котята и щенята».

*С бросанием и ловлей.* «Береги предмет»,

*На ориентировку в пространстве.* «Найди себе пару», «Цветные автомобили», «Где звенит колокольчик?», «Скорее в круг», «Кто позвал?».

Перспективно-календарное планирование организации образовательной деятельности детей 2-ой младшей группы

## ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГА С СЕМЬЯМИ ВОСПИТАННИКОВ

Ведущая цель – создать необходимые условия для формирования ответственных взаимоотношений с семьями воспитанников и развития компетентности родителей (способности разрешать разные типы социально-педагогических ситуаций, связанных с воспитанием ребенка); обеспечение права родителей на уважение и понимание, на участие в жизни детского сада.

Месяц	Название мероприятия
Сентябрь	Выступление на родительских собраниях: «Физкультура в детском саду»
Октябрь	Конкурс творческих работ «Активный отдых»
Ноябрь	Открытое занятие
Декабрь	Консультация: «Организация активного отдыха в зимние каникулы»
Январь	Конкурс фоторабот «Я расту здоровым»
Март	Проведение досуга совместно с мамами
Апрель	Открытое занятие
Май	Участие родителей в Ежегодных Малых Олимпийских играх детского сада в качестве спортсменов и судей
Сентябрь-Май	Индивидуальные консультации родителей по физическому развитию детей. Оформление информационных стендов для родителей. Переписка по электронной почте. Сменная информация на странице официального сайта

## ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

### ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

В ДОУ необходимо проводить постоянную работу по укреплению здоровья детей, закаливанию организма и совершенствованию его функций.

Под руководством медицинского персонала следует осуществлять комплекс закалывающих процедур с использованием природных факторов: воздуха, солнца, воды, с учетом состояния здоровья детей и местных условий.

Важно обращать внимание на выработку у детей правильной осанки.

В помещении следует обеспечивать оптимальный температурный режим, регулярное проветривание; приучать детей находиться в помещении в облегченной одежде.

Необходимо обеспечивать пребывание детей на воздухе в соответствии с режимом дня.

Важно обеспечивать оптимальный двигательный режим – рациональное сочетание различных видов занятий и форм двигательной активности, в котором общая продолжительность двигательной активности составляет не менее 60% от всего времени бодрствования.

Следует поощрять участие детей в совместных подвижных играх и физических упражнениях на прогулке. Развивать инициативу детей в организации самостоятельных подвижных и спортивных игр и упражнений, поощрять самостоятельное использование детьми имеющегося физкультурного и спортивно-игрового оборудования.

Воспитывать у детей интерес к физическим упражнениям, учить пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время).

Ежедневно следует проводить утреннюю гимнастику.

В процессе образовательной деятельности, требующей высокой умственной нагрузки, и в середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, рекомендуется проводить физкультминутку длительностью 1-3 минуты.

Очная групповая форма. Группы формируются в соответствии с возрастом, состав группы не более 20 человек (в соответствии с техникой безопасности: должны находиться на расстоянии 1,5-2 м друг от друга и от выступающих предметов в группе). Занятия проводятся в первой половине дня, в соответствии с СанПином 2.4.1.3049-13 («Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»); СП 3.1/2.4. 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»; Стандарт безопасной деятельности образовательной организации, в том числе санитарно-гигиенической безопасности, в целях противодействия распространения в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

- Форма организации обучения с элементами дистанционного образования родителей (законных представителей) по вопросам основ программного материала в режиме offline.

- В случае вступления в силу нормативного акта РФ о прекращении очной образовательной деятельности в дошкольных образовательных организациях Санкт-Петербурга, предусмотрена внеаудиторная деятельность.

### РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий
--------------	--------------	-----------------------------------

Физкультурные занятия	В спортивном зале (в неделю)	2 15 мин
	На улице (подвижные игры) (в неделю)	1 15 мин
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 мин
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза 15-20 мин
	Физкультминутки в середине статического занятия	Ежедневно
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в 2 месяца 20 мин
	День здоровья	2 раза в год
	Физкультурный праздник	
	Ежегодные Малые Олимпийские Игры детского сада	1 раз в год
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно

## ПЛАНИРОВАНИЕ И ПРОЕКТИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

При организации воспитательно-образовательного процесса необходимо обеспечить единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, при этом следует решать поставленные цели и задачи, избегая перегрузки детей, на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному минимуму. Построение образовательного процесса на комплексно-тематическом принципе с учетом интеграции образовательных областей дает возможность достичь этой цели.

Планирование тематических занятий по физической культуре основано на комплексно-тематическом планировании ДОУ.

#### Цикл тематических занятий «Мир глазами физкультуры»

Цикл состоит из тематических занятий по физическому воспитанию (1 раз в месяц). Методическая разработка направлена не только на развитие психофизических качеств, двигательных навыков и умений, но и на формирование у детей представлений об окружающем мире и на расширение культурного поля дошкольника.

Цикл рассчитан на детей в возрасте 3-7 лет.

Месяц	Название занятия	Содержание темы
Сентябрь	«Колобок»	Занятие по мотивам сказки «Колобок»

Октябрь	«Осень»	Признаки осени, подготовка зверей к зиме
Ноябрь	«Теремок»	Занятие по мотивам сказки «Теремок»
Декабрь	«Животный мир»	Дикие и домашние животные
Январь	«Зима»	Признаки зимы, зимние забавы
Февраль	«23 февраля»	Определение понятия Защитники Отечества
Март	«Мамин день»	Собираем букет для мамы
Апрель	«К нам пришла весна»	Признаки весны,
Май	«Веселый пляж»	Правила поведения во время отдыха на пляже и в воде.

## **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

Образовательная среда в ДОУ предполагает специально созданные условия, такие, которые необходимы для полноценного проживания ребенком дошкольного возраста. Под развивающей предметно-пространственной средой понимают определенное пространство, организационно оформленное и предметно насыщенное, которое обеспечивает активную жизнедеятельность ребенка, становление его субъективной позиции, развитие творческих проявлений всеми доступными, побуждающими к самовыражению средствами.

Среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики.

### **ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ**

- 1 Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного пространства, физкультурного (спортивного) оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления здоровья.
- 2 Развивающая предметно-пространственная среда должна обеспечивать возможность самостоятельной, совместной со сверстниками деятельности. Должны быть также включены предметы для совместной деятельности детей и взрослых.
- 3 Развивающая предметно-пространственная среда должна быть:
  - Содержательно-насыщенной, развивающей (образовательное пространство должно быть оснащено средствами обучения и воспитания, в том числе техническими, соответствующими игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем, обеспечивающими игровую, познавательную, двигательную активность);
  - Трансформируемой (возможность изменения предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации и предоставлять достаточное место для двигательной активности);
  - Полифункциональной (возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды);

- Вариативной (наличие разнообразных игр, оборудования и инвентаря, обеспечивающих свободный выбор и активность детей);
- Доступной (доступность всех помещений, где осуществляется образовательная деятельность, свободный доступ детей к играм, пособиям, инвентарю, исправность и сохранность оборудования);
- Безопасной (соответствие всех элементов среды требованиям по обеспечению надежности и безопасности их использования);
- Дидактической (игровые средства могут использоваться как средства обучения детей);
- Здоровьесберегающей (элементы развивающей предметно-пространственной среды могут решать задачи по становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами);
- Эстетически-привлекательной.

Паспорт функционального модуля «Физическое развитие»

### ОПИСАНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

	Методические пособия	Наглядно-дидактические пособия
Перечень методических пособий, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Авторские конспекты занятий по физической культуре;</li> <li>• Авторские конспекты тематических мероприятий;</li> <li>• Анисимова Т.Г., Ульянова С.А. Формирование правильной осанки и плоскостопия у дошкольников;</li> <li>• Буренина А.И. Ритмическая мозаика;</li> <li>• Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду;</li> <li>• Тимофеева Е.А. Подвижные игры;</li> <li>• Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5 – 7 лет.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Авторский наглядно-методический материал;</li> <li>• Авторские дидактические игры</li> </ul>
Перечень технических и электронных средств, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Музыкальный центр;</li> <li>• Акустическая система;</li> <li>• Мультимедийный проектор;</li> <li>• Настенный экран</li> </ul>	
Перечень ЭОР, обеспечивающих реализацию	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Авторские тематические мультимедийные презентации;</li> <li>• CD – диски;</li> <li>• Страница на официальном сайте</li> </ul>	

## КАДРОВЫЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Реализация программы должна обеспечиваться педагогическими работниками, квалификационные характеристики которых установлены в Едином квалификационном справочнике должностей руководителей, специалистов и служащих (раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»), утвержденном приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 года № 761н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 6 октября 2010 года, регистрационный № 18638), с изменениями, внесенными приказом Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» от 17 октября 2013 года, № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 года, регистрационный № 30384).

### ТРЕБОВАНИЯ К КВАЛИФИКАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ

Инструктор по физической культуре: высшее или среднее профессиональное образование в области физкультуры и спорта либо высшее или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование в области физкультуры и спорта, доврачебной помощи без предъявления требований к стажу.

Воспитатель: высшее или среднее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы либо высшее или среднее профессиональное образование и дополнительное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Старший воспитатель: высшее профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» и стаж работы в должности воспитателя не менее 2 года.

## ГЛОССАРИЙ

Взрослые – родители (законные представители), педагогические и иные работники образовательной организации.

Образовательная область – структурная единица содержания образования, представляющая определенное направление развития и образования детей.

Образовательная программа – учебно-методическая документация, определяющая рекомендуемые объем и содержание образования определенного уровня и (или) определенной направленности планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности, включая примерные расчеты нормативных затрат оказания государственных услуг по реализации образовательной программы.

Педагогическая диагностика – оценка индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанная с оценкой эффективности педагогических действий и лежащая в основе их дальнейшего планирования.

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды, представленная специально организованным пространством, материалами, оборудованием и инвентарем для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования – совокупность обязательных требований к образованию определенного уровня и (или) профессии, специальности и направлению подготовки, утвержденных федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1 Анисимова Т.Г., Ульянова С.А. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников. – Волгоград: Учитель, 2009.
- 2 Богина Т.Л., Терехова Н.Т. Режим дня в детском саду. – М.: Просвещение, 1987.
- 3 Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб.: 1997.
- 4 Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1981.
- 5 Воротилкина И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении: Метод. пособие. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2006.
- 6 Галанов А.С. Игры которые лечат (для детей от 3 до 5 лет). – М.: Педагогическое общество России, 2005.
- 7 Галанов А.С. Психическое и физическое развитие ребенка от трех до пяти лет: Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений и родителей. – М.: АРКТИ, 2003.
- 8 Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет./ Авт.-сост. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т.Ф., Каневская Л.Я., Теленчи В.И. – М.: Просвещение, 1987.
- 9 Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: Средний возраст. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.
- 10 Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: Старший возраст. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.
- 11 Зинатулин С.Н. Планирование и конспекты занятий по обучению детей регуляции дыхания: методическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2007.
- 12 Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим: Оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада. – М.: ТЦ Сфера, 2004.
- 13 Кенеман А.В., Осокина Т.И. Подвижные игры народов СССР. – М.: Просвещение, 1988.
- 14 Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников: Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр (средняя, старшая, подготовительная группы). – М.: ВАКО, 2005.
- 15 Кострыкина Л.Ю., Рыкова О.Г., Корнилова Т.Т. Малыши, физкульт-привет!. – М.: Издательство Скрипторий 2003, 2006.
- 16 Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду: Пособие для воспитателей. – М.: Просвещение, 1988.
- 17 Луконина Н.Н. Физкультурные праздники в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2007.
- 18 Моргунова О.Н. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ. – Воронеж: ТЦ Учитель, 2005.
- 19 Ноткина Н.А. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста. – СПб.: Издательство Акцидент, 1995.
- 20 Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – СПб.: Издательство Речь; М.: Сфера, 2009.
- 21 Олимпийское образование дошкольников: Методическое пособие / Под ред. Филипповой С.О., Волосниковой Т.В. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.
- 22 Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С. Игры и развлечения детей на воздухе. – М.: Просвещение, 1983.
- 23 От рождения до школы. Примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант) / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.
- 24 Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет.. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.

- 25 Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Младшая группа. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.
- 26 Петренкина Н.Л. Определение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста: Методические рекомендации. – СПб.: Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2007.
- 27 Планирование в физической культуре дошкольников: Методические рекомендации. – СПб.: Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2000.
- 28 Погадаев Г.И. Физическая культура дошкольников / Пособие для родителей и воспитателей. – М.: Школьная Пресса, 2003.
- 29 Спорт: Детская олимпийская энциклопедия / Авт.-сост. Пейдж Д. – М.: ООО Издательство Олимп: ООО Издательство Астрель: ООО Издательство АСТ, 2002.
- 30 Спортивная энциклопедия почемучки / Авт.-сост. Юрмин Г., Менакер А. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2003.
- 31 Степаненкова Э.Я. Физическое воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика-Синтез, 2005.
- 32 Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 1986.
- 33 Физкульт-привет минуткам и паузам! Сборник физ. упражнений для дошкольников и школьников.: Учебно-методическое пособие для педагогов школьных и дошкольных учреждений. / авт.-сост. Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2005.
- 34 Фомина А.Н. Физкультурные занятия и спортивные игры в детском саду: Пособие для воспитателя подготовительной к школе группы. – М.: Просвещение, 1984.
- 35 Фролов В.Г. Физкультурные занятия, игры и упражнения на прогулке. – М.: Просвещение, 1986.
- 36 Шебеко В.Н., Ермак Н.Н. Физкультурные праздники в детском саду: Творчество в двигательной деятельности дошкольника. – М.: Просвещение, 2003.
- 37 Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.