

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 4-5 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 4-5 лет.....	5
Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками основной образовательной программы.....	6
Оценка индивидуального развития ребенка.....	7
<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.....	11
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.....	13
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 .....	22
Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса .....	22
Кадровые условия реализации программы .....	24
Требования к квалификации педагогических кадров .....	24
<b>Глоссарий .....</b>	<b>25</b>
<b>Список литературы.....</b>	<b>26</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 4-5 ЛЕТ**

В игровой деятельности детей среднего дошкольного возраста появляются ролевые взаимодействия. Они указывают на то, что дошкольники начинают отделять себя от принятой роли. В процессе игры роли могут меняться. Игровые действия начинают выполнять не ради них самих, а ради смысла игры. Происходит разделение игровых и реальных взаимодействий детей.

Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движения. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

К концу среднего дошкольного возраста восприятие детей становится более развитым. Они оказываются способными назвать форму, на которую похож предмет. Совершенствуется ориентация в пространстве.

Возрастает объем памяти. Дети запоминают до 7-8 названия предметов. Начинает складываться произвольное запоминание: дети способны принять задачу на запоминание, помнят поручения взрослых, могут запомнить небольшое стихотворение и т.д.

Начинает развиваться образное мышление. Дети способны использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Дети могут самостоятельно придумать небольшую сказку на заданную тему.

Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

Изменяется содержание общения ребенка и взрослого. Оно выходит за пределы конкретной ситуации, в которой оказывается ребенок. Ведущим становится познавательный мотив.

У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Это приводит к их повышенной обидчивости на замечания.

Взаимоотношения со сверстниками характеризуются избирательностью, которая выражается в предпочтении одних детей другими. Появляются постоянные партнеры по играм. В группах начинают выделяться лидеры. Появляется конкурентность, соревновательность. Последняя важна для сравнения себя с другими, что ведет к развитию образа Я ребенка, его детализации.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу; планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения, эгоцентричностью познавательной позиции; развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации; формированием потребности и уважении со стороны взрослого, появлением обидчивости, конкурентности, соревновательности со сверстниками; дальнейшим развитием образа Я ребенка, его детализации.

## 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, соблюдая правильную технику движений. Ходить с выполнением дополнительных заданий. Ходить в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления и темпа.
- Бегать, соблюдая правильную технику движений. Бегать с изменением темпа и со сменой ведущего. Бег на 30м не медленнее, чем за 10-11 секунд.
- Лазать по гимнастической стенке, не пропуская реек, переходя с пролета на пролет. Ползать разными способами: на средних и высоких четвереньках. Ползать на животе, подтягиваясь руками.
- Принимать правильное исходное положение в прыжках с места. Уметь мягко приземляться. Прыгать в длину с места на расстояние не менее 70 см.
- Ловить мяч кистями рук с расстояния до 1.5м. Принимать правильное исходное положение при метании. Метать предметы правой и левой рукой не менее 4-5м. Отбивать мяч о землю (пол) не менее 5 раз подряд.
- Выполнять упражнения на статическое и динамическое равновесие.
- Строиться в колонну по одному, парами, в шеренгу, в круг.
- Придумывать варианты подвижных игр. Самостоятельно и творчески выполнять движения. Выполнять правила без напоминания воспитателя.
- Выполнять имитационные упражнения, демонстрируя красоту, выразительность, грациозность, пластичность движений.

## **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.

I. Основные задачи образовательной деятельности в области физического развития

Обогащать двигательный опыт детей, способствуя техничному выполнению упражнений основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения),

создавать условия для освоения спортивных упражнений, подвижных игр.

Формировать психофизические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость),

- ориентировку в пространстве
- развивать координацию,
- меткость,

Воспитывать

- волевые качества, самостоятельность,
- стремление соблюдать правила в подвижных играх,
- проявлять самостоятельность при выполнении физических упражнений.

Продолжать формировать интерес и положительное отношение к

- физической культуре и
- активному отдыху,
- формировать первичные представления об отдельных видах спорта.

Укреплять здоровье ребенка, опорно-двигательный аппарат,

- формировать правильную осанку,
- повышать иммунитет средствами физического воспитания.

Формировать представления о факторах, влияющих на здоровье, воспитывать полезные привычки,

способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности

#### **II. Содержание образовательной деятельности.**

Педагог формирует и закрепляет:

- двигательные умения и навыки,
- развивает психофизические качества при:
  1. выполнении упражнений основной гимнастики,
  2. а также при проведении подвижных и спортивных игр.

Помогает:

- точно принимать исходное положение,
- показывает возможность использования разученного движения в самостоятельной двигательной деятельности,
- укреплять дружеские взаимоотношения со сверстниками,

Педагог воспитывает/ формирует:

- умение слышать и выполнять указания,
- умение ориентироваться на словесную инструкцию;

Поддерживает стремление соблюдать технику выполнения упражнений

Поддерживает стремление соблюдать правила в подвижной игре;

поощряет проявление целеустремленности и упорства в достижении цели, стремление к творчеству.

Начинает формировать элементарные представления о разных формах активного отдыха, включая туризм,

Формирует представление о правилах поведения в двигательной деятельности

Педагог способствует овладению элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

Формирует и закрепляет полезные привычки, способствующие укреплению и сохранению здоровья.

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**

• прокатывание мяча между\* линиями, шнурами, палками (длина 2-3 м), положенными (на расстоянии 15-20 см одна от другой) и огибаемая кубики или кегли, расставленные по одной линии на расстоянии 70-80 см;

скатывание мяча по наклонной доске, попадая в предмет;

• подбрасывание мяча вверх и ловля его после удара об пол;

подбрасывание и ловля мяча не менее 3 - 4 раз подряд;

• бросание и ловля мяча в паре;

• бросание мяча двумя руками из-за головы стоя;

• бросание мяча двумя руками из-за головы сидя;

- бросание вдаль

отбивание мяча правой и левой рукой о землю не менее 5 раз подряд;

передача мяча друг другу стоя и сидя, в разных построениях;

перебрасывание мяча друг другу в кругу;

перебрасывание мяча через сетку;

- прокатывание обруча педагогу, удержание обруча, катящегося от педагога;

- прокатывание обруча друг другу в парах;

- попадание мячом в горизонтальную и вертикальную цели с расстояния 2 - 2,5 м.

##### **3.1.2. Ползание, лазанье**

ползание на четвереньках "змейкой" между расставленными кеглями

ползание на четвереньках по наклонной доске по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками

проползание в обручи, под дуги

ползание на четвереньках с опорой на стопы и ладони

влезание на гимнастическую стенку и спуск с нее, не пропуская реек;

переход по гимнастической стенке с пролета на пролет вправо и влево на уровне 1 - 2 рейки,

-подлезание под веревку или дугу, не касаясь руками пола прямо и боком.

##### **3.1.3. Ходьба**

ходьба обычная, в колонне по одному, придерживаясь указанного направления, с изменением темпа движения

- ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, приставным шагом вперед и по шнуру;

- ходьба в противоположную сторону;

- ходьба со сменой ведущего

- ходьба, перешагивая предметы;

- ходьба, чередуя мелкий и широкий шаг, "змейкой"
- ходьба в сторону, назад, на месте;
- ходьба с разным положением рук (на поясе, в стороны (плечи развести), за спиной).
- ходьба по наклонной доске с выполнением заданий
- ходьба в чередовании с бегом, прыжками;
- ходьба приставным шагом вперед, с остановкой по сигналу

#### 3.1.4. Бег

- бег в колонне по одному, высоко поднимая колени;
- бег на месте;
- бег в парах;
- бег по кругу, держась за руки;
- бег, оббегая предметы
- бег со сменой направляющего, меняя направление движения и темп;
- бег мелким шагом;
- бег на носках;
- бег в чередовании с ходьбой;
- бег враспынную с ловлей и увертыванием.
- непрерывный бег 1 - 1,5 мин;
- медленный бег 150 - 200 м;
- бег на скорость 20 м;
- бег враспынную по сигналу с последующим нахождением своего места в колонне;
- пробегание 30 - 40 м в чередовании с ходьбой 2 - 3 раза;
- челночный бег 2x5
- перебегание подгруппами по 5 - 6 человек с одной стороны площадки на другую;

#### 3.1.5. Прыжки

- прыжки на двух ногах на месте,
- прыжки на двух ногах на месте с поворотом вправо и влево, вокруг себя, ноги вместе-ноги врозь;
- прямой галоп;
- подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперед на 2 - 3 м;
- прыжки через 4 - 6 линий (расстояние между линиями 40 - 50 см);
- прыжки из обруча в обруч (плоский) по прямой;
- прыжки в длину с места (не менее 40-50 см.)
- спрыгивание со скамейки (высота 15-20 см)
- прыжки стараясь достать предмет, подвешенный над головой;
- выполнение 20 подпрыгиваний с небольшими перерывами;
- попытки выполнения прыжков с короткой скакалкой

#### 3.1.6. Упражнения в равновесии

- ходьба по доске до конца и обратно с поворотом;
- ходьба по доске, (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны);
- ходьба по гимнастической скамье (с перешагиванием через предметы, с мешочком на голове, с предметом в руках, ставя ногу с носка руки в стороны);
- ходьба с перешагиванием рейки лестницы, лежащей на полу
- ходьба по шнуру с мешочком на ладони вытянутой вперед на ладони руки;
- ходьба по доске и расхождение вдвоем на ней;
- 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

- основные положения и движения рук (в стороны, вперед, вверх, назад, за спину, на пояс, перед грудью);
- 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;  
сгибание и разгибание рук, махи руками;  
сжимание и разжимание кистей рук, вращение кистями;  
выполнение упражнений пальчиковой гимнастики;  
-повороты головы вправо и влево, наклоны головы

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

- приседания на всей стопе и на носках, держа ноги вместе или разведя колени в стороны, с различным исходным положением рук (руки вперед, к плечам, в стороны)  
- совершенствование полученных ранее навыков  
наклоны вперед, вправо, влево,  
повороты корпуса вправо и влево из исходных положений стоя и сидя  
сгибание и разгибание ног из положения сидя  
поочередное поднимание ног из положения лежа на спине, на животе, стоя на четвереньках

### **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;  
приседания на всей стопе и на носках с разведением коленей в стороны;  
выставление ноги на пятку (носок);  
махи ногами;  
захватывание стопами и перекладывание предметов с места на место.  
- 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 музыкальном занятии, педагог включает в комплексы общеразвивающих упражнений (простейшие связки упражнений ритмической гимнастики), в физкультминутки и подвижные игры.

### **3.3.2. Рекомендуемые упражнения**

ритмичная ходьба и бег под музыку в разном темпе;

на носках, топающим шагом, приставным шагом прямо и боком,

- выставление ноги на пятку, на носок, притопывание под ритм,  
- повороты, поочередное "выбрасывание" ног  
- прямым галопом, по кругу, держась за руки, с высоким подниманием колена на месте и в движении прямо и вокруг себя, подскоки по одному и в парах под музыку;  
движение по кругу выполняя шаг с носка, ритмичные хлопки в ладоши под ритмичную музыку, комбинации из двух освоенных движений в сочетании с хлопками.

### **3.3.3. Строевые упражнения**

Построение в колонну по одному, по два, по росту, врассыпную.

Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении, со сменой ведущего; перестроение из одной колонны или шеренги в звенья на месте и в движении.

Размыкание и смыкание на вытянутые руки, равнение по ориентирам и без них.

Повороты направо, налево, кругом на месте переступанием и в движении.

#### **4. Подвижные игры**

Педагог продолжает:

- закреплять основные движения и развивать психофизические качества в подвижных играх,
- поощряет желание выполнять роль водящего,
  - развивает пространственную ориентировку,
  - самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников.

Приучает к выполнению правил, поощряет проявление целеустремленности, настойчивости, творческих способностей детей (придумывание и комбинирование движений в игре).

#### **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**

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

##### **6.2. Ходьба на лыжах:**

скользящим шагом, повороты на месте, подъем на гору "ступающим шагом" и "полуелочкой".

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

Катание на трехколесном велосипеде по прямой, по кругу с поворотами, с разной скоростью

##### **6.4. Плавание**

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

##### **6.5. Катание на коньках:**

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

Способствует пониманию детьми необходимости занятий физической культурой, важности правильного питания, соблюдения гигиены, закаливания для сохранения и укрепления здоровья

Уточняет представления детей о здоровье, факторах, положительно влияющих на него

Напоминает о правилах безопасного поведения в двигательной деятельности (соблюдать очередность при занятиях с оборудованием, не толкать товарища, бегать в колонне, не обгоняя друг друга и другое).

Формирует первичные представления об отдельных видах спорта.

#### **8. Активный отдых\***

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

##### **Досуги и праздники**

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, игры с элементами соревнования, аттракционы, музыкально-ритмические и танцевальные упражнения.

### 8.3. Физкультурные праздники

**Праздники проводятся 2 раза в год, продолжительностью не более 1 - 1,5 часов.**

Педагог привлекает детей данной возрастной группы к участию в праздниках детей старшего дошкольного возраста в качестве зрителей

### 8.4. Дни здоровья

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

В этот день проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, прогулки, игры на свежем воздухе.

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

#### 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.

Воротки 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 и спортивные игры;
- Досуги и праздники;
- 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 личностно- 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 общение 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	74
Ходьба	74
Бег	74
Ползание / лазание	52
Равновесие	54
Прыжки	54

Метание / школа мяча	54
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.* Ходьба обычная, на носках, на пятках, на наружных сторонах стопы, ходьба с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом, приставным шагом в стороны. Ходьба в колонне по одному, по двое (парами). Ходьба по прямой, по кругу, змейкой, врассыпную. Ходьба с выполнением заданий (присесть, изменить положение рук). Ходьба в чередовании с бегом, прыжками, изменением направления, темпа, со сменой направляющего.

*Упражнения в равновесии.* Ходьба по дорожке (ширина 10-15см), по линии, по веревке, по доске, гимнастической скамейке (с перешагиванием через предметы, с поворотом, с мешочком на голове). Ходьба и бег по наклонной доске (ширина 15-20см, высота 30-35см). Перешагивание через барьеры (высота 20-25см, поставленных на расстоянии друг от друга) с разным положением рук. Кружение в обе стороны (руки на поясе).

*Бег.* Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колен, мелким и широким шагом. Бег в колонне по одному, по двое. Бег в разных направлениях, по кругу, врассыпную, змейкой (между предметами). Бег с изменением темпа, со сменой ведущего. Непрерывный бег в медленном темпе 1-1,5 минуты. Бег на расстояние 40-60м со средней скоростью. Бег на 20м (5,5-6 секунд к концу года).

*Ползание, лазанье.* Ползание на четвереньках по прямой, змейкой по горизонтальной и наклонной доске, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Ползание на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезание под дугу (высота 50см) правым и левым боком. Пролезание в обруч, перелезание через гимнастическую скамейку. Лазание по гимнастической стенке (перелезание с одного пролета на другой).

*Прыжки.* Прыжки на месте на двух ногах, продвигаясь вперед, с поворотом кругом. Прыжки: ноги вместе, ноги врозь, на одной ноге. Прыжки поочередно через 4-5 линий, расстояние между которыми 40-50см. прыжки через 2-3 предмета (поочередно через каждый) высотой 5-10см. прыжки с высоты 20-25см, в длину с места. Прыжки через короткую скакалку.

*Катание, бросание, ловля, метание.* Прокатывание мячей, обручей друг другу между предметами. Бросание мяча друг другу снизу, из-за головы и ловля его (на расстоянии 1,5м); перебрасывание мяча двумя руками из-за головы и одной рукой через препятствие (с расстояния 2м). Бросание мяча вверх, о пол и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд), отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз).

Метание предметов на дальность (не менее 3,5-6,5м), в горизонтальную цель с расстояния 2-2,5м, в вертикальную цель (высота центра мишени 1,5м) с расстояния 1,5-2м.

*Строевые упражнения.* Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по два, по три; равнение по ориентирам; повороты направо, налево, кругом; размыкание и смыкание.

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

Общеразвивающие упражнения

Без предметов, с флажком, с обручем, с игрушками, с гимнастической палкой, с мячом, с хвостиком, с кубиками, с использованием скамейки.

Подвижные игры

Продолжать развивать двигательную активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т.д. Развивать психофизические качества, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр с небольшой группой сверстников. Приучать к выполнению правил без напоминания. Развивать творческие способности детей в играх.

*С бегом.* «Самолеты», «Поезд», «Охотники и зайцы», «Быстро в домик», «Ловишки с домиками», «Лиса в курятнике», «Карусель», «Птицы и дождь», «Мыши в кладовой», «Колпачок и палочка».

*С прыжками.* «Кролики», «Зайка беленький сидит...», «Лиса и зайцы», «Зайцы и волк»,

*С ползанием и лазаньем.* «Перелет птиц», «Мышка в норке», «Медведь и пчелы», «Буря», «Котята и щенята»,

*С бросанием и ловлей.* «Мяч через сетку», «Ловишка с мячом», «Подбрось - поймай», «Охотники и зайцы»,

*На ориентировку в пространстве, на внимание.* «Найди свой домик», «Горячий камень», «Совушки», «Кто ушел?».

Перспективно-календарное планирование организации образовательной деятельности детей средней 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.

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 20 мин
	На улице (подвижные игры) (в неделю)	1 20 мин
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	Утренняя гимнастика	Ежедневно 6-8 мин
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза 20-25 мин
	Физкультминутки в середине статического занятия	Ежедневно
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 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	«Гуси-лебеди»	Занятие по мотивам сказки «Гуси-лебеди»
Октябрь	«Осень»	Расширение представлений детей об осени; сбор урожая.
Ноябрь	«Мой город – Санкт-Петербург»	Формирование начальных знаний о родном городе.
Декабрь	«Вот какая елочка»	Рассказ о том, как правильно наряжать елочку.
Январь	«Здравствуй, зимушка-Зима»	Расширение представлений детей о зиме, зимние забавы
Февраль	«23 февраля»	Знакомство детей с военными профессиями (танкист, летчик, моряк, солдат)
Март	«8 марта»	Расширение гендерных представлений. Мамины помощники
Апрель	«Весна»	Расширение представлений детей о весне.
Май	«Человек и его тело»	Тело человека: туловище, голова, руки, ноги и их функции

## **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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Авторский наглядно-методический материал;</li> <li>• Авторские дидактические игры</li> </ul>

	<p>Общеразвивающие упражнения в детском саду;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Тимофеева Е.А. Подвижные игры;</li> <li>• Пензулаева Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5 – 7 лет.</li> </ul>	
<p>Перечень технических и электронных средств, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Музыкальный центр;</li> <li>• Акустическая система;</li> <li>• Мультимедийный проектор;</li> <li>• Настенный экран</li> </ul>	
<p>Перечень ЭОР, обеспечивающих реализацию образовательной деятельности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Авторские тематические мультимедийные презентации;</li> <li>• CD – диски;</li> <li>• Страница на официальном сайте</li> <li>• Сайты: «Педсовет.орг»; «Все для детского сада»</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

3. Анисимова Т.Г., Ульянова С.А. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников. – Волгоград: Учитель, 2009.
4. Богина Т.Л., Терехова Н.Т. Режим дня в детском саду. – М.: Просвещение, 1987.
5. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб.: 1997.
6. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1981.
7. Воротилкина И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении: Метод. пособие. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2006.
8. Галанов А.С. Игры которые лечат (для детей от 3 до 5 лет). – М.: Педагогическое общество России, 2005.
9. Галанов А.С. Психическое и физическое развитие ребенка от трех до пяти лет: Пособие для работников дошкольных образовательных учреждений и родителей. – М.: АРКТИ, 2003.
10. 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.
11. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: Средний возраст. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.
12. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам: Старший возраст. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.
13. Зинатулин С.Н. Планирование и конспекты занятий по обучению детей регуляции дыхания: методическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2007.
14. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим: Оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада. – М.: ТЦ Сфера, 2004.
15. Кенеман А.В., Осокина Т.И. Подвижные игры народов СССР. – М.: Просвещение, 1988.
16. Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников: Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр (средняя, старшая, подготовительная группы). – М.: ВАКО, 2005.
17. Кострыкина Л.Ю., Рыкова О.Г., Корнилова Т.Т. Малыши, физкульт-привет!. – М.: Издательство Скрипторий 2003, 2006.
18. Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду: Пособие для воспитателей. – М.: Просвещение, 1988.
19. Луконина Н.Н. Физкультурные праздники в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2007.
20. Моргунова О.Н. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ. – Воронеж: ТЦ Учитель, 2005.
21. Ноткина Н.А. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста. – СПб.: Издательство Акцидент, 1995.
22. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – СПб.: Издательство Речь; М.: Сфера, 2009.
23. Олимпийское образование дошкольников: Методическое пособие / Под ред. Филипповой С.О., Волосниковой Т.В. – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.
24. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А., Фурмина Л.С. Игры и развлечения детей на воздухе. – М.: Просвещение, 1983.
25. 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.
26. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет.. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2015.

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